

# CAMMINA GAEP

**Gennaio 2017**

*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 (EAI) escursionisti in ambiente innevato

## GENNAIO

- 15** **Alta Val Nure - Ciaspolata al Rifugio GAEP** (Carlo – Francesco)  
EAI Fiduciosi in buone nevicate nel nuovo anno che ci assicureranno una splendida escursione con le ciaspole sul nostro Appennino nelle vicinanze del Rifugio, che fungerà da punto di appoggio.  
Con ai piedi le racchette da neve ("ciaspole"), oltre a poter godere di panorami e scorci eccezionali durante l'escursione, si effettua anche un validissimo allenamento, visto l'impegno richiesto ai diversi gruppi muscolari utilizzati. Si può praticare a qualsiasi età, adattando il ritmo dell'escursione al proprio passo.



- 28** **71^ Assemblea sociale ordinaria**  
Ore 21.00 presso Cooperativa Agricola Sociale "La Magnana" – Via Bubba (ex Strada Magnana) n. 20. Importante appuntamento istituzionale, i soci si incontreranno per la 71a volta per essere informati su tutti gli aspetti della vita associativa.  
L'Assemblea di quest'anno riveste un'importanza particolare essendo un'assemblea elettiva. Verrà infatti eletto il nuovo Consiglio direttivo per il triennio 2017-2019.

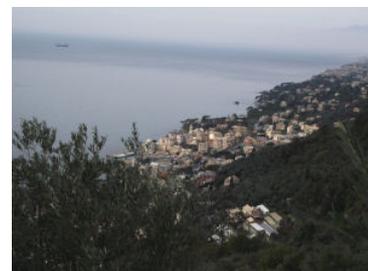
## FEBBRAIO

- 11** **Alta Val Nure-Ciaspolata al chiaro di luna al Rifugio GAEP** (Francesco – Roberto R.)  
**12** L'11 febbraio sarà luna piena. Il chiaro di luna con la sua pallida luce rende irreali le forme della natura.  
EAI Escursione notturna con le ciaspole o con i ramponi in base alle condizioni di innevamento. Previsto l'arrivo il sabato pomeriggio in Rifugio, con mezzi propri.  
Ciaspolata notturna, cena in compagnia e pernottamento in Rifugio, previa prenotazione.

- 26** **Piemonte – Ciaspolata al Colle delle Finestre** (Piero – Roberto R.)  
EAI Il Colle delle Finestre (2.176 m) è un passo che collega la bassa Valle di Susa alla Val Chisone in Piemonte. Sul versante della Val Chisone, in corrispondenza della conclusione della carrozzabile del Colle delle Finestre, sorge uno dei complessi di fortezze di maggior sviluppo del Piemonte: il forte di Fenestrelle. Quasi alla sommità del colle, la strada ed il sistema difensivo si collegano poi alla Strada dell'Assietta che conduce alla Testa dell'Assietta (dove nel 1747 venne combattuta la Battaglia dell'Assietta durante la quale i PIEMONTESI sconfissero i franco spagnoli).  
Tempo di percorrenza 6-8 ore - Dislivello +400/-400 m

## MARZO

- 12** **Liguria - Sentiero Verde-Azzurro da Genova a Nervi** (Emilio-Roberto R.)  
E Iniziamo secondo tradizione con una facile escursione al mare. Riprendiamo a percorrere il sentiero Verde-azzurro partendo da Genova. 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. Raggiungeremo dopo aver salito il Monte Moro e 15 Km di cammino Nervi.  
Tempo di percorrenza 6 - 7 ore - Dislivello + 530 m



- 19** **Convivio Uomo GAEP - Pranzo sociale**  
Appuntamento alle 12,30 presso Albergo Montenero a Selva di Ferriere (PC) per festeggiare "l'uomo GAEP 2016". Organizzeremo un autobus da Piacenza. Necessaria prenotazione.

- 26** **Liguria - Portovenere - Palmaria** (Alberto - Fabrizio)  
E L'escursione che ci porta a compiere il giro completo della più grande delle tre isole che chiudono a sud-ovest il Golfo di La Spezia. Percorre mulattiere e sentieri contornati da rigogliosa vegetazione mediterranea, in cui si aprono frequenti finestre su Portovenere e sull'isola del Tino.  
Dislivello +/- 300 m Tempi 4 ore



## APRILE

- 9 Liguria - Monte Ramaceto** (Roberto P. – Fabrizio)  
Sull'Appennino Ligure, nel Parco Naturale Regionale dell'Aveto si trova il Monte Ramaceto (1345 m). È un massiccio montuoso che si distingue per la forma particolare e per la caratteristica dei suoi versanti a nord, ricco di torrenti e boschi a sud, assolato e aperto verso il mare ligure. Domina le valli di Fontana Buona - Sturla e Aveto. L'escursione percorrerà l'alta via dei monti liguri salendo sulla cresta del Monte Ramaceto fino alla vetta con vista panoramica sul mare ligure che in giornate limpide si possono vedere oltre alla riviera ligure, varie isole, tra cui la Corsica, l'Elba e il Giglio. Tempo di percorrenza 5-6 ore - Dislivello +500/-500 m

- 22 Svizzera** (Carlo – Rita)  
**25** I° giorno: Piacenza – St. Gallen (km 408) - pomeriggio visita St. Gallen e proseguimento per Bregenz per la cena ed il pernottamento.  
II° giorno: Bregenz - Lindau 9km - visita di Lindau - nel pomeriggio vista di Meersburg costeggiando il lago (Lindau/Meersburg 45 km) proseguimento per Costanza (dintorni). Cena e pernottamento. A Bregenz si trova il Monte Pfander, il monte, a 1.064 metri di altitudine, si raggiunge comodamente in cabinovia. Da qui si gode di una splendida vista su tutta la regione e si parte per bellissime passeggiate nella natura.  
III° giorno: visita di Costanza e isola di Mainau, cena e pernottamento a Costanza/dintorni  
IV° giorno: Costanza - Sciaffusa (cascate) rientro a Piacenza.  
**Prenotazioni c/o Davvero Viaggi entro il 28.02.17**

- 30 Appennino Piacentino - Valli Trebbia e Tidone** (Roberto P. – Giancarlo)  
Dal passo della Crocetta su sentiero ben segnalato saliremo al Monte Sorbel, da qui per modesti saliscendi si raggiunge Monte Pietra di Corvo che offre uno stupendo panorama. Ritornati per un breve tratto sui nostri passi con nuovo sentiero arriveremo al Giardino Alpino. Raggiungeremo poi i suggestivi paesini di Praticchia e Cicogni dove la nostra escursione avrà termine.  
Tempo di percorrenza 4 ore - Dislivello +350/-350 m

## MAGGIO

- 1 Alta Val Nure - Rifugio Vincenzo Stoto – Festa di Primavera**  
T + E Tradizionale appuntamento al Rifugio V. Stoto - Dogana del Crociglia. PROGRAMMA: ore 9.00 Accoglienza e partenza per escursioni libere, ore 12.30 S. Messa, ore 13.15 Ristoro per tutti.

- 14 Veneto - Bassa Via Del Garda Veronese** (Ettore - Paolo)  
E Piacevolissimo itinerario che corre alto sul lago in ambiente mediterraneo fra orti e terrazzi coltivati ad olivo, unendo fra loro suggestivi borghi antichi tra i quali, per citarne alcuni, Biazza e Campo, affacciati sullo splendido scenario del lago di Garda. L'escursione è raccomandata a tutte le fasce di età in quanto non presenta particolari difficoltà ed il dislivello non è repentino, ma è distribuito lungo tutto il sentiero.  
Tempo di percorrenza: 5 ore circa. Dislivello: +/- 700 m.

**28 47<sup>a</sup> Lunga Marcia in Alta Val Nure – 5° Trail Alta Val Nure - 1° Trail dei Crinali**

- 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**



EEA Abbinato alla Lunga Marcia il 5° Trail Val Nure, 60 km D+ da correre tutti in un fiato.

**Info: <http://trailaltavalnure.wix.com/trailaltavalnure>**

EEA Abbinato alla Lunga Marcia il 1° Trail dei Crinali, 22 km D+

**Info: <http://trailaltavalnure.wix.com/trailaltavalnure>**

## GIUGNO

- 2 Alto Adige - Alta Val Venosta** (Carlo - Roberto P.)  
**3** I° giorno: partenza per la Val Venosta. Il campanile del vecchio paese di Curon che emerge dalle acque, è diventato uno dei simboli dell'alta Val Venosta. Ma i laghi di Resia e di S. Valentino non sono l'unica attrazione di Curon. D'estate, la regione è meta ambita per i ciclisti: qui passa, infatti, la Via Claudia Augusta. Proseguimento per San Valentino. Cena e pernottamento in hotel.  
**4** II° giorno: Chi vuole andare più in alto, avrà due importanti centri escursionistici a disposizione: al confine con la Svizzera, dalla parte della val di Roia, e nella Vallenga, al confine con l'Austria, ai piedi del ghiacciaio Palla Bianca. Sosta per la colazione ed il pranzo liberi lungo il percorso.  
E III° giorno: Colazione e poi partenza per il rientro sosta per visitare Abbazia e Museo di Monte Maria. Il convento benedettino di Monte Maria a Burgusio (Alto Adige) venne fondato dai conti di Tarasp intorno al 1200. La chiesa monastica barocca rappresenta l'unico esempio di basilica a tre navate colonnate nella Val Venosta. Pregevolissimi il portale ad arco a tutto sesto del Duecento, l'affresco accanto al portale del Settecento ed all'interno gli affreschi e gli stucchi nello stile della Scuola di Wessobrunn.  
**Prenotazioni c/o Davvero Viaggi entro il 31.03.17**



- 24 Valle d'Aosta - Gran Paradiso - Tresenta** (Antonio - Roberto R.)  
**25** Siamo al centro del Gruppo del Gran Paradiso, la Tresenta (3609 m) è una panoramica cima, la sua via normale è facile ma faticosa nell'ultimo tratto, dove la cresta è ridotta ad una pietraia.  
 Gli escursionisti possono salirla sia per la quota ragguardevole sia per il panorama dalla vetta.  
 E I° giorno (E): Tempo di percorrenza 2-3 ore - Dislivello + 772 m  
 + Bisogna semplicemente salire al rifugio Vittorio Emanuele II (2732 m), il cui accesso da Pont Valsavaranche  
 EEA è molto noto e si svolge su comodo sentiero, affrontabile da tutti. Pernottamento con mezza pensione in rifugio.  
 II° giorno (EEA): Tempo di percorrenza 3-4 ore per la salita e altrettante per rientro a Pont -  
 Dislivello + 877 m / - 1649 m  
 Partendo dal rifugio di prima mattina percorreremo la via normale. Facile salita su ghiacciaio non crepacciato e parete N poco ripida, adatta ai principianti. Necessaria adeguata attrezzatura.

### LUGLIO

- 9 Trentino - Val di Fumo** (Alberto - Francesco)  
 EE Per raggiungere il punto di partenza della nostra escursione in Val di Fumo percorreremo la strada che sale da Daone oltrepassando il lago di Boazzo e il ristorante da Pierino, fino al parcheggio del bar alla diga a 1790 m di quota. Davanti a noi l'imponente diga che sbarrava il lago artificiale di Malga Bissina, che costeggiamo sulla sponda Ovest prima di proseguire per Malga Breguzzo. Giunti alla malga il sentiero 240 ci porta al rifugio Val di Fumo in un percorso suggestivo e affascinante.  
 Tempo di percorrenza: 4 ore circa. Dislivello: +/-400 m.

- 23 Valle d'Aosta - Monte Avic** (Carlo - Roberto P.)  
 E Questa piacevole escursione al Rifugio Barbustel porta nel cuore del parco del Mont Avic, lontano da auto e impianti di risalita. I numerosi laghi e la vegetazione ricca di colori rendono questo itinerario indimenticabile. La natura è intatta e panorami sono superbi: dal Lago Bianco i ghiacciai del Monte Rosa sembrano a portata di mano. Ottima accoglienza e buona cucina al rifugio. Se il tempo lo consente si consiglia di proseguire l'escursione verso il Gran Lago, il più grande bacino naturale valdostano.  
 Partenza: 1760 m - arrivo: 2200 m (quota massima: 2309 m)  
 Tempo di percorrenza: 4 ore circa. Dislivello: +/- 550 m  
 Con ulteriori due ore è possibile raggiungere i laghi

### SETTEMBRE

- 3 DOLOMITI DI BRENTA - Cima Croz dell'Altissimo** (Andrea - Alberto)  
 E La cima del Croz dell'Altissimo costituisce un pulpito di dolomia posto davanti alle principali pareti delle Dolomiti di Brenta, ma da questa cima il panorama può spaziare fino alla Paganella e ben oltre. Partendo dal paese di Molveno con la cabinovia si raggiunge la località Pradel dove ha inizio il percorso escursionistico che, con una salita piuttosto forte, conduce alla nostra meta, la cima del Croz (m 2.338). Dalla cima, con un sentiero impegnativo, si scende per il passo del Clamer al rifugio Croz dell'Altissimo (m 1.430) per poi ritornare verso il Pradel. Considerata la difficoltà del percorso, si prevede anche un itinerario più semplice (sempre molto panoramico) che porta ai rifugi Montanara e Croz dell'Altissimo, passando ai piedi delle pareti del Brenta.  
 EEA Itinerario EE: Tempo di percorrenza 6 - 7 ore - Dislivello +/- 1.100 m  
 Itinerario E: Tempo di percorrenza 5 ore - Dislivello +/- 400 m

- 16 Alto Adige - Parco naturale Puez - Odle** (Roberto R. - Giancarlo)  
**17** Due belle escursioni che ci permetteranno di godere dell'unicità dell'altopiano carsico del Puez, con i suoi paesaggi selvaggi e quasi lunari, andando a toccare due delle cime più panoramiche delle Dolomiti. La gita è per tutti, solo per chi vorrà percorreremo le parti più impegnative.  
 E Partendo da Passo Gardena con una bella traversata raggiungeremo il  
 + Rifugio Puez (2475 m). Dopo una pausa per chi vorrà vi sarà la possibilità  
 EEA di salire vetta della Punta Orientale del Puez (2919 m). I° giorno: Tempo di percorrenza 5 ore - Dislivello + 990 m  
 Dal Rifugio posto in uno splendido altopiano partiremo in direzione della Forcella de Gherdenacia e poi ci troveremo in un ambiente selvaggio e quasi idilliaco in cui si alterna il paesaggio roccioso ed aspro, con l'incantevole vista sugli adiacenti e più lontani massicci Dolomitici.  
 Per chi vorrà e sarà attrezzato per farlo vi sarà la possibilità di salire la ferrata del Sassongher (2665 m).  
 Scenderemo poi a La Villa dove troveremo il pullman ad aspettarci.  
 II° giorno: Tempo di percorrenza 6 ore - Dislivello + 500 m



### OTTOBRE

- 1 Appennino Ligure - Parco naturale dell'Antola** (Andrea - Francesco)  
 E Il monte Antola con i suoi 1.597 m si erge sulla catena dei monti liguri al confine con il Piemonte, tanto che dalla sua cima il panorama si allarga dal mare alla Val Trebbia. L'Antola poi è la cima principale del parco naturale che comprende varie altre cime come il Monte delle Tre Croci e il Monte Prella alle cui falde nasce il nostro fiume Trebbia. Il percorso, pertanto, attraversa le pendici boschive delle valli per salire, lungo pascoli ameni, sulle varie elevazioni di queste montagne, godendosi un panorama molto aperto e caratteristico. Altro punto di interesse può essere la visita di paesi come Torrighia e le sue frazioni, che costituiscono tranquille e antiche località di villeggiatura.  
 Tempo di percorrenza 5 - 6 ore - Dislivello +/- 800 m

- 15 Lombardia - Cimon della Bagozza** (Francesco – Roberto R.)  
 Da Schilpario nelle cosiddette "piccole dolomiti bergamasche" si raggiunge la località Cimalbosco (1550 m), da dove ci si incammina sulla destra per la strada forestale che sale al passo dei Campelli. Dopo circa 1400 m si incontra la statua della Madonnina dei Campelli. Seguendo le indicazioni si devia sulla destra e, dopo un tratto quasi pianeggiante, si scende un poco sino al Laghetto dei Campelli (1680 m). Il sentiero attraversa un tratto con bosco rado, per poi puntare al ripido ghiaione che, nella parte alta, si restringe per diventare un canalino di roccette e sfasciumi che termina al passo delle Ortiche (2292 m). Si prosegue verso destra (ovest) per una costa erbosa con facili roccette raggiungendo così la vetta (2409 m).  
 Tempo di percorrenza 4 - 5 ore - Dislivello +/- 860 m

- 29 Veneto - Monti Lessini** (Carlo - Francesco)  
 Questo lungo e affascinante itinerario permette di godere di tutte le peculiarità che l'alta Lessinia può offrire; dallo storico rifugio Podestaria si sale al bivio delle Scortigare affiancando i ruderi della vecchia caserma della Finanza e si inizia a scendere verso Nord superando malga Gasparine di mezzo per arrivare a malga Scortigara di cima in territorio trentino. Superato il caratteristico baito si scende lungo la strada militare per arrivare all'Aguz, l'asperità più settentrionale della Lessinia centrale dove è facile avvistare i camosci e dove sono presenti resti della Grande Guerra. L'itinerario prosegue attraverso boschi e radure verso le Scortigare di fondo e malga Foppiano, un vero balcone verso le Alpi centrali. Da qui si raggiunge malga Castelberto ed il rifugio omonimo sui ruderi di un vecchio edificio militare da cui si gode di una vista mozzafiato a 360° su Alpi, Prealpi, Pianura Padana ed Appennino settentrionale. Il ritorno verso Podestaria ci fa toccare le dolci vallate dei Cordoni e le malghe Boaro, Costeggioli e Cornicello.  
 Tempo di percorrenza 5 ore - Dislivello +/- 600 m

### NOVEMBRE

- 5 Emilia Romagna - Visita culturale a Bologna** (Alberto - Rita)  
 Una full-immersion a Bologna, capoluogo dell'Emilia Romagna per non dimenticare che, pur gravitando su Milano siamo emiliani!!  
 Incominceremo con una bella camminata che ci porterà al santuario della Madonna con bambino detto di San Luca. Sono circa 4 km tutti sotto ad un porticato che, per lunghezza è unico al mondo. Proseguiremo poi nel centro città con la fontana del Nettuno, commissionata dal card. Borromeo per dare più lustro alla vicina piazza Maggiore. Continueremo con la visita alla basilica di san Petronio e non tralascieremo di sostare sotto la torre degli Asinelli e Garisenda. Un'occhiata al voltone del palazzo del Podestà e un giro in piazza santo Stefano. Infine un salto a Venezia, pur rimanendo a Bologna!!!

- 19 Alta Val Nure - Rifugio Vincenzo Stoto – Raduno degli Escursionisti**  
 Classico incontro delle associazioni escursionistiche del piacentino, che si ritrovano per una escursione libera in compagnia e per un piacevole incontro conviviale.  
 T PROGRAMMA: Ore 9.00 Accoglienza e partenza per escursioni libere  
 + Ore 12.30 S. Messa  
 E Ore 13.15 Ristoro per tutti.

- 26 Liguria - Sentiero Verde - Azzurro da Nervi a Camogli** (Emilio – Roberto R.)  
 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 complessivo 930 m Tempi 6 - 7 ore

### DICEMBRE

- 17 Fiaccolata Avis di Bettola** (Giorgio)  
 Alle ore 18.00 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 per scambiarsi gli auguri per le feste ormai vicine. Il programma ed il percorso potranno subire variazioni.

#### 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
- 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 2016.

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)