

CAMMINAGAEP

Gennaio 2012

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: (PD) poco difficile - (T) turistico - (E) escursionistico - (EE) escursionisti esperti (EEA) escursionisti esperti attrezzati

Difficoltà su neve e ghiaccio: (F) facile - (PD) poco difficile - (AD) Abbastanza Difficile - (D) Difficile - (TD) Molto Difficile

GENNAIO

21-22 Piemonte – Cuneo - Ciaspolata in Val Maira (Calamari – Gruppi)

PD

Due giorni sulle ciaspole in Val Maira, una valle aspra e selvaggia ove la natura si è mantenuta intatta, villaggi abbandonati, pascoli alpini in fiore, profondi laghi azzurri, particolarità geologiche, maestose cime rocciose, un paesaggio di altissimo valore artistico e ambientale dove l'uomo da sempre è vissuto in armonia con la sua terra. Un luogo dove silenzio e quiete lasciano ampio spazio alla meditazione.



28 66^ Assemblea sociale ordinaria

Ore 21.00 Sala Convegni della Banca di Piacenza in Via 24 Maggio. Assemblea che darà il via ai festeggiamenti per l'ottantesimo anniversario del GAEP.

FEBBRAIO

4-5 Alta Val Nure - Rifugio Vincenzo Stoto - Ciaspolata notturna (Calamari – Gruppi)

PD

Escursione notturna con le ciaspole o con i ramponi in base alle condizioni di innevamento. Previsto l'arrivo il sabato in rifugio, con mezzi propri. Ciaspolata notturna cena in compagnia e pernottamento in Rifugio, previa prenotazione.

12 Convivio Uomo G.A.E.P. – Pranzo sociale

Proponiamo di ritrovarci la domenica a pranzo per festeggiare l'uomo GAEP 2011. Appuntamento alle 12.30 al Ristorante Le Ruote - Via Emilia 202, 29010 Cadeo (PC).

18-19 Valle d'Aosta -Ciaspolata in Val Savarance (Gruppi - Molinari)

PD

Le racchette sono strumenti semplici per camminare sulla neve senza sprofondare. Venivano utilizzate in passato dai montanari per battere e compattare la neve facilitando così il passaggio delle slitte cariche di foraggio o di letame o di legna. Oggi sono diventate lo strumento ideale per attività sportive e turistiche di grande richiamo. In Valsavarenche diversi sono gli incantevoli percorsi a portata di tutti.



MARZO

4 Liguria - Sentiero Verde - Azzurro da Genova a Nervi (Mangia – Rebessi)

E

La prima Tappa del Sentiero Verde Azzurro, un trekking urbano che parte dal cuore di Genova, il porto, e attraverso i carruggi del centro storico ci porta 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 finisce poi a Sturla, punto di partenza vero e proprio del sentiero Verde-Azzurro che ci porterà a Nervi dopo aver salito il Monte Moro. Dislivello + 530 m Tempi 6 - 7 ore



25 Lombardia – Lecco - Sentiero Balcone (Lago di Como) (Bellani – Mascandola)

E



Trek che percorre le antiche mulattiere, spesso selciate e a gradini, che erano periodicamente sistemate dalle singole comunità per aree di competenza, in quanto erano, in epoca medioevale, l'unica via di percorrenza e di comunicazione tra un villaggio e l'altro.

Il trek è altamente panoramico su tutto questo tratto del ramo di Lecco.

Dislivello: + 650 mt. Tempo di percorrenza: 5 - 6 ore

APRILE

15 Emilia Romagna - Ravenna (Negroni - Rebessi)

T



Ravenna è uno scrigno d'arte, di storia e di cultura di prima grandezza, il suo passato glorioso: fra V e VIII secolo fu tre volte capitale e la magnificenza di quel periodo ha lasciato rilevanti testimonianze giunte fino a noi. Ravenna è la città del mosaico: l'arte del mosaico non ha avuto origine qui, ma qui ha trovato la sua più alta espressione in una commistione di simbolismo e realismo, di influenze romane e bizantine ed ancora oggi questo antico sapere delle mani rivive nelle scuole e nelle botteghe.

29 Lombardia – Val Sassina - Anello di San Calimero (Bellani – Mascandola)

Facile escursione ad anello, ai piedi dello Zucco della Pieve, imponente cima rocciosa nel Parco Regionale della Grigna Settentrionale. Da Pasturo, raggiungeremo il Rifugio Riva e la Chiesetta alpestre di San Calimero, attraversando luoghi di antica vocazione agricola e pastorale e di rilevante interesse naturalistico ed etnografico.

Dislivello: + 850 mt. Tempo di percorrenza: 5 - 6 ore

MAGGIO

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

Appuntamento tradizionale al Rifugio V. Stoto - Dogana del Crociglia, quest'anno la festa coinciderà con la celebrazione dell'ottantesimo anniversario del GAEP

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

13 Anello di Pieve di Montarsolo (Arbasi – Silvotti)

Percorso ad anello che si sviluppa in una zona che si può considerare, per gli ampi panorami, un balcone sulla media/alta Val Trebbia. Partendo dall'abitato di Marsaglia (od anche dalla loc. Lago) si raggiunge tra boschi e pascoli l'abitato di Pieve di Montarsolo famoso per la presenza della "Rovere Grossa", uno degli esemplari di rovere più antichi d'Europa. Salendo ancora tra campi e boschi si raggiungono vari abitati tra cui Pietranera ed, infine, il famoso borgo di Brugnello a picco sul fiume Trebbia. Da Brugnello si ritorna poi all'abitato di Marsaglia.

Dislivello: + 650 m Tempi: 6 - 7 ore



27 42ª Lunga Marcia in Alta Val Nure– 1° Trail Val Nure

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)

Quest'anno la Lunga Marcia sarà ufficialmente abbinata al 1° Trail Val Nure di oltre 50 Km.



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

GIUGNO

10 Emilia - Appennino Reggiano - Monte Cusna (Burzoni – Rebessi)

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 gli 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 - 1170 m Tempi 4 - 5 ore

23-24 Anello del Pasubio (Negroni - Silvotti)

L'itinerario proposto è uno dei classici del Monte Pasubio ed uno dei più importanti: esso infatti attraversa tutto il massiccio con un percorso ad otto. E' un percorso di particolare bellezza e varietà, di grande interesse storico. Si potrebbe definirlo un museo all'aperto che ci farà rivivere le vicende della "Grande Guerra". Non comporta particolari difficoltà tecniche ma è impegnativo per la lunghezza: occorre un buon allenamento.

Primo giorno: da Bocchetta Campiglia al Rifugio Lancia Dislivello 1250 m Tempi 6 - 7 ore

Secondo giorno: dal Rifugio Lancia si rientra alla Bocchetta Campiglia compiendo un otto

Dislivello 1250 m Tempi 6 - 7 ore

LUGLIO

8 Valle d'Aosta - Traversata Valle d'Ayas – Gressoney (Burzoni – Rebessi)

Il colle del Rothorn è posto sulla cresta di confine tra la valle di Gressoney e la valle d'Ayas a 2689 metri ed è punto di passaggio del Tour del Monte Rosa (TMR). Lungo la salita si hanno sempre bellissime viste sul Massiccio del Monte Rosa del versante della valle di Gressoney, giunti al colle salendo lungo la spalla sud del colle il panorama sul Monte Rosa si amplia sul Breithorn, sulla punta Castore e sul ghiacciaio di Ventina; compaiono anche il Cervino, Grand Murailles, Dent d'Herens, Cime Bianche.

Belle anche le viste sulle altre vette "minori" sia della valle d'Ayas sia della valle di Gressoney. Dislivello: + 1000 - 1052 Tempo di percorrenza: 5 - 6 ore



21-22 Escursionistico/Alpinistica al M. Bianco (Calamari – Gruppi)

L'uscita permette una parte escursionistica ed una alpinistica.

E **Escursionistica: Primo giorno** da Courmayeur in Val Veny passando per il lago del Miage fino al rifugio Elisabetta Soldini dove pernosteremo. Dislivello: + 1200 Tempi: 4 - 5 ore

Secondo giorno: rientro a Courmayeur sul percorso della UTMB toccando il Favre.

Dislivello: + 300 - 1200 Tempi: 5 - 6 ore

EEA **Alpinistica: Primo giorno:** cammineremo tutti assieme fino al rifugio Elisabetta per poi far ritorno a Courmayeur e con la funivia salire al rifugio Torino dove si pernosterà.

Secondo giorno: traversata del Ghiacciaio del Gigante, Valle bianca e arrivo alla Aguille de Midi, ritorno a Courmayeur. Dislivello: + 610 Tempi: 3 - 4 ore **[INDISPENSABILI: ramponi, piccozza, corda e imbrago]**

SETTEMBRE

1-2 Trentino Alto Adige – Traversata del Sella (Frezza – Tramelli)

Tra i più bei gruppi dolomitici, il Sella offre splendidi panorami, imponenti pareti e fantastiche torri di roccia.

EE Sulla sua sommità si trova un altipiano dal quale emerge la vetta del Piz Boè (m. 3.152).

Alcuni lo definiscono un castello di roccia dalle forme spettacolari che cambia aspetto ad ogni suo versante, altri dicono che sia un'isola grande e maestosa che mira al cielo.

Primo giorno dal Passo Gardena raggiungeremo il Rifugio Cavazza al Pisciadù ove pernosteremo. Per i più arditi possibilità di salita attraverso la Ferrata Tridentina (EEA).

Dislivello + 430 m Tempi 2 - 3 ore

Secondo giorno attraverseremo l'altipiano, con diverse varianti per tutti, fino a scendere al Passo Pordoi.

Dislivello + 580 -930 m Tempi 5 - 6 ore



16 Valle d'Aosta-Piemonte - Traversata Gressoney - Val Sesia (Burzoni – Rebessi)

E Il Rifugio Ospizio Sottile situato a 2.480 mt di quota sorge presso il Colle Valdobbia, sulla via che mette in comunicazione la Val Vogna e la Valsesia con la Valle di Gressoney, quindi il Piemonte e la Valle D'Aosta. Punto fondamentale di transito, per secoli emigranti e commercianti valsesiani che raggiungevano Gressoney, la Svizzera e la Francia, sono stati costretti all'attraversamento del Colle anche nella stagione invernale e ad affrontare le relative intemperie dell'alta montagna.

Nel 1823 grazie all'intervento del canonico Nicolao Sottile il primo ricovero, realizzato nel '700, fu ampliato e trasformato nell'Ospizio Sottile, rifugio per i passanti nella stagione invernale nonché punto di osservazioni astronomiche e centro meteorologico.

Dislivello: + 1100 - 1100 Tempo di percorrenza: 5 - 6 ore



30 Liguria – Val Vobbia e Castello della Pietra (Frezza – Tramelli)

T



Una piccola valle, minore dell'alta valle Scrivia, che riserverà tante belle sorprese. L'accesso è consentito attraverso una strada tortuosa scavata nella roccia dell'orrido, che conserva notevoli aspetti scenografici, alcune vestigia medioevali e la possibilità di accedere al Castello della Pietra, importante presidio di origine medioevale dell'antica Via del sale tra Genova e la Pianura Padana.

Visiteremo il Castello della Pietra, incastrato nei bastoni di pietra, su una roccia bifida e successivamente si sposteremo nell'abitato di Crocefieschi da cui raggiungeremo la vetta della Carrega do Diaio (m. 959). Per i più arditi possibilità di salita attraverso la Ferrata Deanna Orlandini (EEA).

Dislivello +200 -300 m Tempi 5 - 6 ore

OTTOBRE

14 Appennino Piacentino : Capanne di Cosola - Monte Alfeo - Ottone(Asti – Oddi)

EE

Questo itinerario escursionistico si snoda nella prima parte lungo il confine tra le provincie di Piacenza ed Alessandria e poi tra Piacenza e Genova. E' una escursione molto lunga ma che concede splendide vedute sulla Val Boreca. L'inizio del trekking è da Capanne di Cosola a mt. 1508 e da qui, in leggera salita, si raggiungono diverse cime quali, il monte Cavalmurone mt. 1667, il monte Legnà mt. 1671, il Poggio Rondino mt. 1627 ed il monte Carmo mt. 1641. Prima dell'arrivo ad Ottone è richiesto un ulteriore sforzo per raggiungere la vetta del monte Alfeo mt. 1651 e poi, per concludere, una meritata sosta presso l'agriturismo di Campi di Ottone.

Dislivello + 391 m Tempi 9 - 10 ore



28 Monte Orsaro e Monte Marmagna (Mangia – Tramelli)

E Il Monte Orsaro ed il Monte Marmagna sono montagne dell'Appennino Tosco-Emiliano. Il versante lunigianese delle montagne è roccioso e scosceso, mentre quello emiliano è facilmente abbordabile. Nelle giornate di cielo terso, dalle loro cime è possibile ammirare tutta la Lunigiana, la Valle del Magra, le Alpi Apuane, nonché scorgere il golfo di La Spezia.

Da località Lagdei saliremo alla vetta del Monte Orsaro (m. 1.831) e percorrendo il crinale appenninico raggiungeremo la vetta del Monte Marmagna (m. 1.852) da cui scenderemo passando dal Rifugio Mariotti nei pressi del Lago Santo.

Dislivello: + 830 m Tempi: 6 - 7 ore

NOVEMBRE

4 Liguria - Riserva naturale di Bergeggi (Arbasi – Silvotti)

E



Presso Bergeggi la via Aurelia, alta sul mare, offre suggestivi affacci sulla scogliera sottostante, ricca di grotte e piccole insenature, e verso l'isola, comprese nella riserva naturale regionale. L'isolotto, suggestivo cono di roccia calcarea parzialmente ricoperto da macchia mediterranea, fu interessato da insediamenti umani fin dall'antichità. Sede di comunità monastiche, vi si trovano rovine di edifici militari e religiosi oltre ai resti di un edificio, probabilmente un faro, di età romana. Le acque e i fondali che circondano l'isola saranno presto tutelate da una riserva marina.

Dislivello: + 350 m Tempi: 4 ore

11 Alta Val Nure - Rifugio Vincenzo Stoto – Raduno degli Escursionisti

T

Classico incontro delle associazioni escursionistiche del piacentino, che si ritrovano per una escursione libera in compagnia e per un piacevole incontro conviviale.

PROGRAMMA: ore 9.00 Accoglienza e partenza per escursioni

ore 12.15 S. Messa

ore 13.00 Ristoro per tutti.



18 Liguria - Sentiero Verde - Azzurro da Nervi a Camogli (Mangia – Rebessi)

E

Questa seconda tappa del sentiero Verdazzurro percorre le alture tra Nervi e Bogliasco, Bogliasco e Sori, Sori e Camogli lungo scalinate, creuze, e viottoli di campagna. Non esiste un sentiero vero e proprio, ma la scarsa presenza di traffico, che viene sempre evitato grazie a stradine alternative nel pieno dei centri abitati, rende il percorso gradevole, utile a passare una giornata all'aria aperta con panorami favolosi.

Dislivello: + 930 - 930 m Tempi: 6 - 7 ore

DICEMBRE

8-10 Alto Adige - Selva di Val Gardena - Giorni sulla neve (Capelli)

TE

Dopo le positive esperienze degli scorsi anni riproponiamo una vacanza sulla neve in uno dei più bei comprensori delle Alpi, offrendo a tutti la possibilità di praticare i differenti sport invernali.

Il conduttore è una guida esperta che da anni frequenta la Val Gardena. E' necessaria la prenotazione entro la fine di ottobre.



23 Bettola - Fiaccolata Avis

E



Alle ore 17.00 con partenza davanti alla sede Avis in Piazza Colombo, inizia un percorso che si snoda per circa 10 - 12 Km.

Il ritorno è davanti alla sede Avis.

Seguirà un ristoro per tutti i partecipanti.

PRENOTAZIONI E PAGAMENTI

- Fino a 15 giorni prima della data dell'escursione sarà possibile effettuare la prenotazione recandosi presso la **Sede del GAEP c/o 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 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

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)