



Club Alpino
Italiano
Lumezzane



IL LADINO



Anno 2004

Sommario



| | |
|---------|--------------------------------------|
| Pag. 2 | Somma- |
| Pag. 3 | 2005: Verso la Sezione |
| Pag. 4 | Un altro anno è passato |
| Pag. 5 | Storia del Ladino |
| Pag. 6 | Camminare per Conoscere e Tutelare |
| Pag: 7 | I fiori... una passione spontanea |
| Pag. 8 | Attività del G.A.L. 2003 |
| Pag. 9 | Ortles |
| Pag. 10 | Nord Cima Denza |
| Pag. 12 | Finale Ligure |
| Pag. 13 | La cresta del Monte Aviolo |
| Pag. 14 | Informazioni utili |
| Pag. 15 | Sapevi che... - Accadeva 50 anni fa |
| Pag. 16 | L'amicizia in montagna |
| Pag. 17 | Ricordo di un giorno d'estate |
| Pag. 18 | In tre attraverso la Carnia |
| Pag. 20 | La settimana di un pensionato C.A.I. |
| Pag. 21 | Alla Punta Gnifetti come una Regina |
| Pag. 22 | E dopo la Capanna Margherita?... |
| Pag. 24 | Sentiero "Osvaldo Orsi" |
| Pag. 26 | Escursione al Sonclino |
| Pag. 27 | Cooperativa C.V.L. e C.A.I. |
| Pag. 28 | Gita al Cevedale |
| Pag. 30 | Notturna al Bivacco Grazzini |
| Pag. 31 | Notizie di servizio |
| Pag. 32 | Gite escursionistiche 2004 |

2004

Comitato di redazione:

Giuseppe Aquino, Patrizia Pelizzola,
Giuseppe Bottani, Angelo Bresciani, Davide Morzenti.

Hanno collaborato: Giovanni Arici, Piero Belotti, Velia Carbonini, Amanda Franini, Carlo Freddi, Gianluca Gnutti, Paola Manzoli, Giorgio Macario, Gabriella Mori, Vanessa Mori, Gianluca Pasetti, Gianfranco Poffa, Daniela Sommaruga, Gino Urietti e inoltre, Prof. Giuseppe Biati, Maura Bugatti, Enzo Saleri, Educatori della C.V.L., Scuola Media Dante Alighieri

SI RINGRAZIA LA DITTA CAMOZZI.

Consiglio Direttivo

In carica dal 1 novembre 2002
al 31 dicembre 2005

| | | |
|--------------|----------|-----------|
| Reggente | Giuseppe | Aquino |
| Vicereggente | Patrizia | Pelizzola |
| Tesoriere | Livio | Moretti |

| | | |
|-------------|-----------|--------------|
| Consiglieri | Franco | Adriano |
| | Giuseppe | Bottani |
| | Angelo | Bresciani |
| | Francesca | Brignoli |
| | Graziano | Ghidini |
| | Gianluca | Gnutti |
| | Mariarosa | Guerini |
| | Davide | Morzenti |
| | Roberto | Pelizzari |
| | Pietro | Piccaroletti |
| | Claudio | Pozzi |
| | Enrico | Scarpella |

| | | |
|-----------------------|--------------------|---------------------|
| Revisori dei conti | Virgilio Marino | Ghidini Zaniboni |
|-----------------------|--------------------|---------------------|

LE ATTIVITA' CHE SI POSSONO PRATICARE CON GLI AMICI DEL C.A.I. LUMEZZANE

ESCURSIONISMO

ALPINISMO

SCI-ALPINISMO

SENTIERI DI LUMEZZANE

Segnalazione e manutenzione

SERATE CULTURALI



2005: VERSO LA SEZIONE

Venerdì 6 febbraio il Consiglio Direttivo ha proposto, e l'assemblea dei soci ha approvato, di iniziare la procedura di richiesta al C.A.I. Nazionale di passaggio a Sezione dal 2005. E' un passo importante per la vita del sodalizio; la nostra Sottosezione, nata nel 1996 dopo la ventennale esperienza del Gruppo Escursionisti, ha percorso in questi 8 anni un cammino di esperienza che è stato apprezzato da un numero crescente di soci; da 233 iscritti del primo anno siamo passati a 304 in un periodo nel quale a livello nazionale c'è stato un piccolo calo di associati.

Le attività svolte sono state numerose, di buon livello e rimandiamo agli articoli successivi; vogliamo solo sottolineare l'importanza del nostro programma gite sociali, cuore delle attività, che registra presenze elevatissime, ma soprattutto un clima amichevole che rende piacevole anche la gita più faticosa e le serate culturali con ospiti molto importanti.

Da molto tempo alcuni soci sollecitavano di affrontare la questione "Sezione"; qualcuno era più convinto di altri, ma abbiamo preferito aspettare, non bruciare i tempi, convinti che fosse importante maturare ancora. Inoltre in questi ultimi anni nuove energie si sono aggiunte nel lavoro di organizzazione delle tante attività e ci sono adesso tutte le condizioni per chiedere agli organismi nazionali il passaggio. Molto importante è il fatto che, accanto alla consolidata attività escursionistica e su ghiacciaio, si è aggiunta l'attività specifica di alpinismo a un buon livello con la formazione del Gruppo Alpinisti Lumezzane rendendo più completa la nostra esperienza.

Con la Sezione di Gardone i rapporti sono sempre stati ottimi e resteranno tali anche dopo il nostro passaggio a Sezione; anzi ci proponiamo di chiedere fin da ora occasioni di confronto e coordinamento sulle varie questioni che interessano tutti gli appassionati di montagna. All'assemblea di febbraio ha partecipato anche il Presidente della Sezione di Gardone Mauro Baglioni che ha espresso il suo parere favorevole per questo nostro passaggio considerato come una evoluzione naturale.

Sezioni del C.A.I. sono presenti oltre che a Brescia, in altri 13 Comuni della Provincia e Lumezzane, sia pure in ritardo, giunge a questa richiesta con la consapevolezza e la modestia di chi sa che questo non è un punto di arrivo, ma di partenza per migliorare, se possibile, le nostre proposte.

La cosa più importante è mantenere lo spirito di amicizia, passione, entusiasmo che ha caratterizzato il Gruppo Escursionisti prima, la Sottosezione dopo; crescere, maturare ma restare vincolati a valori e ideali con impegno disinteressato.

Affrontiamo con fiducia il passaggio e guardiamo avanti per dare continuità a una esperienza che tanti soci vivono non come semplice acquisizione di un bollino nazionale a un'associazione importante, ma soprattutto come appartenenza a una "famiglia allargata" dove condividere la stessa grande passione di frequentare la montagna; conserviamo la voglia di stare insieme e divertirci, continuiamo a fare iniziative culturali per tutti quelli che vogliono andare in montagna non solo con i piedi, ma anche con la testa e col cuore.

La Sezione di Lumezzane, resterà un patrimonio dei soci; oggi e per qualche anno le energie ci sono, ma ci sentiamo impegnati fin da ora a lavorare perché non manchino nel futuro i dovuti ricambi. Io, Patrizia e gli altri amici del Consiglio Direttivo abbiamo solo provvisoriamente l'onore e l'onere di dirigerla; lo faremo al meglio delle nostre capacità contando sull'aiuto e i suggerimenti di tutti i soci.

Beppe

LE DATE PRINCIPALI

- 1977- Fondazione del Gruppo Escursionisti Lumezzane
- 1978 - Sede in Via Mazzini
- 1996 - Costituzione della Sottosezione
- 1997 - Sede in Via Cavour frazione Valle
- 2000 - Costituzione del G.A.L. all'interno della Sottosezione
- 2003 - Nascita de "Il Ladino"



UN ALTRO ANNO E' PASSATO

Si è chiuso un altro anno di attività assai intenso. Il tesseramento è andato molto bene; sono stati 304 i soci con un incremento del 10%. Tanti i nuovi, con la speranza di continuare a ricevere la fiducia dei soci, "vecchi" e nuovi.

Il programma di gite ufficiali, cuore delle attività, nel 2003 ha registrato oltre 600 presenze e si è svolto in un clima di gruppo sereno che rende piacevole anche l'escursione più impegnativa. Va citata la salita alla Capanna Margherita con ben 52 soci in vetta! Accanto alle gite ufficiali sono numerose le gite organizzate in sede da piccoli gruppi, sia in estate che in inverno. Per gli sciatori si sono svolte due uscite nei mesi invernali; è sempre buona la partecipazione dei nostri soci al raduno di sci-alpinismo Valtrompia-Ski sulle nevi del Maniva.

La sede, aperta il mercoledì sera, è sempre un riferimento per tutti coloro che amano la montagna e desiderano organizzare gite con amici e conoscenti. A disposizione c'è la biblioteca con libri, cartine, riviste e anche alcune videocassette; la sede è aperta da alcuni anni il primo martedì di ogni mese per gli appassionati di alpinismo che anche a Lumezzane è ora una realtà importante. Il gruppo si è allargato a nuovi soci e le uscite sono numerose e di buon livello.

Abbiamo continuato a proporre interessanti serate di proiezioni; tra le più importanti ricordiamo quelle con Sergio Martini, terzo italiano a salire i 14 ottomila, con Walter Belotti del Museo della Guerra Bianca di Temù e con il Dott. Alberto Jeannin; continueremo su questa strada a offrire occasioni culturali ai soci e a tutti gli appassionati di montagna.

Si è proceduto, in collaborazione con l'Amministrazione Comunale, a posizionare la nuova segnaletica dei sentieri di Lumezzane e a collaborare alla guida dei Sentieri di Lumezzane che è in distribuzione in queste settimane. Con la Scuola Media di Pieve si è svolta un'escursione sul Sonclino con grande entusiasmo dei giovanissimi che hanno apprezzato le bellezze del nostro territorio. Un'altra bella esperienza

si è svolta insieme ai ragazzi della Cooperativa C.V.L. con una gita ai laghi di Bruffione. Tra le cose positive del 2003 la nascita del "Ladino"; siamo al secondo numero e speriamo di poter continuare, migliorando i contenuti e la qualità del giornalino, con il contributo di tutti voi. Inoltre sono state numerose le occasioni ricreative e conviviali; ricordiamo la partita di calcio, la bicicletata a Pizzighettone, l'ottobratura ai Prati Magri, la gita notturna al Bivacco Grazzini, la cena sociale, i ricorrenti festeggiamenti in sede per compleanni e feste. Molte di queste esperienze le vedrete raccontate nelle prossime pagine dai protagonisti; i racconti personali esprimeranno meglio le emozioni vissute.

Consiglio Direttivo



STORIA DEL LADINO

Come tutti sappiamo, il Ladino è un monte che rimane a nord di Lumezzane; presenta una cresta rocciosa ed entrambi i versanti hanno una ripida pendenza. Ma ciò che forse fino a questo momento avevamo ignorato è il motivo per il quale gli sia stato attribuito proprio quel nome. Un'origine certa del termine "ladino" non esiste, ma tre sono le probabili soluzioni che sono state individuate.

La prima è quella che ricorre al dialetto, secondo la quale il significato sarebbe scorrevole (da "ladi"). Un'altra definizione è stata ricercata nel termine "ladin", il cui significato è facile, riferito al fatto che è un monte facile per la salita o per il terreno.

L'ultimo significato, infine, è quello che troviamo nel "Dizionario topografico toponomastico della provincia di Brescia" del Gnaga, che lo fa derivare da "ladi" riferito al facile scorrimento di frane. E a proposito di questa definizione è curioso ricordare come la località denominata "Costa", a S. Sebastiano, abbia avuto origine da un masso che si staccò dal Monte Ladino.

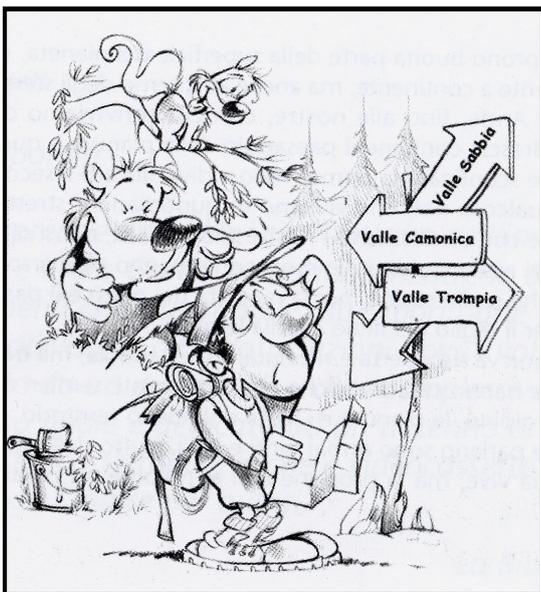
Interessante può apparire la storia della sua origine che viene fatta risalire a ben 65 milioni di anni fa e si conclude 2 milioni di anni fa, quando si diffusero i primi ominidi. L'aspetto più sorprendente è che esso è un'antichissima barriera corallina che si è sollevata dal fondo del Mare di

Tetide e a testimonianza di questo suo remoto passato restano le rocce sedimentarie piene di fossili risalenti a 60 milioni di anni fa.

Ma il Ladino è stato anche protagonista di vicende storiche più recenti. Un evento importante riguarda la II Guerra Mondiale; su questi monti ci furono numerosi episodi della Resistenza con molti giovani partigiani uccisi.

Il resto della storia lo facciamo noi, che con i nostri passi lasciamo un'orma sulla montagna di casa nostra.

Vanessa



PROVERBI

Agn de nef agn de bee

Anni di neve anni di bene

(le neviccate invernali coprivano la terra dal gelo, per il frumento e il granoturco seminato nei campi era vera manna)

Al hul de avril caèt mia fò gnà on fil

Al sole di aprile non toglierti neanche un filo

(anche se la primavera è avanzata e le giornate sono calde fai attenzione perché aprile ha ancora giorni e periodi freddi)

He la luna l'è cerchiada, ol dè dopo l'è bagnada

Se la luna è cerchiata, il giorno dopo piove

(una delle tante parvenze o anticipazioni meteorologiche della civiltà rurale)

Tratto dal libro di Enzo Saleri

CAMMINARE per CONOSCERE e TUTELARE



In questi ultimi mesi con l'aiuto dell'Amministrazione Comunale che, con il suo Assessorato alla Caccia, Pesca e Patrimonio Montano, ha messo a disposizione pali, frecce e tabelle in legno, è stato possibile procedere al rifacimento della segnaletica di alcuni sentieri.

I primi esempi di sentieri segnalati a Lumezzane risalgono agli anni '80. Dopo la nascita in Valcamonica delle Alte Vie N.1 e N.2, grazie all'idea degli escursionisti bresciani Silvano Cinelli e Renato Floreancigh, prese corpo il Sentiero 3 V, unendo i frutti del lavoro di numerosi gruppi bresciani.

Anche il Gruppo Escursionisti Lumezzane (nel 1996 divenuto C.A.I.) aderì al progetto, tracciando il percorso che dal Passo del Cavallo, seguendo la dorsale del Ladino, prosegue fino a Lodrino. In seguito si decise poi di proseguire, segnalando altri sentieri presenti sul nostro territorio coordinando la numerazione con il Comitato di Brescia.

Lumezzane ha una vocazione industriale, ma ha il privilegio di essere circondata da una corona di monti che, pur non raggiungendo quote elevate (la quota massima è m. 1352 del Sonclino), rappresentano ugualmente una bella possibilità per praticare l'escursionismo; si può così vedere la nostra città sotto un'altra dimensione scoprendone le attrattive naturalistiche e paesaggistiche. A pochi minuti dalle proprie abitazioni si possono effettuare escursioni della durata di due-tre ore; chi vuole può anche prolungarle per l'intera giornata.

Con un po' di esperienza e iniziativa ci si può collegare ad altri sentieri che, pur non essendo segnalati, sono ugualmente praticabili e percorribili; li consigliamo però solo a chi conosce discretamente la zona.

Vanno ringraziati i nostri soci che si sono resi disponibili per i lavori di segnalazione, mettendo

a disposizione molte ore del proprio tempo libero; si devono anche ringraziare tutti i cittadini che, nei tratti vicini alle loro proprietà, tengono in ordine il territorio, contribuendo a rendere praticabili questi percorsi.

La manutenzione spesso risulta impegnativa per le caratteristiche dei nostri monti che, essendo relativamente bassi, favoriscono lo sviluppo del sottobosco.

Gli itinerari sono stati pensati, segnalati e descritti ad anello, in senso antiorario; partono e arrivano nello stesso punto, rendendo così più piacevole l'escursione. Speriamo nei prossimi anni di continuare con questo progetto, allargando il ventaglio delle proposte.

Buone escursioni

Sentieri principali segnalati e numerati

S. Bernardo-Prato della Tesa-Sonclino-Buco-Grassi-S. Bernardo

363-362 Passo del Cavallo- Campi Buoni-Eremo di S. Vigilio-M. Prealba-Roccolo Cipriano-Passo del Cavallo

370-369 Loc. Ver-Cocca Matteo-Malga Artecletto-Prato della Tesa-Bivio Basso sopra S. Bernardo-Piass dei Gri-Loc. Ver

368-367 Cascina Cocca-Santuario di Conche

374 Località Valle-Palosso-Poffe-Dosso Vallero-Cascina Cocca

371 Passo del Cavallo-Cresta del Ladino (percorso normale o variante Alta)-Sonclino-Passata Vallazzo-Lodrino

Prossimamente: distribuzione della Guida con cartina "Lumezzane e i suoi sentieri"

3V

I FIORI...UNA PASSIONE SPONTANEA

Sino a 25 anni la mia conoscenza dei fiori si limitava a quelli solitamente coltivati sui balconi di casa: begonie, gerani, petunie. In montagna riconoscevo le rose di natale, i ciclamini, i rododendri, le stelle alpine e poco di più.



Giglio Rosso (*Lilium Bulbiferum*)

Quando venni in possesso di un apparecchio reflex trovai che nelle istruzioni si parlava di macro-fotografia e degli accessori che ne permettono una ripresa facile e soddisfacente. Pur non conoscendone i principi, armato di lenti addizionali, cominciai a ritrarre soprattutto i fiori rustici i quali ingranditi, offrivano in dettaglio la loro bellezza particolare.

Dietro casa la bastionata del Ladino si rivelò fonte inesauribile di scoperte in tutte le stagioni perchè, in virtù delle caratteristiche delle rocce calcaree, vi trovano habitat molti fiori di montagna che sono vanto di reputati giardini botanici naturali. Ma i fiori del Ladino anticipano di qualche mese le fioriture in quota, concedendo il massimo splendore a partire già dal mese di aprile.

**Lasciate l'ambiente
come
vorreste trovarlo**

A primavera si possono così osservare nei prati primula, aquilegia, non ti scordar di me; nei boschi cedui crescono dente di cane, scilla, mughetto, iris, peonia che, per le sue dimensioni, è certamente il fiore più sontuoso. Nelle zone soleggiate prevalgono invece poligala, globularia, daphne, genziana, varie orchidee fra cui l'*ophris bertolonii* di una certa rarità, e sulle rocce si aggrappano gli splendidi ciuffi di primula auricola, comunemente conosciuta in loco come "viola gialla". Sui versanti a sud si può trovare inoltre l'asfodelo, tipico del Mediterraneo; invece, nei pendii a Nord, persisterà la fioritura dell'anemone primaverile, chiaro residuo di epoche glaciali.

Con la stagione più calda sbocceranno i gigli: martagone, rosso o di S.Giovanni, il lino alpino, il gerani e il garofano selvatico.

E' un elenco parziale dei fiori del Ladino, ma altri ancora se ne possono scoprire, basta camminare lentamente e guardare con attenzione.

Un libro specifico potrà aiutare gli appassionati a individuare con soddisfazione i fiori memorizzati o fotografati, mentre la loro conoscenza porterà sicuramente a rispettarli e preservarli in quanto bene comune, ritrovandoli ogni anno come fedeli amici.

Giorgio



Orecchia D'Orso (*Primula Auricola*)



Attività del G.A.L. 2003



In origine il GAL si è costituito con l'intento di aggregare alpinisti presenti sul territorio di Lumezzane.

Il gruppo doveva fungere da punto di riferimento sia per i componenti storici che per coloro che intendessero intraprendere attività alpinistiche.

Nel 2003 il gruppo si è ulteriormente consolidato, composto ora da più di 20 persone, tra cui due ragazze che partecipano attivamente alle attività. Questo si è potuto verificare perché ci siamo imposti due obiettivi: impegnarci al massimo per partecipare ad ogni incontro il primo martedì del mese, programmare una uscita al mese con moderate difficoltà tecniche.

Ogni alpinista ha una particolare attività che predilige perciò il programma svolto quest'anno è stato vario, dalla salita su cascate di ghiaccio, allo sci-alpinismo, all'alpinismo classico, all'arrampicata sportiva fino ad escursioni di media difficoltà.

Cascate perfettamente ghiacciate hanno permesso delle magnifiche salite nei primi mesi dell'anno grazie alle temperature molto rigide.

C'è da segnalare la prova di progressione su ghiaccio eseguita alla Cascata del Soldato (Gaver) che è stata un successo per il gruppo;

oltre 13 persone si sono cimentate nella salita e al singolo ha dato molta soddisfazione.

L'alpinismo classico purtroppo è stato in parte compromesso dal gran caldo che ha reso molto rischiose, in alcuni casi impossibili, alcune salite ad alta quota.

Il 22 marzo 2003 abbiamo inaugurato la nuova palestra di roccia situata nella zona denominata "Alle Scale" sul monte Ladino.

Questa falesia comprende oggi nove vie completamente chiodate a spit con difficoltà dal 4° al 6B. Molto lavoro è stato necessario per ottenere questa palestra ma siamo orgogliosi dell'ottimo risultato ottenuto; inoltre l'esposizione a Sud-Est permette di poter arrampicare anche in inverno nei giorni soleggiati. Si può raggiungere la palestra dopo aver camminato per 30 minuti (il raggiungimento della palestra dona a tutti un bel colorito).

Approfittando del ponte del 25 Aprile, il nostro gruppo con alpinisti del CAI Gardone ha organizzato tre giorni a Finale Ligure (il regno dell'arrampicata in falesia). Fantastiche arrampicate, anche a picco sul mare, hanno esaurito le energie anche al più instancabile della "combriccola". Il 2003 ha visto il consolidamento delle attività svolte dal gruppo con oltre 100 presenze. Alcuni soci hanno partecipato molto attivamente e altri meno, ma comunque sempre con un grande entusiasmo ricevendone altrettante soddisfazioni. In inverno, per mantenerci in forma, due sere per settimana ci alleniamo al coperto nella palestra di arrampicata di Inzino, gestita dal CAI Gardone.

Qui possiamo in tutta sicurezza migliorare la tecnica di arrampicata individuale da sfruttare in ambiente appena la stagione lo permetterà.

Credo che per tutti sia stato un anno positivo e i presupposti per il 2004 sono ottimi.

L'invito è sempre aperto affinché nuove persone possano avvicinarsi al gruppo per provare in prima persona le emozioni che solo la montagna sa dare e che sono alla portata di tanti.

Gianluca

Gruppo Alpinisti Lumezzane

Incontro mensile in sede
Il primo martedì del mese
Dalle 20.30 alle 22.30

ATTIVITA' SVOLTE

Alpinismo classico
Arrampicata in ambiente
Arrampicata in falesia
Cascate di ghiaccio

Per informazioni 030872832
(Ore serali)

Ortles

Guardando nel faldone dove tengo diverse relazioni mi capita spesso di soffermarmi su quella dell' Ortles. E' ormai qualche anno che l'ho fotocopiata dal libretto, e anche se non ho avuto ancora la possibilità di usarla è ormai sgualcita a forza di leggere e rileggere le diverse belle salite che ci sono in questa montagna. Ad inizio luglio mi telefona Davide dicendomi che avrebbe intenzione di andare sull' Ortles per la cresta EST-SUD-EST per la via Hinter-Grat e, se voglio aggregarmi, di farglielo sapere entro pochi giorni. L'occasione è da non perdere, anche perché il tempo sarà sicuramente bello visto che non vuol decidersi a piovere.

Quando richiamo Davide per dargli conferma mi dice che siamo in tre, io, lui e Giovanni, mi comunica inoltre che, dopo molte insistenze da parte di Giovanni per bivaccare all'aperto senza sacchi a pelo, non ci appoggeremo al rifugio Coston ma ci fermeremo in una zona riparata più avanti. Questo non l'avevo previsto, ma con le temperature alte non si dovrebbe stare tanto male, quindi pazienza.

Così il sabato seguente, nel pomeriggio, siamo in partenza per Solda dove facciamo un po' i turisti, ci mangiamo una pizza e poi saliamo verso il nostro posto bivacco. Oltrepassato il rifugio Coston seguiamo il filo della morena fin dove finisce e proprio quando il sentiero inizia a salire troviamo una zona abbastanza riparata dove fermarci. Io trovo una nicchia tra due pareti, Davide e Giovanni si sistemano in una depressione del terreno, prepariamo i nostri giacigli e buona notte. Beh, buona notte si fa per dire, la temperatura non è male ma dormire sulla roccia non è per niente comodo, così nei periodi di veglia possiamo ammirare uno stupendo cielo stellato.

Alle quattro ci alziamo ma siamo parecchio indolenziti. Alla luce delle frontali riordiniamo le nostre cose e già i primi alpinisti ci passano accanto. Facciamo una colazione spartana, controlliamo di non aver dimenticato niente e partiamo. La prima parte della salita su ghiaioni instabili ci obbliga a procedere con estrema attenzione per non smuovere pietre che po-

trebbero colpire chi ci segue. Qualche sasso smosso da chi ci precede ci passa vicino ed arrivati sulla cresta vera e propria tiriamo un sospiro di sollievo. Proseguiamo con passaggi di II grado fino ad un tratto verticale ed esposto che sulla relazione è dato di III grado.

Dopo un breve consulto decidiamo di legarci e per questo tratto progredire in sicurezza. La roccia non è molto stabile ed in certi punti è parecchio scivolosa. Oltrepassiamo alcuni ripidi nevai, superiamo l'ultimo tratto roccioso e finalmente siamo sulla cima. Il panorama è bellissimo, guardiamo la cresta da cui veniamo per cercare di individuare quei passaggi esposti e delicati che ci hanno impegnato.

Purtroppo non ci si può fermare molto perché la discesa per la via normale non è molto meno impegnativa dell' Hinter-Grat. Scendiamo seguendo la traccia sul ghiacciaio fino al bivacco Lombardi dove, dopo un breve tratto su roccia, riprendiamo per l'ultima parte di ghiacciaio che finisce con un lungo traverso su un balcone roccioso. Ci sono parecchi alpinisti che stanno aspettando il loro turno per

poter affrontare un lungo tratto verticale attrezzato con catene e noi ci mettiamo in coda. Arrivato finalmente il nostro turno ci portiamo alla base della parete. Dopo alcuni saliscendi arriviamo al rifugio Payer ed alla fine della via normale.

Siamo completamente soddisfatti di questa bella salita e della discesa che non è stata per niente banale ma non è ancora finita, anche se ora è tutto sentiero, raggiungiamo con un largo giro il rifugio Tabaretta e, senza fermarci, continuiamo verso il parcheggio con un unico pensiero. Pensiamo al laghetto visto il giorno prima dove poterci rinfrescare e riposare prima del lungo viaggio di ritorno.

Carlo



Nord Cima Denza

L'obiettivo principale di un alpinista è quello di raggiungere vette importanti, come Adamello, Presanella, ma dopo un po' nasce il desiderio di salire cime non così conosciute, molte volte all'ombra delle prime, ma non così affollate, dove quasi sempre si è gli unici dopo molto tempo a calcarne la cima. Allora scatta la ricerca su libri e guide e la salita alla Cima Denza di 3160 metri è nata proprio con questo spirito.

Una bellissima salita abbastanza faticosa con una discesa che si rivelerà particolarmente tecnica. Già dalla Statale del Tonale la si vede benissimo un po' a sinistra della

un attacco diretto alla nord attraverso un'insenatura rocciosa, e per un accesso all'attacco un canale roccioso che speriamo sia praticabile, pena un lungo giro attorno ad uno sperone roccioso.

La discesa è invece su roccette, un ripido canale nevoso ed un innocuo ghiacciaio (innocuo mah). Visitiamo la chiesetta e la troviamo occupata da due sacrileghi che l'hanno scambiata per il loro dormitorio con l'altare come cucina, roba da matti. Ci ritiriamo col cielo che si rannuvola e ci preoccupiamo non poco.

Dormiamo molto bene, alle prime luci partiamo

con il cielo ancora nuvoloso, abbiamo deciso di andare almeno all'attacco. Non siamo molto allegri perché tutti e due abbiamo molta voglia di montagna e rinunciare non è mai bello, ma prima di tutto la sicurezza. Mentre ci avviciniamo al canale roccioso miracolosamente comincia a schiarirsi e così anche il nostro animo. In più la parete sinistra del canale è praticabile. Indossato il casco partiamo su tratti divertenti di II e III grado.

Dopo 50 metri di arrampicata con piccoli traversi sbuchiamo sotto il nevaio del canale, percorso un tratto abbastanza ripido ci

fermiamo, indossiamo i ramponi, afferriamo le picche e via si sale. Il canale ha una profonda Rigola formata dall'acqua dalla quale ci teniamo a volte a destra altre a sinistra. La neve non è molto dura e capiamo già che sarà una bella fatica. Il primo obiettivo è un masso infilato nella neve dove il canale si restringe e devo dire che ci impiegherà un bel po' ad ingrandirsi e sfilarci accanto. Dopo la strettoia il canale si allarga a parete e si avvicina alla vetta. Il panorama è chiuso ma è già una bella visione il canale stesso con le sue alte pareti laterali e lo scivolo sot-



grandiosa parete nord della Presanella. Un lungo canale nevoso sale da nord dritto in cima con una strettoia a metà a mo' di clessidra con dislivello di 700 metri.

A mano a mano che si sale verso il rifugio Denza il canale sfilava a lato e giunti a destinazione sparisce del tutto. È giugno, il rifugio è ancora chiuso, ci sistemiamo nel bivacco e lo troviamo animato da molti alpinisti, ma niente paura perché siamo sicuri che la loro meta non sarà certo la Cima Denza. Sistemate le cose usciamo e studiamo l'avvicinamento alla via; sembra sia possibile



Nord Cima Denza



to di noi.

A 150 metri dalla vetta siamo stanchi, abbiamo già percorso parecchia strada e proprio qui ci aspetta una sorpresa, i 45-50 gradi del percorso diven-

tano 55, la neve peggiora, diventa friabile e inconsistente e ci costringe quasi a scavare una trincea, ma cocciuti proseguiamo e con molta attenzione e fatica piantiamo la piccozza sulla bocchetta di uscita. Dopo 20 metri di scalata su facili roccette siamo finalmente in vetta. Siamo molto felici della salita faticosa e, a causa della neve pessima, anche tecnica.

Come pronosticato al rifugio siamo gli unici a goderci questo posto, anche questo è meraviglioso. La vista è grandiosa sulla est e nord della Presanella e sul gruppo del Cevedale, il cielo è limpido, la salita è stata emozionante e Davide è soddisfatto. Cosa vogliamo di più? Una discesa altrettanto bella, detto fatto. Dopo brevi roccette ed uno scivolo di neve eccoci al passo Cornisello.

Qui notiamo con non poca soddisfazione che ci attende un canale in discesa di 100 metri, ripido ma con neve bella; poi il ghiacciaio innocuo detto all'inizio. Davide parte ed io lo seguo a ruota, fortuna che usiamo due picche che anche durante la salita si sono rivelate indispensabili. Terminato il canale ci si para davanti l'innocuo ghiacciaio (errore!) un'inclinazione di circa 45° da attraversare per 150 metri. Sicuramente una piacevole sorpresa che dalla cima non ci aspettavamo, sminuendolo ad una semplice passeggiata. Ah la prospettiva! Fatta l'attraversata proseguiamo senza sorprese sino al rifugio.

Salita bellissima alla cima Denza per il canale nord, resa ancora più avventurosa dalle difficili condizioni della neve e dalla bella discesa e, non ultimo, per l'isolamento totale nel quale io e Davide ci siamo immersi per qualche ora. Insomma salita che rifaremo sicuramente. Un soddisfattissimo ciao da due

alpinisti molto contenti.

Giovanni

Una via se troppo affollata perde tutta la sua bellezza



Finale Ligure

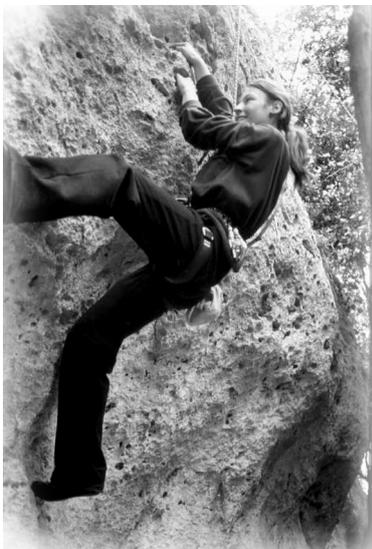
L'ultimo weekend di aprile 2003 è stato di certo il più insolito, uno dei più divertenti e ansiosamente atteso. La sveglia alle quattro preannunciava una lunga giornata, ma si stava per andare al mare per una magnifica arrampicata; il solo pensiero dava l'energia necessaria per abbandonare il caldo tepore del letto. Si prospettava un lungo viaggio in auto, ma l'ottima compagnia lo ha reso divertente fin dai primi chilometri. Arrivati a Finale Ligure il primo problema da risolvere era trovare una buona sistemazione per la notte. Attrezzatissimi, con tende, sacchi a pelo e perfino un fornellino, dopo qualche dubbio su un campeggio abbarbicato in cima ad una collina ai limiti del bosco, è stato saggiamente deciso per uno in paese, ma immerso comunque nel verde. Aspettando che tutti fossero sistemati, è stato tagliato un po' di pane, salame e formaggio, tutto accompagnato da qualche bicchiere di vino; giusto per inaugurare questo weekend a lungo atteso. Finalmente tutti pronti per arrampicare! Con un occhio rivolto sempre al cielo, coperto da minacciose nuvole, abbiamo iniziato l'ascesa verso la cima.

Mentre stavamo arrampicando, due elicotteri hanno distolto la nostra attenzione da prese ed appigli; qualcuno in difficoltà su una parete poco distante, ma nessuno dei nostri. Dopo tanti mesi di attenta organizzazione sarebbe stata proprio una sfortuna! Terminata la via siamo ritornati in tenda; una doccia veloce e poi subito in cerca di una pizzeria. Quanta gente! Tutto esaurito ovunque. Mentre il mio stomaco iniziava a lamentarsi, qualcun'altro già scambiava le persone per enormi bistecche e, di tanto in tanto, tentava di morsicare loro un braccio o una spalla. Finalmente la tanto agognata cena è arrivata e così, dopo avere rinfrancato il corpo con una buona pizza e qualche birra (che sembra non mancare mai fra i più appassionati climbers!), siamo tornati in tenda per un meritato riposo.

Era la prima volta che dormivo in tenda e devo ammettere che non è affatto scomodo. Sarà stato il materassino spesso, il sacco a pelo morbido e caldo o forse perché, a causa di una leggera pendenza del terreno, durante il sonno sono rotolata addosso a mio padre, riposando così su un enorme sandwich, fatto appunto di materassini, sacchi a pelo e... ciccia!

Il secondo giorno è stato il migliore. Dopo l'immancabile colazione, ci siamo avviati verso alcune falesie poco distanti. Quale emozione arrampicare mentre il mare alle nostre spalle ci osservava e le onde sotto di noi cercavano di raggiungere i nostri piedi! Poco distanti due delfini giocavano con le

scie lasciate dai traghetti. Il rumore del vento si confondeva con quello dell'acqua, ed anche se si era in equilibrio precario, da quelle pareti non si sarebbe mai voluti scendere! Piuttosto di farsi calare, si sarebbe preferito fare un bel tuffo in quel blu così intenso ed invitante, ma era meglio evitare di cadere rovinosamente sugli scogli, magari proprio sopra a chi, concedendosi un piccolo riposo, si era appisolato immaginando di pescare un bel delfino e già preoccupandosi di come cucinarlo. Anche chi arrampica non vive di sola corda e roccia!



La sera, memori degli attacchi di cannibalismo accorsi a qualcuno il giorno precedente, abbiamo fatto un breve spuntino a base di pane, salame, formaggio il tutto accompagnato con qualche bicchierino di Refosco; il vino non può di certo mancare! La ricerca di una pizzeria è stata più fortunata stavolta. Dopo avere cenato abbiamo fatto una passeggiata sul lungomare. Fra tutte le coppiette che passeggiavano io, di certo, ero la più invidiata:

non uno, bensì una decina di cavalieri tutti per me! D'altronde ero anche l'unica ragazza ad avere aderito a questa mini-vacanza! Peccato che dopo pochi metri alcuni si siano dispersi fra le onde perché, invece di correre lungo il bagnasciuga, si sono diretti verso il mare aperto. Sono certa che sono stati disorientati dal profumo della salsedine, non di certo dal dolce "idromele" col quale hanno brindato alla magnifica giornata! Il terzo giorno è iniziato con un filo di nostalgia.

Abituata ormai a passare le giornate in compagnia, fra sole, mare e splendida roccia, pensare che a sera tutto sarebbe svanito, non poteva di certo rallegrarmi. Il sole caldo del mattino preannunciava una splendida giornata, che sarebbe stata in parte dedicata alla visita di un borgo antico. Non si può dire che i climbers amino solo la roccia; le inferriate di alcune finestre e i muri ruvidi delle case hanno ugualmente attirato qualcuno che, fortunatamente, ha poi deciso di proseguire camminando come tutti. Terminata la visita ci siamo diretti verso una falesia poco distante dove spendere le poche energie rimaste prima del ritorno a casa. Mentre il sole moriva alle nostre spalle, anche questo fantastico weekend si concludeva, rimanendo però indelebile nella mente di ognuno.

Paola



La cresta del Monte Aviolo

Il monte Aviolo è una bella montagna sopra Edolo alta 2881 mt. e la parte finale è abbastanza impervia; anche salendo dalla via normale nell'ultimo tratto bisogna fare attenzione. Durante una serata nella sede del CAI Lumezzane esce la proposta di salire sull'Aviolo dal bivacco Valerio Festa per la cresta est che presenta alcuni passaggi di 3° grado. Anche questa era una montagna che avevo visto tante volte e c'erano già stati più progetti per salirla quindi mi unisco con entusiasmo al gruppo che vorrà partecipare a questa iniziativa.

Alla fine saremo in quattro a partire, io, Gigi, Davide e Giovanni. Partiamo il sabato pomeriggio, il tempo non è dei migliori, anzi prima di arrivare a Edolo prendiamo anche un temporale e il cielo è cupo; però quando iniziamo a salire per la strada che porta alla condotta che alimenta il laghetto artificiale a sud di Edolo il cielo inizia a schiarirsi. Lasciata la macchina verso le 17.30 ci avviamo verso la Malga Stain per poi entrare nella selvaggia Val Gallinera che porta al Bivacco Festa a metri 2330; la tabella di marcia è di 3 ore di cammino, per fortuna il tempo si è messo al bello, ma il terreno è inzuppato e le piante sono fradice di acqua perché il temporale è passato da poco. Arrivati a Malga Stain a 1780 mt. si presenta l'imponente parete nord del Corno Baitone; dopo 2 ore siamo finalmente al bivacco. Dopo una frugale cena usciamo a goderci il panorama della cresta est dell'Aviolo e la parete nord del Corno Baitone.

Il bivacco si raggiunge anche dalla Val Paghera che inizia a Vezza D'Oglio; si arriva al rifugio vicino al lago Aviolo e si prosegue con comodo sentiero fino al bivacco. Alle 5.00 siamo già imbragati e pronti per partire, il tempo per fortuna è bello e non fa nemmeno freddo.

La corda per il momento la teniamo nello zaino e decidiamo di partire slegati, se ci sarà necessità la useremo. Nella

prima ora è più un camminare, ma poi finalmente si inizia ad arrampicare. La cresta è veramente molto bella e divertente, la roccia è sana e ben appiglia-

ta. Saliamo con cautela, in soli due punti usiamo la corda perché i passaggi sono delicati e non è il caso di rischiare. Dopo 4 ore siamo in vetta un po' affaticati perché di soste ne abbiamo fatte poche e la cresta era abbastanza lunga e con un dislivello complessivo di 550 metri. Ma ne valeva la pena.

È sicuramente una delle più belle creste che abbia mai percorso e dalla vetta il panorama



spazia dall'Adamello al gruppo del Bernina, le montagne della Aprica e la parete nord del Baitone. Il tempo tiene e allora ce la prendiamo con comodo, mangiamo e beviamo la poca acqua rimasta, riposiamo e ci godiamo il panorama. Dopo un'oretta iniziamo a scendere seguendo la via normale. Il primo tratto è ripido e troviamo anche un po' di neve, abbiamo solo una picca con noi quindi scendiamo con attenzione. Ci sono anche alcune catene che aiutano la discesa. Man mano si scende il sentiero si fa più agevole, arriviamo su un ghiaione e poi il sentiero si fa più pianeggiante.

Anche il rientro è piuttosto lungo e impieghiamo 3 ore per arrivare alla macchina in località Preda a 1502. Arriviamo verso le 13.00 affamati e dopo esserci cambiati ci avviamo verso una pizzeria sul lago d'Iseo.

Gino

**IL RISCHIO ZERO IN MONTAGNA
NON ESISTE**

Uscire illesi da una valanga è una vera fortuna,
è meglio però non approfittarne!



EFFETTO VENTO

Il vento sottrae al nostro corpo un'ingente quantità di calore che aumenta con fattore esponenziale. A seconda della presenza o meno del vento, con la stessa temperatura dell'aria, ci si può fermare a prendere il sole o rischiare dei seri congelamenti.

Il nostro corpo è una macchina termica che produce calore. Gli indumenti che indossiamo non hanno lo scopo di riscaldare, ma di isolare e coibentare al meglio la nostra superficie a contatto con l'esterno. L'aria infatti che ci circonda si riscalda e ci sottrae una certa quantità di calore, in genere molto limitata, dato il basso calore specifico dell'aria. Con il vento si accelera però il ricambio del sottile strato d'aria a cui cediamo parte del nostro calore: in certe condizioni veniamo pertanto rapinati pesantemente di una grossa quantità di energia.

Guardando la tabella a fianco si può notare che, con un vento di 30 Km/h e una temperatura di -10°C, condizioni certo non infre-

quenti in montagna, l'effetto per il nostro corpo equivale a una temperatura di -28°C. È evidente che un'adeguata protezione riduce al minimo i rischi dovuti al raffreddamento, che si limiterà alle sole zone esposte: orecchie e punta del naso. La lana o il piumino, naturale o sintetico, al di sotto della giacca a vento, creano infatti delle microcamere d'aria isolanti e da noi riscaldate che riducono la cessione del calore all'esterno.

| Velocità vento Km/h | Temperatura effettiva dell'aria in C° | | | | | | | |
|------------------------|---------------------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | 10 | 5 | 0 | -5 | -10 | -15 | -20 | -25 |
| | Temperatura sul corpo umano in C° | | | | | | | |
| 0 | 10 | 5 | 0 | -5 | -10 | -15 | -20 | -25 |
| 10 | 8 | 2 | -3 | -8 | -14 | -19 | -25 | -30 |
| 20 | 3 | -3 | -9 | -16 | -22 | -29 | -35 | -42 |
| 30 | 0 | -6 | -13 | -20 | -28 | -34 | -41 | -48 |
| 40 | -1 | -8 | -16 | -23 | -31 | -38 | -45 | -53 |
| 50 | -2 | -10 | -17 | -25 | -33 | -41 | -48 | -56 |
| 60 | -3 | -11 | -19 | -27 | -34 | -42 | -50 | -58 |
| 70 | -4 | -12 | -19 | -28 | -35 | -43 | -51 | -59 |

DISTORSIONI

La cosiddetta "storta" o "distorsione" è tra le lesioni più frequenti dell'escursionista. Cosa capita alla nostra articolazione e che fare in questa spiacevole evenienza? Le parti terminali delle ossa sono mantenute in reciproco rapporto da un complesso sistema di tessuti molli, capsule e legamenti che hanno il compito di mantenere in posizione i capi articolari, favorirne alcuni reciproci movimenti e impedirne degli altri. Un movimento maldestro, in genere la rotazione con appoggio del piede verso l'interno, causa una lesione di questa struttura di sostegno, con conseguente tumefazione, dolore poco evidente a lesione ancora "calda".

A seconda della gravità può risultare una semplice contusione, la rottura parziale o completa del legamento, a volte anche la frattura del malleolo. Se la lesione è di una certa estensione si aggiungerà anche una instabilità dell'articolazione con una mobilità eccessiva del piede dalla parte del lato lesa. Nei casi meno gravi il trattamento richiede riposo, farmaci antiinfiammatori e soprattutto l'applicazione tempestiva di freddo (borse di acqua o neve), da ripetere poi nei giorni successivi per almeno 20 minuti, tre volte al giorno, in modo da ridurre il gonfiore.

Può essere utile inoltre un bendaggio di contenzione che non va però mai eseguito in presenza di lesioni cutanee (ad esempio vesciche); deve essere confortevole e non deve presentare pieghe. Le distorsioni non sono in genere lesioni pericolose, ma non vanno sottovalutate, vista la lentezza per la guarigione. Rimane spesso una certa debolezza della parte offesa, con una facilità al ripetersi dell'errore di posizionamento del piede, responsabile della primitiva lesione. L'uso dei bastoncini può risultare utile per ridurre il carico sugli arti inferiori e proteggere da fastidiose recidive.



Segnali internazionali di soccorso alpino

Chiamata di soccorso.

Emettere richiami acustici od ottici in numero di:

sei ogni minuto
(un segnale ogni 10 secondi)
un minuto di intervallo.

Risposta di soccorso.

Emettere richiami acustici od ottici in numero di:

tre ogni minuto
(un segnale ogni 20 secondi)
un minuto di intervallo.



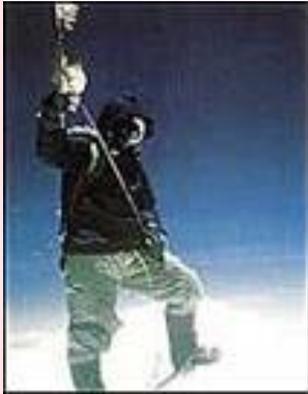
abbiamo bisogno di soccorso



non serve soccorso

Sapevi che...

L'Everest, nella catena dell'Himalaya al confine tra il Nepal e il Tibet, rappresenta una delle più impegnative e significative scalate del mondo.



Con i suoi 8846 metri è **la montagna più alta della terra.**

Per i nepalesi il suo nome è **Sagarmatha**, la dea del cielo, mentre i tibetani e gli Sherpa del Nepal del nord si riferiscono alla montagna come **Chomolungma**, la dea madre dell'universo; essa è nota al mondo occidentale come **Everest**, dal nome del generale George Everest, ispettore dell'India dal 1830 al 1853.

La prima esplorazione alpinistica risale al 1921 e venne condotta da **George Leigh Mallory**. Dopo diversi tentativi, il **29 maggio 1953, Tenzing Norgay (Sherpa) e Edmund Hillary** furono i primi uomini a raggiungere la vetta della montagna, a quota **8.846 metri**.

8 Agosto 1786, alle ore 18:23 p.m. l'inviolabile cima del Monte Bianco fu conquistata. Un'asta, ammantata da un fazzoletto rosso, fu conficcata nel morbido manto nevoso posto a 4808 m d'altezza dove mai piede umano aveva lasciato impronta. Nella storia fu considerata la prima grande impresa dell'alpinismo mondiale!

Il dottor Michel Gabriel Paccard insieme a Jacques Balmat, due cittadini di Chamonix, avevano compiuto l'impresa, conquistare la cima del più alto ed imponente monte d'Europa, considerata, sino allora, un'assurda e sconsiderata spedizione, impossibile ad essere umano.



Accadeva 50 anni fa

Alle ore **18.00 del 31 luglio 1954** **Lino Lacedelli e Achille Compagnoni** raggiungevano, primi uomini nella storia, gli 8.611 metri della **vetta del K2**, la seconda cima della Terra.



Lino Lacedelli e Achille Compagnoni in vetta al K2

Il "Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico" fu ufficialmente costituito il 12 Dicembre 1954 a Bergamo, nel corso di una riunione del Consiglio Centrale del CAI sulla base di un piano presentato dal medico trentino Scipio Scenico: l'argomento era relegato alla voce "Varie ed eventuali". Ora il Soccorso Alpino è una realtà viva e preziosa per il CAI, ma, più in generale, nell'ambito della montagna; un'istituzione di alto contenuto umano e solidaristico, la cui operatività non conosce sosta.



L'AMICIZIA IN MONTAGNA

Il paesaggio, l'ambiente, la natura circostante, i suoi alpeggi, le sue baite, le sue cime, i suoi fiori, i colori, i profumi, sono i primi aspetti che noi andiamo a toccare entrando in un contesto montano.

Tutto questo fascino non può passare inosservato in una realtà naturale che possiamo definire grandiosa, immensa, affascinante. Se esaminiamo ogni aspetto ci accorgiamo di quanto esso attragga ognuno di noi che frequentiamo questi luoghi. Il contatto con la natura, il rapporto con le persone del luogo (alpeggiatori, rifugisti), le conoscenze degli aspetti naturalistici, la nostra visione in questi ambienti così ampi, fa sì che chi frequenta questi luoghi abbia qualcosa che li accomuna; può essere il bello del luogo, la scoperta di un mondo che non conoscevi, il voler mettersi in gioco di fronte a delle difficoltà o il voler sfidare se stessi nell'affrontare ascensioni di un certo impegno. Questi ambienti ci regalano degli spettacoli e delle emozioni che a volte per noi stessi è difficile descrivere; con la mente scattiamo delle fotografie per memorizzarle dentro di noi.

Ricordo quando Alvaro veniva a casa e mi raccontava con meraviglia ciò che la domenica aveva vissuto e gli chiedevo "Ma fotografie da farmi vedere non le scatti mai?" e mi rispondeva "Le foto le ho dentro di me nella mia mente"; poi con il tempo ho capito ciò che lui intendeva. Non sempre si può scattare o riprendere le immagini più belle e suggestive al momento giusto; le emozioni, i sentimenti e le sensazioni di quell'istante non possono essere impressi nella fotografia.

Sono scenari diversi dal camoscio posto su uno sperone di roccia ad osservare l'orizzonte, un tramonto da una cresta da dove si può ammirare tutto il suo rossore e il suo lento calare dietro una cima, un'alba vista dalla cima del Pizzocolo o da Cima Colombine, distese di rododendri in fiore nella sua stagione. Una fotografia la puoi scattare se sai cogliere in quell'istante il momento propizio ma lo stupore, la meraviglia, la bellezza e la gioia con una acutezza non può essere impressa in nessuna fotografia.

Di questa grandezza fanno parte anche i rapporti umani che si instaurano tra i compagni durante un'uscita ma anche per quelle amicizie che nascono lungo i tragitti o durante una sosta ai rifugi. Si rompe il ghiaccio cominciando a chiedere la località di provenienza pas-

sando poi alle informazioni sulla meta che si è svolta o che si andrà a svolgere.

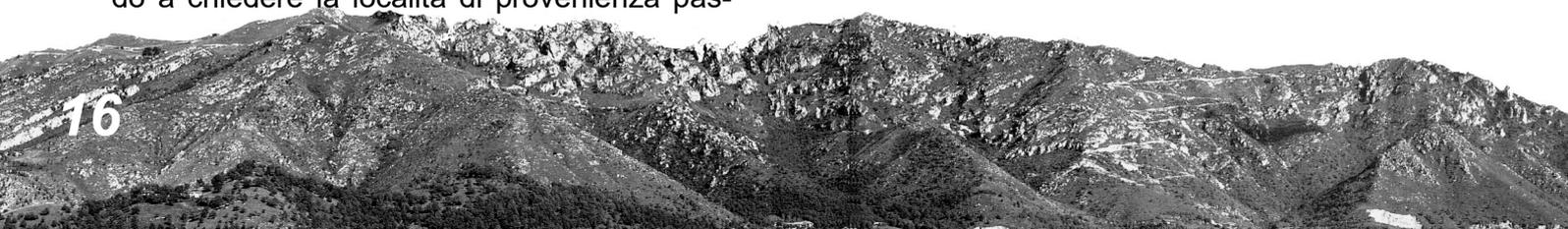
Ed è proprio da queste informazioni superficiali che può iniziare un'amicizia entrando in argomenti non necessariamente alpinistici ma che comunque ti portano a reciproche confidenze ma anche la curiosità per cui le persone hanno scelto questa meta piuttosto che un'altra; come l'episodio avvenuto al rifugio Pedrotti quando Stella ha fatto amicizia con dei californiani che vista la loro altezza non potevano passare inosservati. In questi luoghi si saluta l'estraneo che incontri sul sentiero, può capitare di offrire o di scambiarsi da bere o da mangiare (salame, formaggio, grappa) offrire una mela o yogurt a chi non ha niente nello zaino per non appesantirlo.

Tra gli abituali compagni di gita capita che si possa instaurare un rapporto più confidenziale con alcuni di essi piuttosto che con altri; questo non è voluto dalle persone ma forse dalle situazioni in cui ci si viene a trovare, talvolta per una questione di sicurezza o per degli interessi in comune come possono essere le uscite dei pensionati che hanno in comune la settimana a disposizione oppure chi pratica lo sci alpinismo che possono insieme organizzare le varie giornate dedicate alla neve.

Ma il piacere di stare una giornata insieme condividendo le fatiche della salita, l'entusiasmo che ci assale dopo aver raggiunto una meta, l'apprezzare il compagno che è disposto ad aiutarci in un momento di difficoltà soprattutto se ad avere bisogno è una "persona carina", sono alcune motivazioni per cui la domenica dopo ci si vuol ritrovare insieme per vivere un'altra giornata indimenticabile.

Ma la montagna è anche conoscere noi stessi quando ci troviamo a contatto diretto con la natura, in quel silenzio che ci aiuta a riflettere entrando in quella dimensione umana indispensabile all'uomo, con l'armonia di ciò che in quel momento ci circonda, in questo modo riusciamo ad apprezzare gli aspetti della vita che forse prima non coglievamo, dovuti al fatto che il tempo ci sfugge.

Patrizia



Ricordo di un giorno d'Estate

Sta finendo l'estate, una meravigliosa stagione che ogni anno ci lascia un bagaglio di ricordi che ci accompagneranno per tutto l'anno successivo di lavoro o di studio, in attesa dell'estate seguente. Il ricordo più significativo della mia estate 2003 rimarrà sicuramente la splendida gita di due giorni per raggiungere il bivacco Giannantonj. Da tempo con la mia famiglia desideravamo vedere il Pian di Neve dell'Adamello, ma avevamo bisogno di qualcuno esperto che ci accompagnasse e così abbiamo potuto realizzare il nostro desiderio grazie alla disponibilità di Giuseppe e Patrizia che si sono offerti di farci da guide.

Il 13 agosto siamo partiti da Savio per raggiungere il rifugio Prudenzi con una splendida giornata di sole e una compagnia di 10 persone. Il paesaggio che porta al rifugio è stupendo, anche se la siccità di questa torrida estate ha ridotto notevolmente la quantità d'acqua che solitamente bagna il sentiero con vari rigagnoli.

Ci siamo fermati a pranzare nei pressi della diga che rispecchiava il colore azzurro intenso del cielo, circondati a destra e a sinistra da splendide e maestose montagne. Infine nel pomeriggio abbiamo raggiunto il rifugio.

Per alcuni di noi era nuova anche l'esperienza di una notte in un rifugio: dormire (o almeno provarci) in letti a castello di tre o quattro piani che quando uno si muove si muovono con lui anche tutti gli altri che dormono sotto, cenare in compagnia di altre persone che nemmeno conosci ma che l'atmosfera della montagna rende amiche, una partita a carte, una chiacchierata che solitamente non si ha neppure il tempo di fare perché troppo presi dalle nostre occupazioni o una dedica sul diario del rifugio per dire che anche tu sei passato di lì. La mattina seguente, 14 agosto, dopo una abbondante colazione, intorno alle 6.30 siamo partiti per raggiungere il

bivacco Giannantonj.

La vista splendida sul Pian di Neve che si è aperto come un mare davanti ai nostri occhi quando abbiamo raggiunto la cima ci ha ripagato di qualsiasi fatica fatta per raggiungerla.

Mancavano ormai pochi metri al bivacco quando ci hanno rapidamente raggiunto nuvole cariche di acqua che si andavano via via confondendo con il colore del ghiacciaio.

Prima che tutto il paesaggio fosse avvolto dalle nubi abbiamo potuto vedere la punta Adamello e le tré Lobbie, dopo di che ci siamo dovuti riparare nel bivacco. Abbiamo così provato anche l'emozione di trascorrere lì un po' di tempo, fino a quando le nubi si sono diradate e abbiamo potuto uscire per ridiscendere a valle. Prima

però c'è stato il tempo per le foto e per imprimere intensamente nelle mente e nel cuore quella meravigliosa immagine che la natura ci stava offrendo.

Vorrei concludere con un grazie affettuoso e sincero per Giuseppe e Patrizia, per la loro disponibilità ad accompagnarci, per la pazienza che hanno avuto nell'adeguare il loro passo al nostro (un gran poco allenato) e per aver

condiviso con noi la gioia di due splendidi giorni insieme.

Maura



In tre attraverso la Carnia...



Durante le mie vacanze estive 2003 ho vissuto un'esperienza escursionistica e alpinistica veramente unica: un trekking di cinque giorni tra Italia e Austria sui luoghi della I Guerra Mondiale, un incantevole itinerario attraverso aspre montagne, verdi vallate, vasti boschi di conifere e latifoglie. Siamo partiti in tre io, mio padre e Gianchi, un gruppo ormai collaudato e affiatato; era la prima volta che mi avventuravo in un trekking di così lunga durata e vi confesso che ero alquanto preoccupata.

Non avevamo un programma preciso, un percorso ben delineato ma la volontà di raggiungere la meta prefissata: percorrere l'intera "Traversata Carnica" partendo da Timao fino a Ugovizza.

Non del tutto sprovveduti, però, a Timao avevamo appuntamento con il responsabile dell'Escursionismo alpinistico il signor Gianni Matiz, che gentilmente ci ha fornito di cartine e informazioni preziose e alquanto indispensabili, per guidarci durante la nostra "missione".

La prima tappa era il Rifugio Fabiani raggiungibile attraverso un antico sentiero definito "Dei Pastori" usato per la transumanza degli animali e come collegamento fra i pascoli carnici e carinziani delle "Coste Alte" della Catena Carnica e la "Valle".

In ritardo sul programma finalmente arriviamo al rifugio Fabiani (1539 m) dell'Azienda Forestale della Regione Friuli Venezia Giulia e gestito da una coppia di coniugi che ci accolgono con tutti gli onori, anche perché unici ospiti del Rifugio, preparandoci una cenetta con i fiocchi, piatto for-

te il "frico" una specie di frittata di patate e formaggio salato che gustiamo fino all'ultimo boccone senza pensare alla linea od al colesterolo. La mattina veniamo svegliati dal nitrito dei cavalli abituali abitanti della valle.

Dopo un'abbondante colazione si parte per la seconda tappa del nostro trekking, la più lunga ma anche la più suggestiva. Camminiamo per circa nove ore seguendo il sentiero 403 "Alta Via Carnica", lungo il confine Italia Austria passando fra vaste zone di prati e pascoli, dipinti di rosa dal rododendro alpino e di nero dai ribes e mirtilli, bagnati da fresche acque sorgive e da piccoli laghetti naturali.

Percorrendo il sentiero 403 in direzione nord/est, ci alziamo alla larga ed erbosa Sella di Cordin che offre uno splendido panorama sui nevai e ghiaioni del monte Zermula e sull'imponente piramide dell'Hochwipfel. Dopo circa cinque ore di cammino non ancora soddisfatti decidiamo di saltare una tappa del percorso superando il Rifugio Cason di Lanza, imbocchiamo il sentiero che sale per la massima pendenza prima in un lariceto, poi per i pascoli del Pian di Lanza fino a raggiungere la Sella di Val Dolce, crocevia di sentieri che si presenta come un ampio crinale a radura che si estende tra le Pale di S.Lorenzo e lo Zottachkopf.

Lo spettacolo attorno a noi è fantastico: vallata macchiata di rododendri e pino mugo, ampi spazi prativi e vaste brughiere alpine alternate da ampie conche che contrastano con il paesaggio selvaggio di giganteschi massi del Doberbach, il tutto arricchito dalla maestosità della Creta di Aip e dal vasto panorama di monti che si estendono fino alle cime slovene.

**Informa sempre qualcuno
sull'itinerario della tua escursione**

In tre attraverso la Carnia...

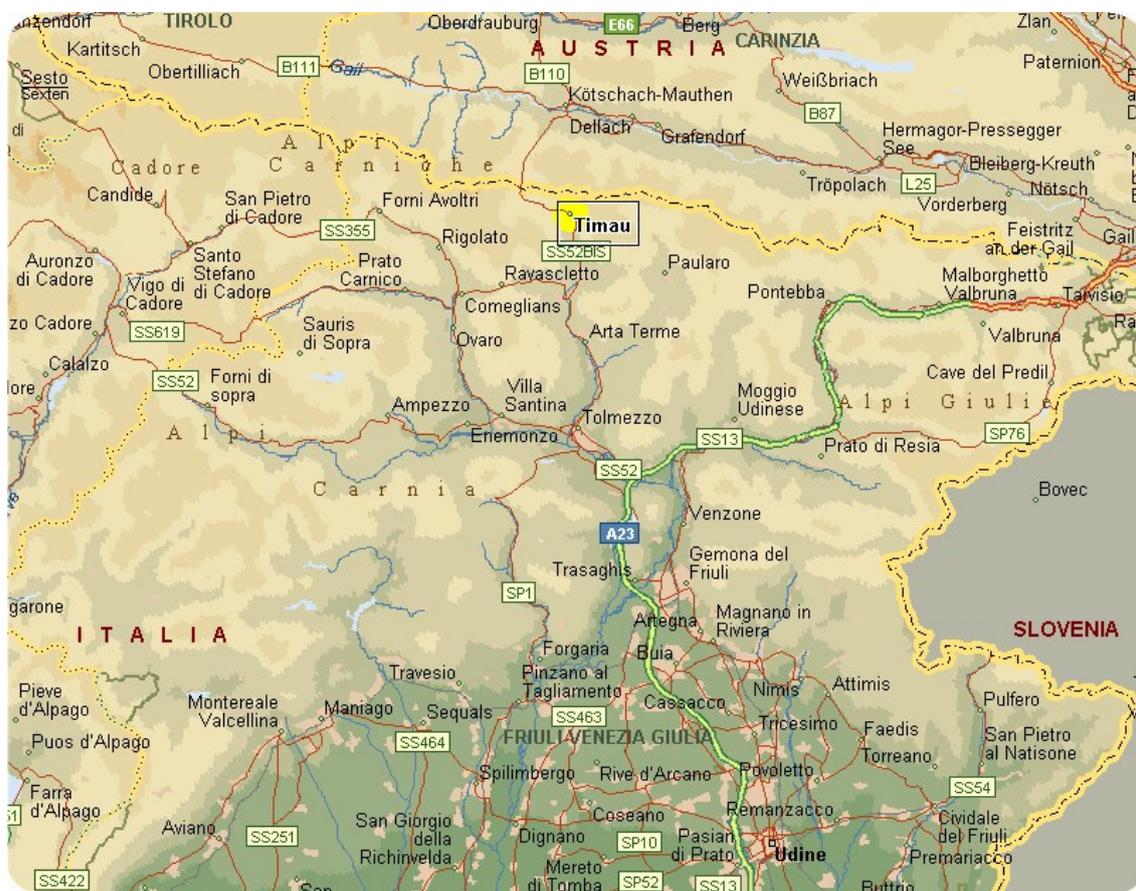
Ci concediamo una pausa per ammirare il panorama e per una foto ricordo che immortalano lo splendore naturale che ci circonda, qualcuno si emoziona e "scappa", anche, una lacrimuccia. Stanchi morti ma felici raggiungiamo quello che sarà il nostro secondo rifugio per la notte: un agriturismo austriaco gestito da una famigliola molto ospitale. Il giorno successivo ci alziamo all'alba e dopo una colazione a base di yogurt prodotto dall'agriturismo ci incamminiamo verso la terza tappa, anche questo tragitto è spettacolare e siamo anche fortunati trovando lungo un sentiero un grosso porcino che a malincuore siamo costretti a regalare a due turisti incontrati sul nostro cammino.

A tarda sera capitiamo a Egger Alm un piccolo villaggio austriaco ed è come fare un tuffo nel passato, circa 100 anni orsono, dormiamo in una locanda sprovvista di corrente elettrica e la mattina seguente siamo svegliati dal fischio di un pastore che richiama la mucca "Carolina" dal pascolo per mungerla. Gambe e zaino in spalla, via verso l'ultima tappa del nostro viaggio il Rifugio Nordio che raggiungiamo dopo circa sei ore di cammino. Sarà stata la stanchezza che ormai si faceva sentire o un bicchierino di grappa al

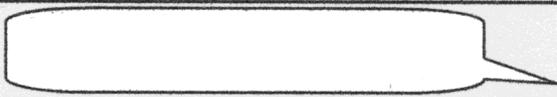
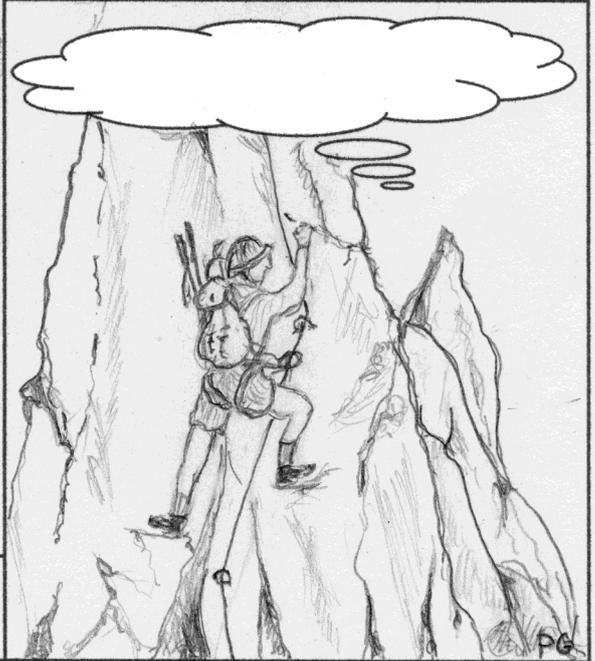
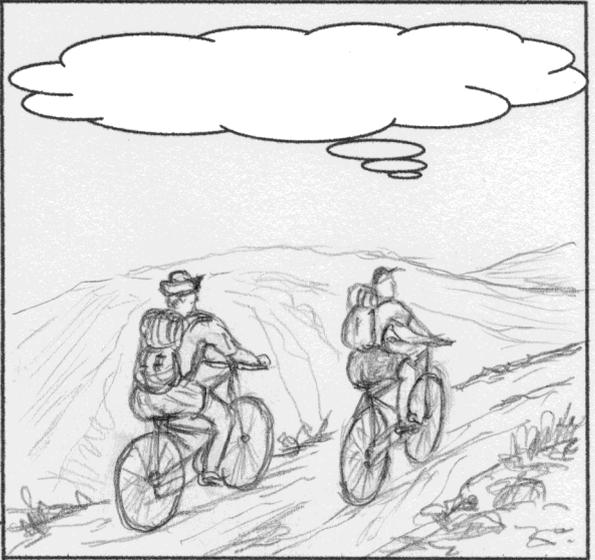
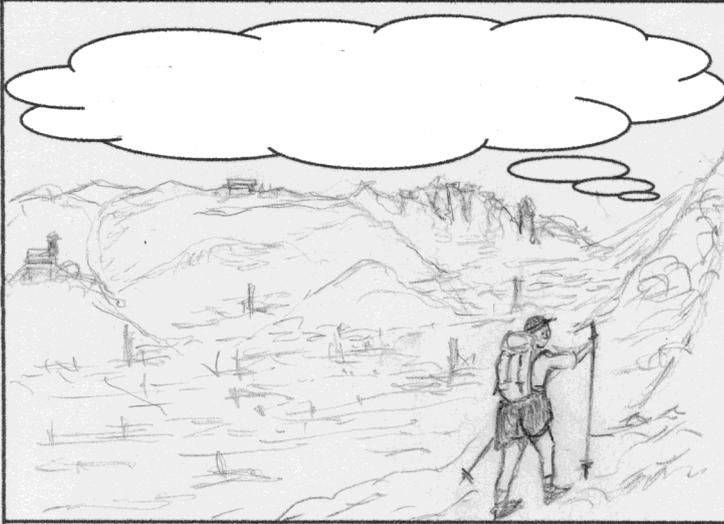
mirtillo di troppo che dopo cena ci fece crollare in un sonno profondo.

Mentre aspettavamo il pulman che ci avrebbe riportato a Timau volgemo l'ultimo sguardo alla montagna con la promessa di ritornare in quel luogo, su quel sentiero 403 così impervio all'inizio ma che ormai, dopo averlo percorso interamente, ci era diventato amico.

Daniela



LA SETTIMANA DI UN PENSIONATO CAI



ALLA PUNTA GNIFETTI COME UNA REGINA

Una gioia incontenibile in petto.
Il panorama che pare una visione.
L'affanno e la stanchezza che svaniscono in un attimo.
Intorno tutti sono felici: le mani si stringono, gli abbracci fra chi ha condiviso si moltiplicano, un pensiero va all'amico che manca...
Lassù la natura ci parla ancora, potente libera e sublime.
Inspiro profondamente, cerco di catturare ogni cosa con tutti i miei sensi e quelle immagini di aria e luce si imprinono indelebili nella mia mente.

Vorrei fermare il turbinio delle emozioni, vorrei avere il tempo di assaporare con calma.

Sono felice ma una sottile inquietudine mi attraversa: i minuti passano, tra poco dovrò scendere e a me sembra di non aver ancora trovato il modo di celebrare questo mio traguardo.

Potrei urlare di gioia, potrei fare le capriole nella neve...Invece entro con venerazione nella Capanna, con una sorta di devozione come se entrassi in una cattedrale.

Chissà se presappoco così sarà stato per Margherita Savoia che quassù arrivò nell'agosto del 1893, issata su una seggiola infilata fra due sbarre, per inaugurare quella che allora era la capanna più alta del mondo. L'obiettivo fotografico di Vittorio Sella ha fissato la Regina al Colle del Lys: gonna lunga e alpenstock, tra le dame di compagnia il suo cagnetto: tutti molto impettiti compreso il cane.

Invece nella fotografia scattata davanti alla capanna, con il materiale da costruzione accatastato, la regina sembra leggermente affaticata. Prima di scendere a valle lasciò scritta una frase un po' formale, forse, ma tale era il linguaggio consentito ad una sovrana: "Innanzi a questa distesa di monti, a questa solenne distesa di ghiacci tace il dubbio misero e la fede si alza e arriva insino a Dio".

A riferire l'impresa con linguaggio decisamente più vibrante provvede la lunga ode di Amalia Ciminio Folliero:

" Il dolce viso con un vel difende,
il crin costringe e in succinta gonna
i rischi affronta della via scabrosa
la regal donna.

.....

Ecco l'ambito colle al fin raggiunge.
Dalla conquista vetta il guardo volge
E dall'alma rapita e palpitante
Un grido sorge.

....

Chi può ridir la reverente ebbrezza
Che la vista sublime al cor le adduce?
Dal ciel raggiante alla sommessata terra
Corre lo sguardo estatico e felice...."



E' passato del tempo da quella metà di luglio 2003, ma le mie "vibranti" sensazioni alla Capanna Margherita sono ancora in me vivide ed efficaci. Chiedo ammenda a Margherita, ma anch'io alla Punta Gniffetti per un momento mi sono

sentita una regina.

Velia



E DOPO LA CAPANNA MARGHERITA?

Da un po' di anni a questa parte, dopo la salita a un "quattromila" siamo soliti chiederci se programmarne un altro, e ce lo siamo chiesti nel Consiglio della nostra Sottosezione anche quest'anno.

Non c'è dubbio che la salita alla Punta Gnifetti, vuoi per la quota raggiunta (m. 4559), vuoi per il numero di persone giunte in vetta (52), vuoi per il fascino e l'attrattiva che, da sempre, la Capanna Margherita esercita sugli appassionati della montagna, ha rappresentato per chi vi ha partecipato e per la nostra Sottosezione un evento di caratteristiche eccezionali.

Proprio per la straordinarietà dell'evento è diffusa la sensazione che la salita dell'anno scorso costituisca il punto culminante di un ciclo di ascensioni su ghiacciaio avviato circa un decennio fa.

E' dal 1992 che abbiamo cominciato ad organizzare con sistematicità, utilizzando l'esperienza già fatta in precedenza, salite con gruppi numerosi su ghiacciaio, con 28 partecipanti che hanno raggiunto la testa del Rutor a m. 3486; poi è seguito il Palon de la Mare (m. 3708 con 33 soci in vetta nel 1994); due mesi dopo

siamo poi saliti sulla Marmolada (m. 3342) in traversata dal Rifugio Contrin al Pian dei Fiacconi (18 soci in vetta).

Nel 1996 per festeggiare la costituzione della nostra Sottosezione abbiamo organizzato la salita in Adamello dalla Lobbie (m. 3555 con 49 soci in vetta, un vero exploit).

Man mano che aumentava la disponibilità di soci esperti e affidabili nella conduzione della cordata e nella gestione di gruppi in alta montagna si è potuta ampliare la partecipazione fino ad organizzare un pullman specificatamente dedicato a salite su ghiacciaio. E' venuta poi da sè la voglia di salire sempre più in alto, e anche a quota 4000.

Si è cominciato nel 1997 con il Breithorn Occidentale (m.4165) dal Rifugio Teodulo raggiunto da Cervinia senza utilizzo degli impianti per un migliore acclimatemento (53 in vetta). L'anno

dopo il Gran Paradiso (m. 4061) dal Rifugio Chabod (con 48 in vetta) con la sorpresa di trovare la discesa al Rifugio Vittorio Emanuele completamente ghiacciata!

Nel 1999 la Weissmies (m. 4023) bella piramide in Svizzera dal Rifugio Hosas con 52 in vetta.

Nel 2000 ancora in Svizzera, al Bishorn (m.4159) dalla Cabane de Tracuit, con 45 partecipanti e solo 19 in vetta, ma con condizioni climatiche e ambientali particolarmente sfavorevoli; due giorni di nebbia e nevischio dai 1700 m. in luglio con oltre 70 cm. di neve fresca, e traccia da battere sopra i 3300 m. e temperature rigide.

Nel 2001 la Piramide Vincent (m. 4216) dal Rifugio Mantova raggiunto da Gressoney con allungamento del percorso, già di per se non breve, di oltre 40 minuti per il guasto alla funivia; anche qui 52 partecipanti, tutti in vetta.

Nel 2002 il tentativo all'Alphubel (m.4206) dal rifugio Langfluh con 50 partecipanti tutti costretti a rientrare, chi prima, chi dopo, per il maltempo.

Con la Punta Gnifetti raggiunta quest'anno sono 6 i 4000 che abbiamo salito complessivamente; da notare la significativa presenza femminile che negli ultimi anni è stata di 7/8 socie per gita. Significativo anche il numero dei soci che hanno raggiunto per la prima volta con noi quota 4000; sono stati circa 60 fra cui una quindicina di donne.



**Scegliete un percorso adatto
alla vostra preparazione**

E DOPO LA CAPANNA MARGHERITA?.....

E allora, tornando alla domanda iniziale, che si fa? Per il 2004 faremo una pausa per quel che riguarda le salite ai 4000, anche perché di 4000 accessibili a gruppi numerosi non ne sono rimasti poi tanti (2 forse 3) e sono comunque collocati in zone che abbiamo già frequentato.

Continueremo certamente, con le salite su ghiacciaio a quote un po' più basse dando spazio a nuove idee, nuove iniziative, nuove risorse. Chissà che non si arrivi (o continui) a un altro ciclo ricco di emozioni e soddisfazioni come quello che abbiamo visto in questi anni.

Fondamentale è che vi sia la voglia di salire con lo stesso spirito di gruppo che caratterizza la nostra Sottosezione; che permanga la disponibilità appassionata dei più esperti e che, senza mon-

tarci la testa per i successi sin qui ottenuti, si continui a preparare le salite con umiltà, serietà, senza mai trascurare di mettere in conto i rischi e gli imprevisti che una salita su ghiacciaio comporta, a prescindere dalla quota e specialmente con gruppi numerosi.

Angelo



IL LABORATORIO DELLA MONTAGNA ALL'OSPEDALE CIVILE

E' operativo presso l'Ospedale Civile di Brescia il Laboratorio di Medicina della Montagna. Gestito dalla Dottorssa Marialma Berlendis (responsabile della Fisiopatologia respiratoria nell'ambito della divisione di Pneumologia diretta dal Primario Gianfranco Tassi) è accessibile su appuntamento, previa prescrizione del medico di base. Il numero telefonico di riferimento è 030-3995596, attivo il martedì e giovedì dalla 10,30 alle 12,30.

Il laboratorio si rivolge a chiunque intende salire in alta montagna dove spesso purtroppo i rischi dell'altitudine vengono sottovalutati e troppi appassionati non valutano a sufficienza i pericoli dell'ipossemia (riduzione del tasso di ossigeno nel sangue, dovuto alla rarefazione dell'aria). Sono previsti esami per chi intende andare a una quota media ed altri più specifici per chi invece desidera andare oltre i 3500/4000 m.



SENTIERO "OSVALDO ORSI"

Avevamo atteso, con impazienza ed una certa trepidazione, la nostra prima escursione di due giorni (6- 7 Settembre) con il CAI : da Molveno ai Campi di Carlo Magno, attraversando le Dolomiti del Brenta sul sentiero " Osvaldo Orsi" e con pernottamento al rifugio "Pedrotti". Era un percorso nuovo sia per me che per mio marito e pertanto le incognite erano molte: ci saremo trovati bene? eravamo sufficientemente allenati ? il tempo ci avrebbe favorito ?

Finalmente è arrivata la fatidica mattina del 6 settembre.

Sono le 4 e mezzo del mattino, io e mio marito ci alziamo, ci vestiamo e presi i nostri zaini, partiamo per il piazzale delle piscine, dove ci si incontra con tutto il gruppo. I convenuti sono molti, una cinquantina, alcuni li conosciamo abbastanza bene, altri solo di vista, altri sono per noi volti nuovi. Ci si scambiano i saluti ed alcune frasi di convenienza. In questo clima di allegria un po' goliardica, io mi sento ritornare indietro nel tempo: agli anni del Liceo e delle prime gite scolastiche.

Come allora sono pervasa da una contentezza un po' impaziente e soprattutto desiderosa di fare un'esperienza per me nuova, ma c'è una nota in più: non mi sento completamente a mio agio. Come saranno per me questi due giorni? Siccome, a differenza di mio marito, sono poco estroversa, non so se riuscirò ad inserirmi bene in questo nuovo gruppo.

Finalmente si parte, dopo un iniziale allegro vociferare, si instaura sul pullman un piacevole silenzio dovuto alla sonnolenza . Dopo una prima sosta ad Andalo, per la colazione, arriviamo a Molveno. E' il punto di partenza per la nostra escursione. Ognuno di noi cerca un angolino dove appoggiarsi per infilare gli scarponi e poi, zaino in spalla, si parte. Inizialmente il gruppo è compatto, ma ben presto si sgrana lungo il sentiero. Altri dubbi ci assalgono: "riusciremo a tenere il passo con gli altri?"

Ci sono quelli che vanno piuttosto spediti, mentre io e mio marito procediamo più lentamente . "Dovremo forse allungare il passo?" Ma no!

Possiamo camminare con la nostra solita andatura che ci permette anche di ammirare quello che vediamo; infatti abbiamo capito che, a chiudere il gruppo, ci stanno due componenti del Cai, competenti e rassicuranti che pazientemente aspettano tutti. Questo ci dà un senso di tranquillità.

Si sale, il respiro comincia a diventare un po' più affannoso ma ben presto siamo al rifugio "Selvata" dove è prevista la sosta per il pranzo. Ognuno estrae dallo zaino i propri rifornimenti; è quasi un pranzo in comunione tra le persone sedute ad uno stesso tavolo: c'è chi ti offre una fetta di salame, chi il caffè, chi una tavoletta di

cioccolato. Notiamo con piacere questa condivisione e disponibilità, sono di buon auspicio per i prossimi due giorni.

Il cammino riprende con maggiore lentezza, dato che ci siamo un po' appesantiti con il cibo. La salita che rimane è piuttosto lunga ma , tutto sommato non eccessivamente faticosa e sicuramente ben documentata dai nostri

fotografi e cineamatori che, con pazienza e rifacendo più volte lo stesso cammino, cercano di riprendere i momenti salienti. Dopo circa tre ore di cammino, la veduta del rifugio "Pedrotti-Tosa ", in lontananza, ci infonde una nuova carica di energia; c'è voglia di arrivare .

Siamo arrivati, con sollievo togliamo scarponi e zaini e andiamo a preparare i nostri posti-letto. Io so già che la prossima notte non dormirò molto, ma sono ugualmente soddisfatta di rivivere in gruppo questa esperienza del rifugio. Per l'ora della cena, dobbiamo dividerci in due gruppi; noi ci sediamo con il secondo.

In attesa che si inizi a mangiare, si comincia a parlare tra noi, c'è voglia di comunicarsi a vicenda, di trasmettere le proprie emozioni, di sentire le impressioni e le esperienze degli altri. C'è un bel clima e, in modo inatteso, ci si scopre quasi parte di una grande famiglia .



ricordi e impressioni di due neofiti del CAI

La serata scivola così via in modo assai piacevole e si conclude con due amicizie in più: due ragazzi californiani che, attirati dall'aria festosa del nostro gruppo, si uniscono a noi. Ora non resta che andare a dormire.

Come avevo previsto dormo poco, il letto non è propriamente comodissimo ed i rumori di sottofondo non sono una ninna-nanna, ma in compenso, ho il tempo di ammirare, dalla finestra vicina al mio letto, il bagliore della luna che illumina d'argento quelle pareti rocciose svettanti verso il cielo. All'alba nessuno sa resistere al desiderio di dare un'occhiata a quel paesaggio fantastico che sta davanti a noi. Lo spettacolo è veramente grandioso; il sole colora l'atmosfera e tutto intorno d'oro, di rosso e di giallo.

Ora non ci rimane che affrontare la seconda parte della nostra escursione: il sentiero "Osvaldo Orsi". Dopo un primo tratto molto tranquillo che ci permette di fare foto-ricordo, di ammirare quelle splendide guglie (Campanile Basso-Cima Brenta - Gruppo degli Sfulmini) e di esprimere tutto il nostro stupore, ha inizio un sentiero un po' più impegnativo.

La vista di quella cengia abbarbicata alla parete rocciosa ci esalta, ma, contemporaneamente ci incute una certa paura: "saremo in grado di percorrerla?" Ci incamminiamo, e mentre ammiriamo con stupore quelle pareti strapiombanti, ci rendiamo conto di procedere con una certa sicurezza soprattutto perché avvertiamo l'esperienza di chi ci sta vicino, sentiamo frasi rassicuranti, vediamo volti sorridenti e mani che si tendono

per offrire un appoggio, un sostegno. Il gruppo ci appare sotto un'altra nuova dimensione; tutti

sono a disposizione di tutti, ed anche sotto alcune superficiali ruvidezze, scopriamo una grande sollecitudine e disponibilità. Questa condivisione di difficoltà e di momenti gioiosi ci fa apprezzare la bellezza dell'essere in tanti.

Dopo una breve sosta per il pranzo, al rifugio Tucket, ci avviciniamo alla nostra meta i campi di Carlo Magno. La stanchezza comincia a farsi sentire, ma sul volto di ognuno, si leggono note gioiose, quasi trionfali, come a dire: "anche questa volta ce l'ho fatta."

Purtroppo io e mio marito, a questo punto, abbiamo lasciato il gruppo che, come poi abbiamo saputo, ha terminato la giornata con un buon picnic, nel segno dell'amicizia, della semplicità e della allegria. Di questa esperienza davvero speciale serberemo sempre un buon ricordo, ma soprattutto ci è rimasto il desiderio di ritrovarci per condividere quelle stesse emozioni: gioia, disponibilità, generosità..... amicizia. A presto amici del Cai di Lumezzane !

Gabriella



ESCURSIONE AL SONCLINO

L'escursione del 2003 al Sonclino, si è svolta sostanzialmente come quella dell'anno precedente: ritrovo alle ore 8.00 al piazzale di S. Bernardo, divisione in gruppi, arrivo alla Corna del Sonclino, commemorazione al Cippo dei caduti e ritorno a scuola.

Ma ciò che ha reso diversa questa esperienza è la connotazione più a carattere storico che naturalistica che ad essa si è voluta dare.

Le classi avevano da tempo lavorato nel laboratorio storico per la conoscenza di fatti avvenuti in questi luoghi, fatti che ci riconducono alla resistenza partigiana nel recupero dei grandi valori di libertà e democrazia. Come già detto ci siamo ritrovati alle ore 8.00 a S. Bernardo e abbiamo cominciato la lunga camminata che ci avrebbe portato alla Corna del Sonclino.

Durante il cammino, i ragazzi che avrebbero dovuto ricordare gli avvenimenti della storia, hanno ripassato le loro parti.

La salita è stata allietata da una sosta in una cascina dove ci sono stati gentilmente offerti biscotti e tè; questo ci ha dato una "spinta" per affrontare l'ultima "tappa" del nostro viaggio: la salita al Sonclino.

Camminando per quei luoghi impervi, pensavamo ai partigiani che avevano vissuto lì, durante la Seconda Guerra Mondiale, che avevano combattuto ed erano morti, che avevano sacrificato le loro giovani vite per un ideale più grande di loro: la libertà della Patria.

"Conquistata" la vetta, siamo scesi al Cippo dove abbiamo esposto il nostro lavoro che avevamo preparato a scuola, ed abbiamo lasciato in ricordo del nostro passaggio una poesia.

L'escursione è stata piacevole e significativa; speriamo che il nostro momento di riflessione al Cippo abbia lasciato qualche insegnamento a tutte le persone presenti, e soprattutto che tutti abbiano colto il messaggio principale riassumibile in poche parole:

NON DIMENTICARE!

La commemorazione è forse il segno più bello che le persone possono fare in onore di altre, nel nostro caso, dei partigiani.

Siamo qui oggi per lasciare un ricordo; non ci sembra giusto raggiungere questi luoghi senza lasciare un segno.

Oggi vogliamo dirvi:

GRAZIE...

*GRAZIE,
UNA SOLA PAROLA CHE CI INVADE IL CUORE:
ABBIAMO RISO, ABBIAMO SCHERZATO, ABBIAMO SUDATO,
MA ADESSO CI SIAMO FERMATI,
PER DIRE UNA SOLA PAROLA:
GRAZIE.
GRAZIE A VOI PER AVER AVUTO IL CORAGGIO
DI COMBATTERE.
GRAZIE A TUTTI COLORO CHE
NON AVEVANO LA LIBERTÀ',
MA HANNO COMBATTUTO PER ESSA,
NON AVEVANO FAMIGLIA,
LA LORO FAMIGLIA ERA IL GRUPPO.
GRAZIE, A QUESTI RAGAZZI,
PERCHÉ SENZA DI LORO,
NON AVREMMO LA LIBERTÀ'
NON AVREMMO UNA FAMIGLIA.*

Abbiamo faticato per portare questo pensiero a voi, ma siamo orgogliosi di essere qui a ricordarvi oggi, speriamo che altri ragazzi lo facciano negli anni a venire.

**I ragazzi della III B A.S. 2002/2003
Scuola Media D. Alighieri**



COOPERATIVA C.V.L. & C.A.I.:

"una giornata da ricordare"

Il 22 Luglio 2003 gli educatori ed alcuni ragazzi inseriti nei servizi C.S.E. e S.F.A. della cooperativa C.V.L. di Lumezzane sono andati con l'allegra compagnia del C.A.I. Lumezzane ai laghetti di Bruffione in Gaver. Questa gita, oltre che un bellissimo momento per i ragazzi disabili, è stata anche la possibilità di integrare due identità importanti ed affermate sul territorio di Lumezzane: la Coop. C.V.L. e il C.A.I.

L'integrazione sociale dei ragazzi disabili è uno degli obiettivi che la C.V.L. si propone attraverso tutti i suoi servizi, in particolare in questa occasione attraverso il Centro Socio Educativo (C.S.E.) e il Servizio di Formazione all'Autonomia (S.F.A.).

Attraverso queste esperienze significative di integrazione, i ragazzi non solo vivono giornate diverse dal solito in contesti naturalistici stupendi, ma sperimentano anche nuove relazioni.

Le relazioni che si instaurano in queste occasioni infatti si sono dimostrate molto belle, profonde, vissute da tutti i partecipanti con piacere e soddisfazione. Noi tutti educatori che lavoriamo in questi servizi della cooperativa speriamo che queste esperienze con il tempo si vadano ad intensificare, con la speranza magari che nel futuro si possano creare i presupposti per altri inserimenti costanti e continui di alcuni ragazzi disabili amanti della montagna all'interno delle iniziative che il C.A.I. propone alla cittadinanza. Un ragazzo è già attualmente inserito all'interno di alcuni percorsi proposti dal programma.

Ringraziando di cuore tutte le persone che ci hanno regalato questa splendida giornata lasciamo la parola ai ragazzi che, con semplicità, ci raccontano i loro ricordi e le loro emozioni:

PAOLO :

Abbiamo camminato tanto in montagna, abbiamo visto le capre che mi piacevano tanto. Quando siamo arrivati in cima c'erano alcune casette e un lago molto bello. Abbiamo fatto merenda tutti insieme sotto il sole e c'era anche un cane lupo. Eravamo davvero in tanti e c'erano tante donne simpatiche. Mi piacerebbe andare ancora a camminare perché è bello stare insieme.

ELENA :

Avevo visto le capre e avevo un po' paura. Mi è piaciuto camminare, tenevo sempre la mano alla Patrizia. Mi piacerebbe andare ancora, ma però camminare poco.

MASSIMO :

Mi sono divertito molto. C'erano anche le mie

amiche Ermelinda e Patrizia e abbiamo fatto anche tante fotografie insieme. Mi piace camminare in montagna perché ci sono i prati e perché posso sedermi anche in terra. Mi piace guardare le piante e respirare aria bella. Mi piacerebbe tornare ancora con i miei amici del C.A.I. perché con loro mi trovo molto bene.

LUCA: E' stato bello, mi piace tanto camminare in montagna. Ho fatto braccialetti con l'erba dei prati e c'erano tante persone che non conoscevo. Voglio andare ancora.

FAUSTO: E' andata molto bene e mi sono divertito. C'era anche il mio papà e i miei amici Ester e Giuseppe. Ho anche comprato il formaggio di capra dal pastore. C'era anche Giacomo, il bambino della Manu e del Beppe, che mi faceva ridere. Abbiamo pranzato tutti insieme con i panini vicino al lago. Io mi sono proprio divertito e speriamo di andare ancora quest'anno e che ci siano tanti amici come l'anno scorso.

CLAUDIO: C'era tanto sole e mi sono divertito tanto perché a me piace andare in montagna. Ai laghetti c'era un gruppo di ragazzi che faceva il bagno, noi invece abbiamo fatto le foto e mangiato panini, biscotti, cioccolato... la sera ero un po' stanco perché ho preso una storta.. volevo fare il bullo e correvo!! Io però quest'anno vorrei rifare questa gita perché mi è piaciuta e i signori del C.A.I. erano simpatici.

Educatori C.V.L.



GITA AL CEVEDALE

Questa è la descrizione di una delle tante escursioni fuori programma organizzate dal C.A.I. Lumezzane e vuole allo stesso tempo mostrare lo spirito all'interno della nostra Sottosezione.

Come allenamento in quota in preparazione della Capanna Margherita, Angelo ha programmato di salire il Cevedale con una trentina di soci l'11 ed il 12 luglio 2003.

Al mattino alle sei ci siamo trovati e, con i soliti zaini gonfi di materiale e ricambi, siamo partiti in auto per S. Caterina di Valfurva dove siamo giunti dopo una breve sosta per gli acquisti di pane ed altre provviste. Verso le dieci e mezza siamo arrivati in località Forni dove abbiamo parcheggiato le auto.

La frenesia di partire aveva preso un po' tutti, e così, messi gli scarponi ai piedi e distribuite le corde, ci siamo subito incamminati disperdendoci sulla mulattiera che porta al rif. Pizzini dove siamo giunti verso le tredici.

I fischi delle marmotte ogni tanto attiravano il nostro sguardo e non sempre se ne individuava la provenienza; al rifugio abbiamo fatto

una sosta per il pranzo e, nonostante fosse venerdì, vi erano già diverse persone.

Guardando il Gran Zebrù davanti a noi, spoglio, con poca neve ed il ghiaccio rimasto, mi faceva ricordare altre salite a volte con il brutto tempo ed a volte con il sole, ma sempre senza grosse difficoltà; ora non so se riuscirei a salire. Avevamo il ghiacciaio del Cevedale e del Monte Pasquale davanti a noi nero con ghiaccio vivo, numerosi crepacci aperti e profondi, arretrato di parecchie decine di metri.

Il gruppo si è ricomposto e, mentre mangiavamo, Livio Moretti ha trovato un sacerdote che accompagnava un gruppo di chierici, anche loro in escursione, a cui ha chiesto di benedire i partecipanti per la buona riuscita della gita che stavamo svolgendo; lo ha fatto con piacere e noi abbiamo accettato.

Siamo quindi ripartiti per l'ultimo tratto che porta al Rifugio Casati a 3165 mt. dove avremmo pernottato per poi salire in vetta. Il tempo era bello, non c'era fretta, ma nonostante questo nessuno

voleva restare indietro, nemmeno la Ermelinda con i suoi 70 anni anche se la salita era ripida ed il terreno scivoloso.

Siamo così arrivati verso le sedici; ci siamo cambiati e riposati dopo che il gestore ci ha assegnato le camere; poi, aspettando l'ora di cena, abbiamo chiacchierato e preso il sole sulla terrazza del rifugio. Iniziando a rinfrescarsi siamo rientrati; le battute spiritose per tener allegra la compagnia non mancavano.

Alcuni che non volevano starsene a ciondolare fino all'ora di cena si sono rimessi gli scarponi ed hanno attraversato il nevaio fino al luogo dove sono ancora visibili alcuni affusti di cannone della prima guerra mondiale; da qui si poteva

osservare la Val Martello sul versante della Val Venosta.

Prima di cena sono arrivate altre compagnie tra cui una scolaresca dagli otto ai quattordici anni; tutti molto ben equipaggiati, accompagnati da istruttori, esternavano la loro stanchezza lasciando cadere lo zainetto di peso sull'assito e sdraiandosi sulla terrazza.

La serata è stato poi allietata dalle barzellette di Livio che ha divertito non solo noi, ma anche gli altri ospiti, comprese le inservienti. Prima di andare a dormire abbiamo provato i ramponi e le imbracature con la dovuta attenzione, ma anche con spirito allegro soprattutto da parte degli inesperti alle prime armi.

Al mattino le diverse cordate si sono messe in cammino dirette alla vetta del Cevedale (3769 mt.); nonostante fossimo numerosi la preparazione della sera precedente ci ha permesso di snellire le operazioni.



una escursione non programmata

La presenza di altre compagnie ha creato un po' di affollamento nei punti obbligati. La salita non è stata molto difficile; la traccia era ben visibile, i ramponi davano sicurezza di non scivolare, non si notavano grandi crepacci e le cordate procedevano ordinatamente. L'ultimo tratto obbligato abbastanza ripido ed a gradini fino alla crepaccia terminale ha creato un po' di confusione perché i più veloci tentavano di sorpassare e inoltre c'erano già alcuni che stavano scendendo.

Il tratto per salire in cresta dopo la crepaccia terminale era ripido e ghiacciato ma, essendoci dei gradini, la salita era abbastanza agevole. In vetta non abbiamo potuto stare tutti insieme perché lo spazio non è molto e poi tirava un vento freddo; quindi un breve cenno di congratulazioni, una foto prima che si ingarbugliassero le corde e poi appena libera la cresta, discesa veloce fino sul pianoro dove ci siamo riuniti e abbiamo potuto mangiare qualcosa.

La soddisfazione era stampata sul viso di tutti i partecipanti; le solite lepri intanto cominciavano a scendere perché non volevano perdere tempo. Sul ghiacciaio c'erano i ragazzi della sera precedente che si esercitavano a provare manovre di sicurezza.

Siamo quindi scesi direttamente al rifugio Pizzini dove qualcuno è entrato a mangiare mentre il resto della compagnia ha mangiato un panino e proseguito verso le auto dove siamo arrivati verso le quattordici e trenta.

Sulla mulattiera ho attaccato bottone con un signore di ottantatré anni, senza zaino, con al seguito la moglie, il figlio e la nuora che chiacchieravano a breve distanza di attività ricreative molto diverse (*tennis e golf*) ed esprimevano la loro noia e disappunto per dover accompagnare il genitore. Parlandomi esprimeva passione nel ricordare le escursioni fatte, la gratitudine per la formazione del suo carattere ed il ricordo degli amici e compagni di tante fatiche e la soddisfazione per le mete raggiunte ed anche le molte rinunce. Un velo di dispiacere nel constatare che ora si ritrovava solo senza nessuno che lo accompagnasse; ma mi incitava a continuare a camminare, a faticare perché sicuramente la ricompensa non sarebbe mancata; l'ho salutato e ho raggiunto gli altri al parcheggio.

Abbastanza in fretta ci siamo cambiati e partiti concordando di fermarci a mangiare al Passo dell'Aprica; le voci sulla presenza di salami da mangiare erano già circolate.

Ci siamo fermati a comprare il pane, ma non abbiamo trovato un parco con tavoli e panche

per noi soddisfacente. Così siamo scesi fino a Corteno dove il Parco del Pescatore, difficile da individuare e raggiungere e poi anche uscirne; in riva al fiume Ogliolo ha fatto al caso nostro, ombreggiato, fresco e lontano dal passaggio di automezzi.

Abbiamo potuto sederci, mangiare e bere in tranquillità divertendoci in allegria come se la stanchezza della salita, la levataccia ed il peso dello zaino fossero attività fatte da altri; le poche persone rimaste ancora nel parco ci guardavano stupiti. Il pane ed il companatico con il salame affettato da Franco e distribuito dalle signore facevano fatica a soddisfare le richieste del gruppo ed il tutto è finito in fretta.

Ci siamo poi salutati ed ognuno ha preso la strada di casa dove siamo giunti verso le venti.

PIERO



Notturna al Bivacco Grazzini e Cima Colombine

Anche quest'anno s'è conclusa una stagione che per il CAI di Lumezzane ha avuto numeri record di partecipanti. Con questo articolo, io e Amanda vogliamo portare la nostra testimonianza su un evento che non ha la forma ufficiale di gita CAI, ma che certamente ne sta assumendo a tutti gli effetti le sembianze, vuoi per i partecipanti, vuoi per lo spirito di comitiva che accompagna anche queste escursioni.

Perché una notturna? Sicuramente chi fa alpinismo ad un certo livello sa cosa significa percorrere i sentieri di montagna prima del giungere dell'alba, ma per noi che siamo meno esperti, il fascino di un'esperienza simile è impagabile. Inoltre cerchiamo di aggiungere un pizzico di 'pazzia' in più a quello che è l'amore che proviamo per la montagna.

Innanzitutto si comincia con il partire da casa ad un orario non consono per una gita in montagna e con un abbigliamento non adeguato per un sabato sera quando la gente pensa a tutto ma non ad andare in montagna. Quella sera, ad esempio, ci siamo imbattuti in alcuni nostri vicini di casa che vedendoci con zaino in spalla e scarponi ai piedi, avevano un bel punto di domanda disegnato in fronte (immaginate una scena da fumetto...).

Alle 23.00 ci siamo incontrati al piazzale delle piscine da cui siamo partiti per il Maniva; diciotto i partecipanti. L'escursione è iniziata intorno a mezzanotte e mezza, e già una cosa straordinaria ci ha subito colpito: ad una altitudine di circa 2.000 Mt il termometro a quell'ora segnava 20°C, preannunciando quella che poi sarebbe effettivamente stata un'estate torrida.

Grazie all'assenza di vegetazione, la maggior parte della gita è stata fatta sotto la sola luce della Luna. Solo in certi tratti, in cui alcune cime la coprivano creando zone d'ombra, è stato necessario procedere con l'ausilio delle torce elettriche. Dopo un'ora e mezza di cammino siamo giunti al Bivacco Grazzini, nel quale con nostra piacevole sorpresa ci stava già aspettando l'amico 'Gioàn Cremùna' che schiacciava un pisolino nell'attesa che arrivassimo.

Altra grande sorpresa, ma non inaspettata per chi conosce il CAI Lumezzane, nel giro di cinque minuti, come ad un'ispezione doganale, tutti gli zaini si sono svuotati e, credeteci, sul tavolo non ci sarebbe più potuto stare nulla se non avessimo prontamente cominciato a mangiare... Così per circa tre ore ci siamo intrattenu-

ti chiacchierando simpaticamente ed assaporando ogni ben di Dio, dal salame ai dolci, dal vino al caffè.

Ma le sorprese quella sera non erano ancora finite... prima della ripartenza tra lo scuro della notte, i fumi del sonno e dell'abbondante scorpacciata, da lontano una lucina sempre più grande si avvicinava a noi... chi poteva essere a quest'ora se non un pazzo?! Beppe.. .noo!!! Proprio lui, zaino in spalla torcia in mano e quella, appunto, pazzia che contraddistingue tutti noi.

Alle 04:30 siamo ripartiti verso Cima Colombine (2.214 mt). In vetta lo spettacolo stava per cominciare; prima il cielo si è colorato di viola, rosso e blu con una luce pallida dietro le montagne, poi mano a mano che il sole faceva capolino dalle cime imbiancate delle montagne stesse la luce è diventata più intensa rendendo impossibile la visione di questa magnifica stella: il Sole.

Di quella sera ricordiamo con piacere la salita dal Bivacco alla Cima Colombine, ma ancora con più entusiasmo ricordiamo lo stupefacente spettacolo che il Sole ci ha offerto al mattino, facendoci scordare tutto il sonno perso quella notte.

Detto questo, non ci resta che darvi un consiglio: per capire cosa un'esperienza di questo tipo possa dare, dovrete partecipare con tutti noi alla prossima gita...

Amanda e Luca

LA MONTAGNA



una grande passione

CLUB ALPINO ITALIANO LUMEZZANE

Casella Postale 67
25065 Lumezzane S.S. (BS)

Per informazioni
Tel. 030872288 - 030872056 – 3392515905
(ore serali)

Sede

Via Cavour 4 - Località Mezzaluna
Tel.030871928
Aperta il mercoledì
(dalle 20,30 alle 22,30)

Televideo
pag.332 di Teletutto

Sito Internet

<http://members.xoom.virgilio.it/cailumezzane>



TESSERAMENTO 2004

| | |
|--------------------------------|----------|
| Socio ordinario | Euro 31 |
| Socio familiare | Euro 15 |
| Socio Giovane (dal 1987) | Euro 10 |
| Tessera Nuova | + Euro 4 |
| Tesseramento oltre il 01-04-04 | + Euro 2 |

La tessera CAI dà diritto a:

- Abbonamento al mensile "Lo Scarpone"
- Abbonamento al bimestrale "Rivista del CAI"
- Giornalino della Sottosezione "Il Ladino"
- Utilizzo della biblioteca e materiale della sede
- Sconto per pernottamento e vitto nei rifugi CAI
- Soccorso alpino in montagna gratuito

Anno 2003

| | |
|-------------|--------|
| Totale soci | N° 304 |
| Socie Donne | N° 81 |
| Soci Uomini | N° 223 |

Anno 2003

| | |
|----------------------|-------|
| Soci da 1 a 17 anni | N° 16 |
| Soci da 18 a 30 anni | N° 48 |
| Soci da 31 a 40 anni | N° 60 |
| Soci da 41 a 50 anni | N° 83 |
| Soci da 51 a 60 anni | N° 77 |
| Soci da 61 a ... | N° 20 |