

# CAMMINAGAEP

**Gennaio 2011**

*I tempi, i dislivelli e le difficoltà, eventualmente riportate, sono indicate di massima e sono influenzate notevolmente dalle condizioni atmosferiche. Così pure gli itinerari, che in base alle condizioni che si troveranno sul percorso, potranno essere modificati da parte degli accompagnatori senza preavviso alcuno.*

*Si raccomanda sempre di indossare calzature ed indumenti idonei all'ambiente di montagna.*

**Legenda:** (T) TURISTICO - (E) ESCURSIONISTICO - (EE) ESCURSIONISTI ESPERTI (EEA) ESCURSIONISTI ESPERTI ATTREZZATI

## GENNAIO

### **22-23 Alta Val Nure - Rifugio Vincenzo Stoto Weekend sulle ciaspole (Negroni – Silvotti)**

EEA Classico inizio delle attività presso il nostro Rifugio: escursione con le ciaspole o con i ramponi in base alle condizioni di innevamento. Sarà possibile pernottare in Rifugio, raggiunto con mezzi propri, previa prenotazione.



### **29 Assemblea sociale annuale**

Ore 21.00 Sala Convegni della Banca di Piacenza in Via 24 Maggio. Assemblea elettiva del nuovo Consiglio Direttivo per il triennio 2011-2013. Importante appuntamento istituzionale per essere informati su tutti gli aspetti della vita associativa.

## FEBBRAIO

### **5-6 Alto Adige - Alpe di Siusi - Ciaspole (Gruppi - Molinari)**

E L'Alpe di Siusi è l'altipiano più alto d'Europa. Incanta con il suo panorama fantastico e stupefacente, con le sue montagne imponenti, una natura incontaminata e una popolazione che vive contenta e felice in sintonia con se stessa e la natura che la circonda.

### **13 Convivio Uomo G.A.E.P. – Pranzo sociale**

Occasione di incontro durante il quale festeggeremo **l'uomo GAEP 2010**. Appuntamento alle 12.30 al Ristorante Galileo - Via Galileo Galilei, 3 Gariga di Podenzano (PC).

### **19-20 Valle d'Aosta - Resy (Gruppi - Rebessi)**

E Nuova ciaspolata. La nostra base sarà per la prima volta, in inverno, un Rifugio a 2066 metri. Il Rifugio Ferraro, confortevole punto tappa del Tour del Monte Rosa.

## MARZO

### **6 Liguria – Sentiero Verde | Azzurro da Riomaggiore a Portovenere (Frezza – Rebessi)**

E Il tratto finale del Sentiero Verdeazzurro, forse uno dei più belli e panoramici dell'intero percorso. Abbandoniamo gli affollati sentieri delle Cinqueterre per ritornare ad una dimensione più tranquilla, dove la costa mostra la faccia più aspra, con versanti rocciosi a picco sul mare. Dislivello circa 600 m Tempi: 4 - 5 ore

### **20 Liguria - Arenzano (Mangia - Silvotti)**

E In un territorio ricco di contrasti come la Liguria, stretta tra le montagne e il mare, il Parco del Beigua (il più vasto parco naturale regionale della Liguria) costituisce uno spaccato esemplare della regione ove è possibile trovare ambienti e paesaggi decisamente diversificati: uno spettacolare balcone formato da montagne che si affacciano sul mare dove natura, storia, cultura e antiche tradizioni costituiscono elementi di straordinario pregio ed interesse. Dislivello circa 800 m - Tempi: 6 ore



## APRILE

### **3 Appennino Piacentino - Monte Osero e Cascate del Perino (Calamari - Frezza)**

T Nonostante la bellezza dei luoghi e la loro relativa vicinanza a Piacenza, la notorietà delle cascate del torrente Perino si è affermata soltanto negli ultimi anni. In un tratto di circa due chilometri il corso d'acqua si incanala in una profonda gola e compie dodici salti, il più alto dei quali è di circa diciassette metri. Chi vuole ammirare queste meraviglie naturali può arrivare fino alle conche scavate dall'erosione e camminare lungo il greto e da qui alle cima del Monte Osero per godersi il panorama della pianura piacentina e dell'arco alpino.

## 17 Emilia Romagna - Comacchio e Lidi (Negroni - Pironi)

Le valli di Comacchio sono uno dei maggiori complessi salmastri d'Italia. Ospitano 300 specie di uccelli e possono essere visitate con passeggiate lungo le rive ed escursioni in battello.

T Utilizzando barche messe a disposizione è possibile raggiungere i Casoni, dove sono stati ricostruiti ambienti d'epoca e dove si possono scoprire antichi sistemi di pesca della famosa anguilla.

Tra i boschi della Val Nure, lungo il greto del fiume costeggiando la maestosa parete stratificata della Rocca del Lupo, attraverso antichi borghi montani perfettamente conservati, alla scoperta del patrimonio etnografico e geologico della valle.

## MAGGIO

### 1 Alta Val Nure - Rifugio Vincenzo Stoto – Festa di Primavera

Appuntamento tradizionale al Rifugio V. Stoto - Dogana del Crociglia.

E PROGRAMMA: ore 9.00 Accoglienza e partenza per escursioni libere  
ore 12.15 S. Messa  
ore 13.00 Ristoro per tutti.

### 15 Lombardia - Prealpi bresciane – Collio Corna Blacca Passo Maniva (Mangia - Rebessi)

Da qualsiasi lato la si guardi, la Corna Blacca si presenta come un castello di roccia biancastra di evidente matrice dolomitica, culminante con due cime, la nord (metri 2.005) e la sud di poco inferiore.

E Partendo da Collio raggiungeremo la cima da qui il sentiero degrada dolcemente fino a Passo Maniva.  
Dislivello + 1170 - 342 m      Tempi: 6 - 7 ore

## 29 41<sup>a</sup> Lunga Marcia in Alta Val Nure

E Immane appuntamento per la più rinomata marcia non competitiva piacentina; tradizionale escursione nella natura con tre percorsi sull'alto crinale tra Val Nure e Trebbia con arrivo sempre al Rif. Vincenzo Stoto:

Lunga marcia in montagna dei 33 Km - Partenza dal Passo del Cerro (Bettola)

Marcia in montagna degli 25 Km - Partenza dal Passo della Cappelletta (Farini)

Marcia in montagna degli 11 Km - Partenza dal Passo del Mercatello (Ferriere)



Non è una gara è un invito a camminare per i monti nel rispetto dell'ambiente

## GIUGNO

### 3-4-5 Alto Adige - Merano - Avelengo Knottnkino (Bellani - Rebessi)

E Tre giorni a Merano dove nord e sud si incontrano letteralmente. E il paesaggio di questa regione è quanto mai ricco di contrasti: vegetazione mediterranea a valle, lungo gli antichi corsi d'acqua, le rogge, e poi ambienti alpini, a salire, fino ai tremila metri delle vette più alte. Sul paesaggio domina l'Alta Via di Merano, splendido sentiero che abbraccia il Parco Naturale del Gruppo di Tessa.

Tra Avelengo e Verano sul monte "Tschöggberg" nel 2000 è stato creato dall'artista Franz Messner il cosiddetto "Knottnkino". Sulla cima del Sasso Rosso a 1.465 m s.l.m. 30 robuste sedie di metallo e legno, che ci ricordano quelli dei cinema vecchi, invitano a soffermarsi e godere una vista stupenda: il film più lungo che esista; il film si adatta alla stagione e gli attori sono i diversi elementi della natura, come le montagne, gli alberi, il sole o l'aria.



### 18-19 Alto Adige - Anterselva (Negroni - Silvotti)

E Bianchi ghiacciai luccicanti, rumorose cascate, fitti boschi di montagna e meravigliosi sentieri: qui la natura mostra un volto del tutto diverso.

TE Un gioiello paesaggistico: è il Parco Naturale Vedrette di Ries-Aurina.

in fondo alla Valle di Anterselva, completamente nascosto, si trova uno dei laghi alpini più incantevoli. Immerso nel verde scuro dei boschi, ai piedi delle cime del gruppo delle Vedrette di Ries, sonnecchia il Lago di Anterselva.

Nei dintorni del lago - nel 2003 - è stato inaugurato un percorso didattico nelle cui stazioni sono illustrate, in modo divertente e informale, le più importanti rocce del territorio, le piante più diffuse, le vette circostanti e molto altro ancora.



## LUGLIO

### 2-3-4 Lombardia - Alta Valtellina - Semogo (Bellani – Repetti)

Dopo la bella esperienza dello scorso anno abbiamo deciso di ritornare a Semogo ospiti dei fratelli Lazzeri, all'Albergo Miravalle. Con la passione che li contraddistingue, ci hanno proposto il seguente programma:

- E Primo giorno: Escursione in Valfurva rifugio "Ables".  
Secondo giorno: Semogo/Isolaccia-Pezzel - Val Cardonnè - Rif. "Ferrario" - Passo delle pecore - Passo Verva - Campo - Arnoga e rientro per cena.  
Terzo giorno: 1° gruppo Partenza da Semogo, arrivo al Pont di Rezz a Trepalle (Vallaccia-Funera-Campo). 2° gruppo Visita ai laghi di Cancano, camminata lungo la Decoville fino a Campo.  
Verso le ore 13.00 pranzo all'aperto per tutti in località Campo.

### 16-17 Valle d'Aosta - Gruppo del Monte Rosa - Piramide Vincent (Capelli – Rebessi)

EEA Come ormai tradizione, il GAEP torna sul "Gigante delle Alpi" per un weekend in alta quota: meta la Piramide Vincent (4.215 m). Il primo giorno ci porteremo in quota al Rif. Gnifetti per acclimatarci e la domenica affronteremo la salita al quattromila.  
Stiamo cercando di organizzare l'uscita anche con una parte escursionistica per i meno esperti.

## SETTEMBRE

### 3-4 Piemonte - Alpi Cozie - Monviso (Frezza – Mangia)

E Il **Monviso**, con i suoi 3.841 metri di altezza, si staglia nettamente sull'orizzonte delle **Alpi Cozie** costituendone la sua sommità più elevata e rinomata. Nessuna montagna delle alpi occidentali, a parte il **Cervino**, è nota come questa enorme piramide rocciosa visibile pressochè da ovunque sin dalle lontane pianure milanesi nelle giornate più terse. Sorge isolato e maestoso e, pur non raggiungendo quota 4000 per soli 150 metri, si dimostra ancor oggi una montagna dall'aspetto alquanto severo ed impegnativo sulla quale si sono misurati alcuni tra i più grandi nomi della Storia dell'Alpinismo.



Primo giorno: da Pian del Re al Rifugio Q.Sella | Dislivello 640 m - Tempi 3 - 4 ore

Secondo giorno: dal Rif. Sella al Rif. Giacoletti rientro a Pian del Re | Dislivello 200 m + e 1800 m - Tempi 3 ore da Rifugio a Rifugio e ulteriori 2 ore per Pian del Re.

### 18 Emilia - Appennino Reggiano - Monte Cusna (Capelli – Rebessi)



E L'Alpe di Cusna (2.121 m) è la vetta più alta dell'Appennino Reggiano e tra le più alte dell'Appennino centro-settentrionale. Viene descritta in molti libri come "l'uomo addormentato" per la sua forma allungata, da cui si stacca decisamente la vetta, facendo assomigliare il crinale ad un profilo umano. Sulla vetta si possono ammirare, se il cielo è limpido, oltre agli scoscesi crinali delle Alpi Apuane, il mare Tirreno e la Corsica. Il monte Cusna per la varietà e bellezza degli itinerari è in particolare meta di esperti sciatori di alpinismo e di escursionisti provenienti dall'Italia e dall'estero. Il nostro itinerario partirà da Febbio e arriveremo nella valle glaciale del Passone per raggiungere poi il Rifugio Battisti. Da qui la traversata ci porterà a Ligonchio.  
Dislivello 1121 m in salita e 1170 m in discesa - Tempi 3-4 ore

## OTTOBRE

### 9 Appennino Piacentino - Alta Val d'Arda (Oddi – Rossi)

E La Val d'Arda è la valle occidentale della provincia di Piacenza, accanto alle altre vallate che costituiscono il profilo collinare e montuoso della nostra provincia, la Val Nure, la Val Trebbia e la Val Tidone.  
Paolo e Fausto ci porteranno a scoprire le bellezze dell'Alta Valle dell'Arda percorrendo alcune sentieri poco conosciuti dagli escursionisti meno attenti alle particolari bellezze del luogo.

### 23 Trentino - Mezzocorona - Burrone Giovannelli (Frezza - Mangia)

E Le strapiombanti pareti rocciose che sovrastano l'abitato di Mezzocorona, in Trentino, sono attraversate da profondissime forre e spettacolari gole, scavate da acque impetuose che scendono dalle selvagge vallate circostanti.  
Il sentiero attrezzato Burrone Giovannelli s'inerpica in uno spettacolare canyon tra fantastici salti di roccia e cascate alte anche cento metri, dove il capriccio delle correnti d'aria si diverte a spostarne il velo d'acqua sfavillante, che nella luce pomeridiana offre un gioco di colori seducente.  
Il Sentiero attrezzato presenta delle varianti che permettono di evitare le parti esposte.  
Dislivello 700 m Tempi 4 - 5 ore



## NOVEMBRE

- 6 Liguria - Grotte di Toirano - Varigotti (Negroni - Silvotti)**  
In una zona tra le più belle del Levante Ligure visiteremo le famose Grotte di Toirano, percorrendo anche il territorio che si sviluppa sopra l'abitato di Varigotti.  
Passando vicino all'antica chiesa di San Lorenzo, raggiungeremo Capo Noli con i suoi punti panoramici a picco sul mare.  
Da qui ci sposteremo all'abitato di Noli o attraverseremo la zona detta "Territorio Indiano" per poi tornare al punto di partenza.  
Tempi 3 ore circa per l'escursione (dislivello 260 m) e 1 ora e 15 minuti per la visita alle grotte.



- 13 Alta Val Nure - Rifugio Vincenzo Stoto – Raduno degli Escursionisti**  
Classico incontro delle associazioni escursionistiche del piacentino, che si ritrovano per un'escursione libera e un piacevole incontro conviviale.  
PROGRAMMA: ore 9.00 Accoglienza e partenza per escursioni, ore 12.15 S. Messa, ore 13.00 Ristoro per tutti.

- 20 Liguria - Sentiero Verdeazzurro da Genova a Nervi (Mangia - Rebessi)**  
La prima Tappa del Sentiero Verdeazzurro, un trekking urbano che parte dal cuore di Genova, il porto, e attraverso i carruggi del centro storico ci porterà al celebre borgo di Boccadasse, uno degli angoli più veri di Liguria, dove un fazzoletto di spiaggia si fa largo tra le tipiche case liguri e il mare. Si procederà poi per Sturla, punto di partenza vero e proprio del sentiero Verdeazzurro che ci porterà a Nervi dopo aver salito il Monte Moro.  
Dislivello 530 m - Tempi 6 - 7 ore

## DICEMBRE

- 8-9- 10-11 Alto Adige - Selva di Val Gardena - Quattro giorni sulla neve (Capelli)**  
Dopo la positiva esperienza dello scorso anno riproponiamo una vacanza in uno dei più bei comprensori delle Alpi, offrendo a tutti la possibilità di praticare i differenti sport sulla neve.  
Il conduttore è una guida esperta che da anni frequenta la Val Gardena.  
E' necessaria la prenotazione entro la fine di ottobre.

- 18 BETTOLA Fiaccolata AVIS (Calamari)**  
Alle ore 18,00 con partenza davanti alla sede Avis in Piazza Colombo, inizia un percorso che si snoda per circa 8 - 10 Km per terminare davanti alla sede Avis. Seguirà un abbondante ristoro per tutti i partecipanti.



### DIFFICOLTA' ESCURSIONISTICHE

**T = Turistico** - Itinerario su stradine, mulattiere o larghi sentieri. Percorsi non lunghi, senza problemi di orientamento e che non richiedono allenamento specifico.

**E = Escursionisti** - Itinerari su sentieri od evidenti tracce in terreno di vario genere. Generalmente segnalati con vernice od ometti. Possono svolgersi anche in ambienti innevati ma solo lievemente inclinati. Richiedono sufficiente capacità di orientamento e allenamento alla camminata.

**EE = Escursionisti Esperti** - Itinerari generalmente segnalati ma con qualche difficoltà: il terreno può essere costituito da pendii scivolosi di erba, misti di rocce ed erba, pietraie, lievi pendii innevati o anche singoli passaggi rocciosi di facile arrampicata. Pur essendo percorsi che non necessitano di particolare attrezzatura, si possono presentare tratti attrezzati se pur poco impegnativi. Richiedono una discreta conoscenza dall'ambiente alpino, passo sicuro ed assenza di vertigini. La preparazione fisica deve essere adeguata.

**EEA = Escursionisti Esperti con Attrezzatura** - percorsi attrezzati (o vie ferrate), richiedono l'uso dei dispositivi di autoassicurazione.

### PRENOTAZIONI E PAGAMENTI

- Nei 20 giorni prima della data dell'escursione sarà possibile effettuare la prenotazione recandosi presso la **CASA DELLE ASSOCIAZIONI** (via Musso, 3 – Piacenza) il 1°-3°-4° lunedì del mese dalle 21.00 alle 23.00 oppure **via internet** collegandosi al sito [www.gaep.it](http://www.gaep.it) seguendo le istruzioni per la compilazione della scheda di iscrizione ed effettuando il pagamento a mezzo bonifico bancario.
- Nei 15 giorni prima della data dell'escursione sarà possibile effettuare la prenotazione recandosi presso **Bergamaschi Sementi** - Piazza Duomo, 31 - 29121 Piacenza - tel. 0523 324285

### PROGRAMMI

I programmi dettagliati delle singole escursioni saranno disponibili di volta in volta sul sito: [www.gaep.it](http://www.gaep.it)

### CAMPAGNA ASSOCIATIVA

Ricordiamo ai Soci e Simpatizzanti che è in corso la campagna di rinnovo e associazione per il 2011.

Il contributo, rimasto invariato, è di **20 Euro** e potrà essere versato presso i nostri recapiti:

- **CASA DELLE ASSOCIAZIONI** (via Musso, 3 – Piacenza) il 1°-3°-4° lunedì del mese dalle 21.00 alle 23.00
- **Bergamaschi Sementi** – Piazza del Duomo, 31 – 29121 Piacenza – tel. 0523 324285
- **Rifugio "Vincenzo Stoto"** Selva di Ferriere (PC)