

# CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione Ligure

Arenzano



PROGRAMMA GITE

# 2018

Cari Amici,

insieme agli auguri di un buon Natale e felice Anno Nuovo Vi voglio raccontare brevemente la nuova ristrutturazione che a partire dal 14 Settembre 2017 ho dato ai miei uffici di Via Rue, dopo 44 anni di operatività come agente professionista di assicurazioni, e oltre 140 anni di impegno della famiglia Gardini nel campo assicurativo.

Infatti dal 14 settembre affiancherò, in qualità di Alter Ego, un caro collega, Alberto Tartaglione, attualmente Agente Generale di Varazze, il quale gestirà l'Agenzia in società con Alessandro Baretto, un giovane proveniente dalla Direzione Commerciale di Generali Italia. Rimarrò pertanto attivo nella gestione dell'agenzia di Arenzano dando il mio contributo di esperienza anche all'appalto di Varazze, e noi continueremo a vederci esattamente come adesso, sempre con il sorriso e la battuta pronta.

È mio desiderio presentare a tutti i clienti la nuova struttura che curerà entrambe le agenzie di Arenzano e Varazze, in modo che conosciate le persone che da settembre saranno con me al vostro servizio per continuare a tutelare, con le assicurazioni, le persone e i beni a voi cari.

**Alberto Tartaglione:** dal 1989 in Assicurazioni Generali prima come produttore dipendente e dal 1993 come Agente Rappresentante Procuratore.

**Alessandro Baretto:** dal 2004 in Assicurazioni Generali prima come Sub-Agente, poi come produttore dipendente fino all'incarico di Responsabile di organizzazione produttiva dipendente.

**Amministrazione:** Valentina Terzi (resp.), Linda Minetto, Marzia Minutilla, Elisa Fornari, Silvia Gambino.

**Organizzazione Commerciale:** Alberto Fusco (resp.), Elena Picollo, Caterina Incerti, Stefania Bozzano, Emanuele Rizzello.

Con la prospettiva di un rapporto che si consoliderà ulteriormente e la possibilità di contare su una struttura dinamica e sempre attenta alle esigenze del cliente, colgo l'occasione per porgerLe i miei più cordiali e sentiti saluti.



Agenzia Varazze – Arenzano  
Agenti Procuratori  
Alberto Tartaglione e Alessandro Baretto  
Procuratore di Agenzia: Aldo Gardini



**CLUB ALPINO ITALIANO**  
SEZIONE LIGURE  
Sottosezione Arenzano

Parco Villa Mina – Via C. Battisti 3  
(Ingresso Via Zunino 2) 16011 Arenzano  
Telefono e Fax 0109127544  
e-mail: [cai-arenzano@libero.it](mailto:cai-arenzano@libero.it)  
<http://www.caiarenzano.it>

La sede è aperta Martedì e Venerdì dalle 21 alle 22



## I NOSTRI CORSI E ATTIVITÀ FORMATIVE

### SCIALPINISMO E ALPINISMO

Il gruppo di alpinismo e scialpinismo della sottosezione del CAI di Arezano organizza per il 2018 le seguenti attività:

- Serate di proiezioni di film o diapositive sull'argomento
- Serate dedicate all'approfondimento di tecniche alpinistiche e scialpinistiche (sicurezza, nodi, roccia, ghiaccio, autosoccorso, ARTVA, sci, neve e valanghe)
- Esercitazioni sulle tecniche di sicurezza su roccia e ghiaccio
- Esercitazioni sull'uso dell'ARTVA e l'autosoccorso.
- Aggregazione di soci che intendono effettuare un'attività alpinistica o scialpinistica.
- Cooperazione con la sottosezione ad effettuare gite alpinistiche o scialpinistiche.

La sottosezione di Arezano ha a disposizione per i soci:

- Biblioteca specialistica per la programmazione di gite scialpinistiche.
- Materiale specialistico ARTVA, pale, sonde, ramponi, piccozze, materiale vario scialpinistico.
- Palestra di arrampicata artificiale coperta. Situata presso il Centro polisportivo in località Donegaro (Cogoleto). Richiedere informazioni in segreteria.
- Possibilità dei nostri soci a iscriversi ai corsi di Sci Alpinismo organizzati dalla Scuola di Sci Alpinismo "Ligure".

Fanno parte della nostra sottosezione i seguenti istruttori CAI:

Giuseppe Caffaz	ISA
Giancarlo Cuni	ISA
Celso Mercari	ISA
Andrea Messina	ISA
Carlo Dondero	IA



## ESCURSIONISMO



La **Scuola di Escursionismo “Monte Antola”** – costituita dalla Sezione Ligure di Genova e dalla Sottosezione di Arenzano – propone per l’anno 2018 i seguenti corsi, tenuti da Istruttori Titolati, secondo piani didattici approvati dagli Organi Tecnici Centrali del Club Alpino Italiano.

### MODULO TERRENO IMPERVIO E FERRATE

(svolgimento presso la Sez. Ligure di Genova)

- Gennaio-Giugno 2018
- Nelle lezioni vengono approfonditi gli argomenti del modulo base ed illustrate le più comuni manovre di corda necessarie nell’escursionismo per la progressione in sicurezza su tratti difficoltosi o in casi di situazioni d’emergenza. Le esercitazioni pratiche si svolgeranno su terreno impervio, dall’orientamento a volte problematico, su pietraia anche a quote elevate. Viene insegnata la tecnica di progressione su vie ferrate.

### MODULO BASE

- Ottobre-Dicembre 2018
- Svolgimento presso la Sezione Ligure di Genova.
- Svolgimento presso la Sottosezione di Arenzano (soltanto se verrà raggiunto un numero minimo di iscritti).

Questo modulo è il primo che viene proposto a quanti si avvicinano alla montagna e necessitano di acquisire le nozioni fondamentali nel campo dell’abbigliamento, della lettura del territorio, della cartografia elementare, dell’alimentazione, della meteorologia e del pronto soccorso. La preparazione teorica è completata da esercitazioni pratiche sul terreno dove si applicheranno le nozioni apprese in aula.

Fanno parte della nostra sottosezione i seguenti titolati CAI:

Daniele Cimiero	AE-AEI	Caterina Nuccia Gagliardo	AE-AEI
Paola Clavarino	AE-AEI	Maurizio Giusti	AE

E i seguenti accompagnatori sezionali:

Roberto Camicia	ASE	Benedetto Caviglia	ASE
Giandomenico Toso	ASE		

## **GRUPPO SENTIERI “LAZZARO VALLARINO”**

### **Una passione che ha origini lontane**

Dalla fondazione della nostra sottosezione nel 1969, alcuni soci si sono dedicati al riordino, alla pulizia e alla segnaletica dei sentieri del nostro entroterra. Anche oggi questo gruppo porta avanti questo lavoro con lo stesso entusiasmo e volontà dei soci fondatori.

Il reggente Celso Mercieri coordina il gruppo composto da: Antonio Ferrara, Benedetto Caviglia, Benedetto Damonte, Domenico Mercieri, Fausto Fanello, G.B. Vernazza, Giandomenico Toso, Giancarlo Cuni, Lilliana Monari, Nicola Toso, Nuccia Gagliardo, Michele Carriero, Pino Toso, Santino Bruzzone, Sergio Gaggero, Sergio Parodi.

Il gruppo è pronto ad operare ogni qualvolta ci fosse necessità anche al di fuori dei lavori programmati.

## **GRUPPO RIFUGISTI ARGENTEA**

### **Arenzano visto dall'alto**

Da quattro anni ci prendiamo cura dell'apertura del Rifugio nei tempi e modi concordati con l'Ente proprietaria.

Provvediamo anche alla manutenzione della struttura e del riordino dell'area circostante ogni qualvolta si rende necessaria.

Fanno parte del gruppo:

Barbara Bertozzi, Benedetto Caviglia, Benedetto Damonte, Celso Mercieri, Domenico Mercieri, Francesco Di Luca, Giancarlo Cuni, Isabella Anzaldi, Lilliana Monari, Luciana De Lucchi, Marco Colli, Mariangela Cerruti, Michele Carriero, Nicola Toso, Nuccia Gagliardo, Pietro Rocca, Pino Toso, Sergio Parodi, Stefano Bertini, Stefano Variani.

## I RIFUGI DELLA SEZIONE

### Rifugio Argentea 1088 m

Coordinate UTM 32T 471,503E 4920,600N

Rifugio gestito nei fine settimana periodo maggio/settembre dalla Sottosezione di Arenzano

Telefono per informazioni 347.7115341

Posti letto: 15

Nel Rifugio è possibile solo dormire nei fine settimana, è sprovvisto di acqua potabile, si possono consumare cibi e bevande portate al seguito. Il Rifugio si trova lungo l'Alta Via dei Monti Liguri ad un'ora dal Passo del Faiallo e un'ora e mezza da Pratorotondo, la posizione è panoramica si vedono le due Riviere Liguri e nelle giornate limpide la Corsica.

*Accessi:* Passo del Faiallo – Prato Rotondo – seguendo l'Alta Via dei Monti Liguri.

Da Campo tramite il sentiero della Stella Bianca o del Triangolo Rosso.

Dal passo della Gava lungo il sentiero Tre Pallini Rossi.

### Rifugio Parco Antola alle Case Antola 1464 m

Coordinate UTM 32T 511,920E 4934,930N

WGS84 Lat/Lon 44°34'N 9°09'E

Gestione Giorgio Baschera

Tel 339.4874872

Posti Letto: 34

*Periodo di apertura:* nel periodo estivo tutti i giorni fino a fine settembre; dal mese di ottobre solo nei fine settimana e per l'intero periodo delle vacanze natalizie.

*Accessi:* Casa del Romano, Bavastrelli, Caprile, Donetta, Piancassina, Tonno Crocefieschi e S. Fermo.

### Rifugio Lorenzo Bozano nell'alto vallone dell'Argentera 2453 m

Coordinate UTM 32T 363,640E 4893,890N

WGS84 Lat/Lon 44°11'N 7°18'E

Gestore Marco Quaglia

Telefono 0171/97351-Cellulare 328.3567556

Posti letto: 24 (locale invernale: 8)

*Periodo di apertura:* 15/06-15/09

*Accessi:* Terme di Valdieri, Vallone della Casa fino al Gias delle Mosche (1591 m) dove si parcheggia l'auto.

## **Rifugio Genova - Bartolomeo Figari al Brocan 2015 m**

Coordinate UTM 32T 363,640E 4893,890N

WGS84 Lat/Lon 44°11'N 7°18'E

Gestore Dario Giorsetti

Telefono 340.4614189

Posti letto: 65 (locale invernale: 12)

*Periodo di apertura:* 15/06-15/09

*Accessi:* Da San Giacomo e lago della Rovina

## **Rifugio Federico Federici - Ettore Marchesini al Pagari 2650 m**

Coordinate UTM 32T 372,500E 4886,860N

WGS84 Lat/Lon 44°7'N 7°24'E

Gestore Andrea Pittavino (Aladar)

Telefono: 0171 978398. Recapito del gestore fuori stagione di apertura: 380 7108075

Posti letto: 24 (locale invernale: 8)

*Periodo di apertura:* 15/06-15/09

*Accessi:* Da San Giacomo di Entracque, da dove si diparte una strada sterrata che termina al Gias sottano del Vei del Bouc. Da questa località seguire il sentiero M13.

## **Rifugio Emilio Questa al lago delle Portette 2388 m**

Coordinate UTM 32T 357,420E 4893,730N

WGS84 Lat/Lon 44°11'N 7°13'E

Gestore Flavio Poggio

Telefono 0171/97338

Posti letto: 36 (locale invernale: 13)

*Periodo di apertura:* 15/06-15/09; su prenotazione in altri periodi e week end.

*Accessi:* Da Terme di Valdieri si segue la rotabile chiusa al traffico, oppure il vecchio sentiero reale, verso il Piano superiore del Valasco, dove sorge il rifugio Valasco. Si prosegue per la strada fino ad un bivio dove si sgancia, sulla sinistra, il sentiero che porta al rifugio.

## Rifugio Alfredo Talarico ai Prati del Vallone 1750 m

Coordinate UTM 32T 339,090E 4909,790N

WGS84 Lat/Lon 44°19'N 6°59'E

Rifugio non gestito

Telefono per informazioni 3381898768

Posti letto: 15

*Accessi:* Il rifugio è raggiungibile in auto. Si risale la statale 21 del colle della Maddalena fin quasi a Pontebernardo; si svolta a sinistra e si risale per circa 5 km la strada che percorre il vallone di Pontebernardo, fino a circa 50 m dal rifugio.

## Rifugio Ervedo Zanotti nel Vallone del Piz 2200 m

Coordinate UTM 32T 340,410E 4907,150N

WGS84 Lat/Lon 44°18'N 7°00'E

Custode Gianfranco Caforio

Telefono sezione Ligure, Sig.ra Paola Ameria: 3381898768

Posti letto: 20 (ricovero d'emergenza: 2-3).

*Periodo di apertura:* da metà giugno a inizio ottobre in base alle condizioni climatiche, previo ritiro chiavi.

*Accessi:* Dal comune di Pietraporzio si imbocca la strada che si inoltra nel Vallone del Piz. Dopo circa 2 km si giunge al Pian della Regina (1439 m), da cui su comodo sentiero si giunge al rifugio.



## LEGENDA

Le difficoltà riportate si intendono:

- |            |  |           |   |
|------------|--|-----------|---|
| <b>T</b>   | <p>= <i>Turistico</i><br/>Gita familiare, senza difficoltà</p>   | <b>PD</b> | <p>= <i>Alpinismo poco difficile</i><br/>Gita alpinistica che richiede una preparazione fisica ed una esperienza superiore al caso precedente</p> |
| <b>E</b>   | <p>= <i>Escursionistico</i><br/>Gita escursionistica, con classico percorso di montagna su sentiero</p>  | <b>AD</b> | <p>= <i>Alpinismo abbastanza difficile</i><br/>Gita alpinistica abbastanza difficile con passaggi di terzo grado</p>                              |
| <b>EE</b>  | <p>= <i>Escursionisti esperti</i><br/>Gita escursionistica impegnativa, percorsi con tratti senza sentieri, con roccette, con passaggi attrezzati o tratti esposti, problemi di orientamento</p> | <b>MS</b> | <p>= <i>Sci-alpinismo medi sciatori</i><br/>Gita sci-alpinistica per medi sciatori</p>  |
| <b>EEA</b> | <p>= <i>Escursionisti esperti attrezzati</i><br/>Gita escursionistica impegnativa su itinerari attrezzati</p>  | <b>BS</b> | <p>= <i>Sci-alpinismo buoni sciatori</i><br/>Gita sci-alpinistica per buoni sciatori</p>  |
| <b>F</b>   | <p>= <i>Alpinismo facile</i><br/>Gita alpinistica su percorsi dove è necessario l'uso delle mani, degli attrezzi per neve, per ghiaccio e attrezzatura di cordata</p>                            | <b>TB</b> | <p>= <i>Mountain bike turistica</i><br/>Gita in mountain bike per ciclisti medi</p>   |

## Caratteristiche delle gite:



Tempo: di marcia (ore di cammino totali)  
di salita (ore di cammino per raggiungere una vetta)



Spostamento in pullman



Dislivello



Spostamento in treno



Difficoltà



Spostamento in aereo



Spostamento con auto proprie



Spostamento in nave

## REGOLAMENTO GITE ED INFORMAZIONI

La partecipazione alle gite è riservata ai soci CAI in regola con il pagamento della quota sociale.

Per le gite di un giorno, i soci devono recarsi in sede per iscriversi entro la settimana precedente l'uscita. Per le gite che prevedono il pernottamento in rifugio o organizzate con pullman è obbligatoria la prenotazione, che si intende valida solo se confermata nei tempi stabiliti del programma, completa di versamento della relativa caparra; quest'ultima sarà rimborsabile solo se l'interessato, impossibilitato a partecipare, provvederà per un suo sostituto. Inoltre i partecipanti sono tenuti a lasciare recapito e/o numero telefonico e dichiarare l'eventuale disponibilità auto.

Il venerdì precedente la gita gli iscritti devono essere presenti in sede. Le uscite classificate EE – EEA – F – PD – MS possono essere limitate a quei soci che hanno superato specifici corsi organizzati dalle varie sezioni, secondo le normative CAI. **In ogni caso il capo gita valuta l'idoneità dei partecipanti e può escludere chi, a suo parere, non ha i requisiti o non possiede l'equipaggiamento adeguato, indicato di volta in volta.**

Il capo gita può variare il percorso o sospendere la gita a suo insindacabile giudizio, in base alle condizioni atmosferiche o per altri eventi imprevisi che potessero verificarsi al momento. Può richiamare all'ordine chi non tiene un comportamento corretto.

I partecipanti devono essere solidali col capo gita e seguire le sue istruzioni ed il percorso da lui indicato. Essi devono collaborare in caso di incidente o difficoltà, non devono allontanarsi dal gruppo senza darne avviso al capo gita, specificando temporaneità e motivo. Inoltre sono tenuti a mettere la propria esperienza a servizio della massima sicurezza di tutti i componenti la comitiva.

I trasferimenti sono di regola effettuati con auto proprie e le spese di viaggio vengono regolate fra gli occupanti le singole autovetture.

È esplicitamente inteso che, a norma dello Statuto Sezionale e del Regolamento CAI, gli organizzatori e la Sezione sono esonerati da ogni responsabilità per infortuni che avessero a verificarsi durante le gite. L'iscrizione alla gita comporta l'accettazione del presente regolamento e del programma della singola gita.

### **N.B. Ritrovo partecipanti gite:**

Piazza Golgi / Staz. F.S., salvo diversa indicazione del capo gita.

# PROGRAMMA GITE 2018

## GENNAIO



### LUNEDÌ 1 GENNAIO Monte Reixa (1183 m) Appennino Ligure



3 ore (salita)

Gita escursionistica per inaugurazione anno sociale con brindisi in vetta alle ore 9,30. Il rientro è previsto per le ore 12.



1183 m

Un'idea di G.B. Calcagno "u Baciccin" che si rinnova con successo da oltre quarant'anni.



E

G.B. Calcagno  
Mauro Mocellin

tel. 0109125628  
tel. 3427277045

**Nella stagione invernale nei giorni feriali possibile attività di sci su pista coordinata da Alfredo Carretti**

Alfredo Carretti

tel. 3478132719

### NOTA PER TUTTI GLI ITINERARI DI SCIALPINISMO E CIASPOLE

*Per le gite scialpinistiche è richiesta un'accettabile capacità di discesa su pista ed il possesso dei seguenti materiali: sci da scialpinismo completi di pelli di foca, rampant e bastoncini idonei, abbigliamento adatto allo scialpinismo, scarponi idonei per lo scialpinismo. L'ARTVA, la pala e la sonda sono obbligatori anche per chi usa le ciaspole; a chi ne è sprovvisto potranno essere forniti dal CAI di Arenzano. Il giovedì precedente la gita si terrà una riunione in sede alle ore 21,00. In tale riunione verrà confermato l'itinerario e verranno comunicati i dettagli organizzativi della gita. Nella stessa riunione si terranno alcune conferenze ed esercitazioni sugli argomenti più importanti delle gite in ambiente innevato: materiali, ARTVA ed attrezzature di autosoccorso, neve e valanghe, tecniche di salita e discesa, preparazione degli sci, etc...*



## DOMENICA 7 GENNAIO

### Quattru passi pe Zena



5 ore



nullo



T

Ritorniamo a passeggiare tra vicoli e creuse della città Superba riscoprendo angoli romantici, musei, opere d'arte, vecchie botteghe e moderni manufatti.

Un tranquillo girovagare tra storia, aneddoti e leggende, tralasciando la frenesia del quotidiano.



Roberto Camicia  
Giandomenico Toso

tel. 3395479247  
tel. 0109113292



## DOMENICA 14 GENNAIO

### Ciaspole



Meta da definire in base all'innevamento. Informazioni dettagliate in sede il venerdì precedente l'uscita.



**LEGGERE NOTA SU SCIALPINISMO E CIASPOLE (A PAGINA 10)**



Benedetto Caviglia

tel. 3487253212



## SABATO 20 GENNAIO

### Riordino di un sentiero dei nostri monti



Quest'anno i nostri obiettivi sono il riordino del Sentiero dell'Ingegnere e la sistemazione del Riparo Padre Rino non realizzati lo scorso anno.

Pino Toso

tel. 3403767572



## DOMENICA 21 GENNAIO

### Madonna della Guardia da San Carlo di Cese

Monte Figogna (m 804) Appennino ligure



2 ore salita

Il classico percorso devozionale partendo da S. Carlo di Cese.



550 m

Paola Bertuccio  
Gabriele Cesaritel. 3396132310  
tel. 3394036273

E



## GIOVEDÌ 25 GENNAIO

Una giornata Diversa/Mente INSIEME trascorsa con alcuni degenti delle RSA psichiatriche “Insieme e Casa Nuova” di Pratozanino e i pazienti del Centro di Salute mentale di Genova Voltri.

Partecipiamo numerosi a questa importante iniziativa  
Coordinatore:

Celso Mercari

tel. 3408022744

## SABATO 27 GENNAIO

### Notturna con Luna piena



3 ore

Notturna con Luna piena Passo del Faiallo – Rifugio Argentea – Passo del Faiallo.



200 m

Al Rifugio ristoro con bevande calde.

Con terreno innevato l'escursione si farà con le ciaspole.



E

**LEGGERE NOTA SU SCIALPINISMO E CIASPOLE (A PAGINA 10)**Pino Toso  
e Rifugisti Argentea

tel. 340 3767572



## DOMENICA 28 GENNAIO Mont Chajol (m 2293) Alpi marittime



partenza: Casterino val Roya

esposizione: ovest e nord

dislivello: 750m

difficoltà: MS



750 m



MS

Escursione adatta anche a ciaspole.



LEGGERE NOTA SU SCIALPINISMO E CIASPOLE (A PAGINA 10)

Carlo di Giuseppe  
Attilio Francavilla

tel. 0109110928 - 3356262605  
tel. 3485123912



RISTORANTE - PIZZERIA

*Parodi*

ARENZANO

Via Capitan Romeo, 30

Tel. 0109126637

RISTORANTE  
PIZZERIA

# L'Officina

FORNI A LEGNA  
POSTEGGIO PRIVATO



Via A. Romana di Levante, 53 Arenzano-GE  
Tel. 010 / 913.43.65 - 913.46.76



# Buonristoro

V E N D I N G   G R O U P

■ *GE.D.A.M. service s.r.l.*

Via di Sponda Nuova 33, 16165 Genova  
Tel. 0108301856 – Fax 0108301871  
<http://www.buonristoro.com>

# FEBBRAIO



## SABATO 3 DOMENICA 4 FEBBRAIO Ciaspole in Val Pellice



Visiteremo la Val Pellice andando al Rifugio Jervis in località vallone del Prà contornato da uno spettacolare anfiteatro di vette è un'interessante meta per escursioni con le racchette da neve. Il percorso nel complesso non è difficile ma presenta comunque tratti discretamente impegnativi, cena e pernottamento ospiti del rifugio Jervis. Il giorno successivo gita lungo il vallone verso il rifugio Granero. Iscrizioni previste entro il 10 gennaio. Per la prenotazione alla gita contattare direttamente i capo gita. Inoltre come da prassi consolidata la partecipazione alla gita da parte dei soci è vincolata all'insindacabile valutazione dei capogita. Programma dettagliato sarà disponibile in sede.

**LEGGERE NOTA SU SCIALPINISMO E CIASPOLE (A PAGINA 10)**

Paola Clavarino  
Daniele Cimiero

tel. 3475737943  
tel. 3491480165



## SABATO 10 FEBBRAIO Riordino di un sentiero dei nostri monti

G.B. Vernazza

tel. 0109123331





## DOMENICA 11 FEBBRAIO

### Monte Santa Croce (m 518)

Appennino Ligure



4 ore e mezza

Chiesa di Santa Croce sopra Pieve Ligure.  
In treno fino a Sori.



520 m

Salita a piedi attraverso Pieve alta fino al Monte di Santa Croce  
Discesa verso S. Bernardo e Bogliasco



E



Francesco Odetti  
Anna Oneto

tel. 3204367070  
tel. 32004367069



## DOMENICA 18 FEBBRAIO

### La Gardiola (m 1889)

Alpi Liguri



Partenza: Certosa Pesio  
esposizione: ovest



1050

dislivello: 1050m  
difficoltà: MS



MS

Adatta anche a ciaspole



**LEGGERE NOTA SU SCIALPINISMO E CIASPOLE (A PAGINA 10)**

Carlo di Giuseppe  
Attilio Francavilla

tel. 0109110928 - 3356262605  
tel. 3485123912



## DOMENICA 25 FEBBRAIO

### Traversata Noli-Varigotti

#### Riviera Ligure di ponente



5 ore

Panoramico itinerario che segue il sentiero del Pellegrino da Noli a Varigotti con visita alla suggestiva grotta dei briganti (antro dei falsari).



300 m

Mariangela Cerruti

tel. 3405445307



E



## MARZO



*Si ricorda ai soci di rinnovare la tessera entro il 31 Marzo al fine di non perdere i vantaggi che da essa derivano, primo fra tutti l'Assicurazione.*



## SABATO 3 - DOMENICA 4 MARZO

### Due giorni sulla neve con ciaspolata notturna



Sarà scelto un rifugio per pernottare e un itinerario da percorrere in notturna con le ciaspole in ambiente sicuro e adatto a tutti.

Programma dettagliato in sede.



**LEGGERE NOTA SU SCIALPINISMO E CIASPOLE (A PAGINA 10)**



Benedetto Caviglia

tel. 3487253212



---

## VENERDÌ 9 MARZO

### Assemblea dei Soci

---

Ore 21 in Sede



---

## SABATO 10 FEBBRAIO

### Riordino di un sentiero dei nostri monti

---

Santino Bruzzone

tel. 010 9124234



---

## DOMENICA 11 MARZO

### Anello della Badia di Tiglieto

Appennino Ligure

---



3 ore



150 m



T/E



Anello di facile percorribilità ed adatto a tutti, che si svolge attraverso gli stupendi boschi che circondano quest'oasi di pace e tranquillità. Concluderà l'escursione la visita alla Badia di Tiglieto, prima Abazia Cistercense in Italia risalente all'anno 1120. Percorribile con ciaspole in caso di presenza di neve.

Giandomenico Toso

tel. 0109113292

---

## GIOVEDÌ 15 MARZO



Biancone Day Diversa/Mente INSIEME trascorsa con alcuni degenti delle RSA psichiatriche "Insieme e Casa Nuova" di Pratozanino e i pazienti del Centro di Salute mentale di Genova Voltri.

---

**Partecipiamo numerosi a questa importante iniziativa**

Coordinatore:

Celso Merciarì

tel. 3408022744



## DOMENICA 18 MARZO

### Monte Nero (m 981)

Alpi Liguri



5 ore

È un bell'anello con spettacolari vedute sui torrioni e dirupi del Monte Nero e sulla Val Pennavaira.



850 m

Andrea Parodi

tel. 3476702312



EE



## DOMENICA 25 MARZO

### Santuario Madonna del Caravaggio

### Monte Orsena (m 623)

Appennino ligure



5 ore e mezza

Raggiungiamo da Recco questo storico Santuario dal cui piazzale si gode uno splendido panorama sul golfo del Tigulio.



600 m

Gita con gli amici del Cai di Sori.



E



Francesco Odetti  
Anna Oneto

tel. 3204367070  
tel. 3204367069



## DOMENICA 25 MARZO

### Cima Palù (m 2538)

Alpi liguri



Partenza: Carnino Superiore.  
Esposizione: sud.



1141 m

**LEGGERE NOTA SU SCIALPINISMO E CIASPOLE (A PAGINA 10)**



BS



Carlo di Giuseppe  
Attilio Francavilla

tel. 0109110928 - 3356262605  
tel. 3485123912

---

# APRILE

---



---

## DOMENICA 8 APRILE

### Rocca di Perti (m 397)

#### Via Simonetta

---



La rocca di Perti è un imponente complesso calcareo che si erge fra la Val Porra e la Val Urta nell'immediato entroterra di Finale Ligure.

La via Simonetta è una storica via di arrampicata della rocca di Perti che si sviluppa nella parte settentrionale del versante Ovest, è un itinerario mediamente impegnativo e abbastanza esposto, interessante e molto frequentato, aperto nel 1973. La via, anche se tecnicamente facile, richiede una discreta esperienza. Il numero dei partecipanti dipende dalla disponibilità dei capi cordata. È obbligatorio il casco.

Per la partecipazione è necessaria la prenotazione anticipata ai capi gita.

Carlo Dondero  
Francesco Di Luca

tel. 3480913058  
tel. 3476821122



---

## GIOVEDÌ 12 APRILE

Una giornata Diversa/Mente INSIEME trascorsa con alcuni degenti delle RSA psichiatriche "Insieme e Casa Nuova" di Pratozanino e i pazienti del Centro di Salute mentale di Genova Voltri.

---

**Partecipiamo numerosi a questa importante iniziativa**

Coordinatore:

Celso Mercari

tel. 3408022744



# Trattoria CASTELLETTO

di CAVIGLIA Mariagrazia e Stefania s.n.c.

*Parcheggio Clienti  
Chiuso il Lunedì*



Via Strada di Lerca, 21

16016 Cogoletto (Ge)

Tel. 010 9111622

P. IVA 02914920109

trattoriacastelletto@gmail.com



Via Bocca, 10 - Tel. 010.9127407 - ARENZANO (GE)



**Sconto 10% da:**  
**Libreria Sabina**  
**di Capello Sabina**

Via C. Romeo 70-75-77-79 - 16011 Arenzano - Genova  
Tel. e Fax 010 9130136



**BAR**

**"LAGO TANA"**

Via Rio Nave, 5  
Arenzano (GE)  
Tel. 010 9127376



**Hotel Riviera**

Piazza Gramsci, 10  
Arenzano (Ge)  
Tel. 010 9134863

LUNGOMARE - GARAGE



**di Vernazza Giuseppe**

**FORNITURE ELETTRICHE**  
**ELETTRODOMESTICI - CASALINGHI**

VIA GHILINI, 58 - TEL. 010 9127437 - ARENZANO (GE)



## DOMENICA 15 APRILE

### Messa dei caduti

### Abbazia di Borzone

Borzonasca entroterra di Chiavari



Organizzata dalla Sezione di Rapallo.  
Programma dettagliato in sede.



Mauro Mocellin

tel. 010912472



## DOMENICA 22 APRILE

### Alla ricerca delle ribelli

### Appennino Ligure



7 ore e mezza

Itinerario ad anello con partenza e arrivo alla frazione di Acquasanta (Mele) che permette di avventurarsi nei luoghi della curiosa storia delle "Vacche ribelli delle Giutte", perlustrando il territorio alla ricerca dei bovini e affrontando, in modo scientifico ma accessibile a tutti, le possibilità di studio, gestione e conservazione della popolazione "ribelle". Escursione naturalistica



800 m



E



Luca Caviglia

tel. 3397655511



## DA GIOVEDÌ 19 A VENERDÌ 27 APRILE

### Selvaggio Blu

### Sardegna



Due Gruppi:

- A) Trekking "Selvaggio Blu: Pedra Longa-Cala Sisine
- B) Come sopra – Variante Escursionisti



Itinerario di cinque giorni in uno dei pochi luoghi in Italia dove è possibile vivere l'avventura: la Sardegna del Supramonte fino ai golfi di Arbatax e Orosei.



Spazia sui monti dell'interno tra gole selvagge per arrivare alla costa tra falesie a strapiombo, intime cale ed incantevoli spiagge, dove lo smeraldo del mare ci ritempererà delle fatiche quotidiane.

**1° giorno** Partenza da Genova per Olbia ore 18.00

**2° giorno** Arrivo Olbia 7.15-Trasferimento a Baunei

**3° giorno** Pedra Longa-Sorgente Baus-Us Piggius ore 5 (m.f.) Gruppo A ore 5 (m.f.) Gruppo B

**4° giorno** Us Piggius –Burradorfui-Porto Quau ore 8 (imp.) Gruppo A ore 5 (imp.) Gruppo B

**5° giorno** Porto Quau-Serra Salinas-Cala Goloritzè ore 8 (imp.) Gruppo A ore 5 (imp.) gruppo B

**6° giorno** Cala Goloritzè-Baccu Madaluru-Olibissi ore 10(diff.) Gruppo A ore 6 (m.f.) Gruppo B

**7° giorno** Olibissi-Cala Sisine-Baunei/Golgo. ore 8 (diff.) Gruppo A ore 5 (imp.) Gruppo B

**8° giorno** Baunei/Olbia partenza per GE ore 20.30

**9° giorno** Arrivo Genova/Porto ore 10.00

Leggenda m.f = medio facile; imp.= impegnativo; diff.= difficile

#### **Pernottamenti :**

In tenda 4 notti e 2 notti in foresteria.

#### **Difficoltà:**

Gruppo A E/EE/EEA - Dislivello tot. 4000 mt + / 2500 mt- / massimo n° 12-15 persone ;

Gruppo B E / EE - Dislivello tot. 2000 mt + / 1900 mt - / minimo n°8 max n° 15 persone.

**Mezzi di trasporto:** Traghetto\* + Pullmann.

\*In attesa orari 2018

**Supporto:** Durante l'intera durata del trekking ogni gruppo sarà accompagnato da almeno una guida ambientale della Cooperativa Goloritzè.

**Costo presunto:** € 650 + traghetto\*

**Caparra:** € 200 all'iscrizione.

TERMINE ULTIMO ISCRIZIONI:

INDEROGABILMENTE ENTRO IL 16 FEBBRAIO 2018.

(è disponibile il programma dettagliato per i partecipanti in sede).

Riccardo Ridolfi

tel. 0109123155 - 3357535058

# Sea

PROGETTAZIONE ARCHITETTONICA  
PROGETTAZIONE STRUTTURALE  
RISTRUTTURAZIONE DI INTERNI

STUDIO TECNICO STELLA E ASSOCIATI  
VIA VINCENZO RICCI, 2/5 16122 GENOVA TEL/FAX.: 010/565877  
e-mail. sabinastella@stellaeassociati.it

## *Trattoria al Serraglio*



Via S. Apollinare 31 - 16031 Sorì GE  
Tel. 0185-721221  
Chiuso Lunedì e Martedì

# MAGGIO



## MARTEDÌ 1 MAGGIO

### Fave e... al riparo Scarpeggin

Consueto e tradizionale incontro di festa per tutti i soci e non, al riparo Scarpeggin con fave, salame e...  
Informazioni in sede.



## DOMENICA 6 MAGGIO

### Frittelle al Rifugio Argentea

Cuoche **Isabella** e **Adriana**.

Festa di primavera dedicata alle famiglie e ai bimbi.

Canterà per noi **Caterina Vallarino** coordinatrice del gruppo bimbi.

Ospiti gli amici del Cai di Sori.



## DOMENICA 6 MAGGIO

### Escursione in mountain bike

### Raggiungiamo il rifugio Argentea in bici



Il capogita comunicherà tempestivamente scheda tecnica del percorso.



Domenico Merciarì

tel. 3408602365





## SABATO 12 DOMENICA 13 MAGGIO

### Gole dell'Ardeche

### Discesa in canoa

### Rodano – Alpi Francia



Le acque dell'omonimo fiume hanno plasmato il paesaggio creando un canyon naturale, profondo e tortuoso, proponiamo una gita sui generi: la discesa in canoa di queste suggestive gole. Utilizzeremo strutture e logistiche in loco; le iscrizioni sono previste entro il mese di febbraio. Per la prenotazione alla gita contattare direttamente i capo gita. Inoltre come da prassi consolidata la partecipazione alla gita da parte dei soci è vincolata all'insindacabile valutazione dei capogita.

Daniele Cimiero  
Paola Clavarino

tel. 3491480165  
tel. 3475737943

## DOMENICA 13 MAGGIO

### “IN CAMMINO NEI PARCHI 2018”

La Commissione Centrale Tutela Ambiente Montano, che coordina le iniziative, invita a camminare in libertà per scoprire paesaggi e meraviglie di montagne e Parchi d'Italia, incontrandosi sui sentieri. Programma dettagliato in sede.



## DOMENICA 13 MAGGIO

### Giro delle cinque Torri

### Langa Astigiana



7 ore - 4 ore



1200 m - 700 m



E



Percorso ad anello lungo circa 30 km che partendo da Monastero Bormida collega le torri medievali di Monastero Bormida, San Giorgio Scarampi, Olmo Gentile, Roccaverano, Vengone. È previsto un percorso più corto di circa 18 km. Lungo il giro sono distribuiti cibi e bevande. All'arrivo premiazioni varie e distribuzione di polenta e spezzatino.

Fausto Fanello

tel. 333 5762890

# Rifugio Argentea



*Il Rifugio Argentea è aperto da Maggio a fine Settembre tutti i fine settimana.*

*La gestione è affidata dal Parco Naturale Regionale del Beigua alla Sottosezione di Arenzano da sempre sostenitrice di questo rifugio. Alcuni soci se ne sono fatti carico e da alcuni anni svolgono con passione questo compito.*

*Vi invitiamo a collaborare a questa esperienza che richiede solo un po' di buona volontà e in cambio permette di trascorrere due giorni sereni a contatto con la natura, lontano dallo stress quotidiano, con una vista mozzafiato che spazia dalle due riviere a tutto l'arco alpino..... Vi aspettiamo*



## DA VENERDÌ 18 A VENERDÌ 25 MAGGIO ALLA SCOPERTA DI ISRAELE... con gli scarponi ai piedi



### 1 giorno: GENOVA – TEL AVIV – GALILEA

Al mattino ritrovo all'aeroporto di Genova ed imbarco sul volo per Roma. Continuazione con volo per Tel Aviv. All'arrivo incontro con la guida e trasferimento in Galilea lungo la costa mediterranea. Sistemazione nelle camere presso un kibbutz, cena e pernottamento.

### 2 giorno: NAHAL AMUD (trekking) – AKKO – NAZARETH

Trasferimento verso l'alta Galilea; partenza del trekking lungo l'Israel Trail che scende fino al mare di Galilea (lago di Tiberiade) (circa 3 ore). Trasferimento verso la città di Akko. Passeggiata attraverso i tipici vicoli e i variopinti mercatini. Possibilità di mangiare cibo locale (pranzo libero). Al termine trasferimento a Nazareth per visitare la basilica dell'Annunciazione. Quindi rientro in kibbutz, cena e pernottamento.

### 3 giorno: ALTURE DEL GOLAN (trekking) – MARE DI GALILEA

Trasferimento verso la riserva naturale Yehudia, al centro delle alture del Golan. Trekking di circa 5 ore che permetteranno di attraversare aree naturalistiche e paesaggistiche uniche nel loro genere. Pranzo libero. Al termine della camminata ci sarà la possibilità di un bagno presso una piscina naturale circondata da formazioni di basalto. Visita del Monte delle Beatitudini e di Cafarnao con la Sinagoga antica e i resti della casa di San Pietro, presso il mare di Galilea. Rientro al kibbutz, cena e pernottamento.

### 4 giorno: BET SHEAN – MAR MORTO – MASSADA

Trasferimento lungo la valle del Giordano con visita del sito archeologico di Bet Shean (Skytopolis) l'antica capitale della "Decapolis" dove sono rimasti imponenti reperti romano/bizantini. Pranzo libero. Proseguimento verso le rive del mar Morto per il bagno nelle acque salatissime e per il relax. Al termine sistemazione presso l'ostello di Massada, cena e pernottamento.

### 5 giorno: MASSADA (trekking) – GERUSALEMME

Di primo mattino, trekking intorno all'imponente fortezza erodiana di Massada, divenuta simbolo della resistenza ebraica durante la guerra contro i romani nel 73 d.c. Il percorso segue parte delle mura di contenimento romane e collega i campi romani costruiti per l'assedio. Dopo circa 3 ore si raggiunge la fortezza tramite la rampa romana. Visita del sito archeologico. Pranzo libero. Al termine proseguimento lungo "il sentiero del serpente" fino al parcheggio principale. Nel tardo pomeriggio arrivo a Gerusalemme, cena e pernottamento.

### **6 giorno: GERUSALEMME**

Giornata dedicate alle visite di Gerusalemme. Sosta panoramica dal Monte degli Ulivi ed inizio della camminata che ci permetterà di raggiungere il cimitero ebraico, il Dominus Flevit, la Basilica dell'Agonia, l'Orto dei Getsemani e la Tomba di Maria. La camminata prosegue all'interno della città vecchia passando attraverso la porta dei Leoni, la chiesa di S. Anna, la via Dolorosa, la basilica del S. Sepolcro. Pranzo libero. Nel pomeriggio visita al Monte Sion con il Cenacolo, passeggiata attraverso il Quartiere ebraico e visita del Muro Occidentale (Muro del Pianto), luogo della tradizione ebraica. Al termine rientro in hotel, cena e pernottamento.

### **7 giorno: GERUSALEMME - BETLEMME**

Al mattino visita alla città vecchia di Gerusalemme: la Spianata del Tempio con la moschea el-Asqa e la cupola della Roccia (non visitabili all'interno). Al termine trasferimento verso la città palestinese di Betlemme. Pranzo tipico con cucina locale. Nel pomeriggio visita della basilica della Natività. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

### **8 giorno: GERUSALEMME - ITALIA**

Visita del memoriale Yad vaShem (museo dell'Olocausto) in ricordo dei terribili anni della Shoah. Pranzo libero. Trasferimento all'aeroporto di Tel Aviv per imbarco e rientro a Genova.

**Documento necessario: Passaporto con 6 mesi di validità residua.  
Numero massimo partecipanti 36.**

**Inizio iscrizioni dal 12 gennaio con pagamento acconto presso la sede CAI.**

**Al versamento dell'acconto fornire anche copia del passaporto.**

Liliana Monari  
Michele Carriero

tel. 3492100317  
tel. 3408326425



## **DOMENICA 27 MAGGIO** **Giornata Nazionale dedicata ai sentieri**

Anche quest'anno il gruppo riordina sentieri "Lazzaro Vallarino" organizzerà il riordino di un tratto di un sentiero dei nostri monti.

Pino Toso

tel. 340 376 7572



CARROZZERIA  
**DIEMME**

di Domenico Mercari

**Banco dime**  
**Sistema elettronico misurazione scocca**  
**Verniciatura a Forno - Gestione sinistri**  
**Fiduciaria gruppo UNIPOL - Cristalli**  
**VETTURA SOSTITUTIVA**

Via Cesare Festa, 33 - 16011 Arenzano (GE)  
Tel/Fax 010.9130291 - Cell. 340.8602365  
E-mail: diemmecar@libero.it - P.IVA 03406890107

# *Agueta du Sciria*

## **Ristorante**

organizziamo ogni tipo di cerimonia



Personalizziamo le Vostre serate.  
Su richiesta:

**Zuppa di Pesce**  
**Paella alla Valenciana**

In collina ad ARENZANO in via Pecorara 18/a

Lunedì chiuso per riposo settimanale

Orario Invernale: aperto tutte le sere, i festivi a pranzo    Orario Estivo: aperto tutte le sere, anche i festivi

[www.agueta.it](http://www.agueta.it) - mail [aguetaadusciria@yahoo.it](mailto:aguetaadusciria@yahoo.it) - Tel.: 010 911 07 62

Prendete nota del cellulare 339 60 29 460 frequentemente la linea telefonica fissa è inattiva.

# GIUGNO



## DOMENICA 3 GIUGNO

### Monte Reixa (m 1183) da Sambuco

Appennino ligure



6 ore

Salita al monte Reixa passando da Bric Malanotte, Passo Faiallo. Discesa e sosta al Bivacco Ghiwel.



900 m

Aurelio Zito

tel. 3477200196



E



## DOMENICA 10 GIUGNO

### Sentiero Cosola-Daglio

Appennino Ligure Val Borbera



5 ore

Prosegue anche quest'anno la serie delle escursioni in Val Borbera. Il sentiero Cosola-Daglio è un bel percorso che offre splendide vedute panoramiche sulla Val Borbera e sulle valli circostanti.



350 m

Unisce, attraverso boschi di faggi e castagni, due antiche borgate dell'alta valle: Montaldo di Cosola (917 m), frazione di Cabella Ligure, nel secolo scorso popolata da centinaia di abitanti, oggi ridotti a poche decine, e Daglio (935 m), frazione di Carrega Ligure, attualmente abitata da poche persone. Quota massima raggiunta: 1236 m.



E



Nicoletta Canepa  
Michele Carriero

tel. 3481096048  
tel. 3408326425



## DOMENICA 17 GIUGNO

### Lago delle Lame – Monte Aiona (m 1701)

#### Appennino Ligure



5 ore e mezza

Dal Lago delle Lame, passando a fianco del lago degli Abeti (riserva integrale), sino alla cima dell'Aiona in un paesaggio a faggeta che conserva ancora residui botanici sopravvissuti in quest'area a partire dalle glaciazioni del quaternario.



750 m



E

Giandomenico Toso

tel. 0109113292



## DOMENICA 24 GIUGNO

### Escursione interregionale LPV

### Monte e rifugio Agentea (m 1082)

#### Appennino ligure



Raggiungiamo la meta dai quattro punti cardinali  
 NORD: Vara Inferiore.  
 EST: Sella Barnè.  
 SUD: Arenzano.  
 OVEST: Monte Beigua.  
 Programma dettagliato in sede.



Sottosezione di Arenzano con i suoi titolati AE.  
 sezionali ASE e Rifugisti Argentea.



**VBIKE DI VALLE FABRIZIO E BADANO RICCARDO SNC**  
**VIA PARASCO 21 – 16016 COGOLETO GE**  
**INFO@VBIKECOGOLETO.IT TEL. 0109184666**

# LUGLIO



## SABATO 30 GIUGNO DOMENICA 1 LUGLIO

### Allalinhorn (m 4027)

Vallese Alpi Pennine orientali



Vedi scheda



Vedi scheda



Vedi scheda



L'Allalinhorn è una montagna del massiccio del Mischabel, dove la salita per la cresta est è molto elegante e non particolarmente esposta. Da SasFee si prendono gli impianti che raggiungono Felskinn e da lì in un'oretta alla Britannia Hutte (3030 m). Dal rifugio la mattina seguente si scende sull'Hohlaubgletscher raggiungendo poi la cresta dell'Hohlaub a nord della quota 3100 ca. e si continua verso il rilievo a quota 3350 ca. Da questo punto si segue la cresta fino alla fascia rocciosa sommitale, che si supera con passaggi di II+ fino alla croce di vetta (4070m).

Discesa per la via normale fino alla stazione del Mittelallalin (1/1,30 ore)  
**1° giorno** Con gli impianti e un'ora di cammino si raggiunge il Britannia Hutte.

**2° giorno** salita alla vetta (4/5 ore 1000 m di dislivello).

Celso Merciarì

tel. 340 8022744



## DOMENICA 1 LUGLIO

### Cima Seirasso (m 2436)

Alpi Liguri



5 ore



650 m



E

La cima oltre ad offrire un panorama eccellente su gran parte delle Alpi Liguri è piuttosto interessante per l'ambiente naturale molto vario ed è spettacolare anche dal punto di vista floreale (stelle alpine e rododendri). Partenza dal Rifugio Balma.

Marisa Banchemo

tel. 349260589





## SABATO 7 DOMENICA 8 LUGLIO

### Cima Nord di Valrossa (m 2909)

Per il colle del Filo di Ferro e la cresta sud.est  
Alpi Marittime



Vedi scheda

È un itinerario alpinistico poco noto in ambiente selvaggio e affascinante. Per il notevole dislivello è diviso in due tappe con pernottamento nel Rifugio del Valasco.



Vedi scheda

La partecipazione è condizionata dal numero dei capi cordata.



Vedi scheda

#### 1° giorno

Tempo: 1 ora e15

Difficoltà: E

Dislivello: 390 m



#### 2° giorno

Tempo: 8 ore

Difficoltà: AD-

Dislivello: 1150 m

Andrea Parodi

tel. 347.6702312



## GIOVEDÌ 12 LUGLIO

Una giornata Diversa/Mente INSIEME trascorsa con alcuni degenti delle RSA psichiatriche "Insieme e Casa Nuova" di Pratozanino e i pazienti del Centro di Salute mentale di Genova Voltri.

Partecipiamo numerosi a questa importante iniziativa

Coordinatore:

Celso Mercari

tel. 3408022744



## DOMENICA 22 LUGLIO

### Alla borgata Paraloup per l'Alpe di Rittana

#### Alpi Cozie - Valle Stura di Demonte



5-6 ore



788 m



E

Semplice itinerario ad anello per conoscere luoghi e montagne della Seconda Guerra Mondiale e della Resistenza al confine tra la Valle Stura e la Val Grana. Ripercorrendo i sentieri della banda partigiana denominata "Italia Libera", raggiungeremo prima la cima panoramica dell'Alpe di Rittana e successivamente la famosa borgata di Paraloup. Un'escursione tra storia e memoria.



Luca Caviglia

tel. 3397655511



## DA GIOVEDÌ 19 A DOMENICA 22 LUGLIO

### Parco Nazionale dello Stelvio

#### Giro del confine

#### Alpi Retiche



Vedi scheda



Vedi scheda.



Vedi scheda

Tour ad anello che attraversa il Parco Nazionale dello Stelvio tra ghiacciai, vallate e boschi percorrendo le tre valli: Zebrù, Cedec e valle dei Forni. Pernottamento e 1/2 pensione in rifugio e ostello. Prenotazione con caparra di euro 50 dal 23 marzo 2018. Programma dettagliato in sede.

Giusti Maurizio  
Giusti Marcotel. 3299458535  
tel. 3355699530



## DOMENICA 29 LUGLIO

### Giro del Pic d'Asti

Alpi Cozie



7 ore



1050 m

EE per le  
due vette

Quello attorno al Pic d'Asti è un giro molto interessante che si sviluppa sul confine italo-francese sulla destra del colle dell'Agnello. Si cammina in ambiente roccioso e desolato ma nel contempo aperto e affascinante. Salita al Pan di Zucchero (m 3208) e Pic Brusalana (m 3170) facoltative.

Benedetto Caviglia

tel. 3487253212



## AGOSTO



## SABATO 25 DOMENICA 26 AGOSTO

### Monte Emilius (m 3559)

Alpi Graie



Vedi scheda

MONTE EMILIUS (3559 slm) difficoltà EEA (perché occorre dotarsi di casco).



Vedi scheda.

È previsto l'utilizzo di impianti di risalita.

Pernottamento e 1/2 pensione in rifugio.

Prenotazione con caparra di euro 20 dal 18 maggio 2018.

Seguirà programma dettagliato in sede.



Vedi scheda

Maurizio Giusti  
Marco Giusti

tel. 3299458535

tel. 3355699530

# SETTEMBRE



## SABATO 1 SETTEMBRE Punta Zanotti (m 2734) Alpi Marittime



4 ore di salita

Vetta elegante ed ardita che sovrasta il rif. Ervedo Zanotti e si contraddistingue per l'alta parete rocciosa del suo versante settentrionale.



1295 m

L'itinerario parte dal Piano della Regina (1439 m), risale il Vallone del Piz e raggiunge il rif. Zanotti (2144 m).



EE

Dal rifugio si prosegue dapprima in direzione del Lago di Laris, quindi si rimonta il versante est della Bassa di Schiantalà fino ad una conca tra le Punte di Schiantalà e la Punta Zanotti che, in breve, si raggiunge per la cresta sud.



Gino Agnese

tel. 3398605731



## SABATO 8 - DOMENICA 9 SETTEMBRE Mare e Monti Arenzano

Anche quest'anno la nostra sezione darà il proprio supporto alla celeberrima manifestazione internazionale che si svolge sui monti di Arenzano ed ora estesa anche ai comuni limitrofi.

Per informazioni rivolgersi in sede.



## SABATO 15 - DOMENICA 16 SETTEMBRE

### Gran Vaudala (m 3272)

#### Alpi Graie



Vedi scheda



Vedi scheda.



Vedi scheda



Il Gran Vaudala, anche se conosciuto da poche persone, è una fantastica finestra sia sulla Valle di Rhemes sia sul Nivolet. Si trova sullo spartiacque tra la Val D'Aosta e il Piemonte e non ha nulla da invidiare alle ben più note cime della Val di Rhemes.

**Sabato:** da Thumel (m 1879) al rifugio Benevolo (m 2285). Trattamento mezza pensione.

Difficoltà: E tempo di salita 1 ora e mezza.

**Domenica:** Gruppo A salita al gran Vaudala (m 3272).

Difficoltà: EE tempo di salita 3 ore e mezza.

**Gruppo B:** escursione nei dintorni del rifugio con possibilità di escursione al lago Goletta.

Difficoltà E tempo di salita 2 ore e mezza

Prenotazioni entro il 30 di aprile con versamento caparra di 20 €.

**Questa Gita è dedicata a Alessandro Bocchiotti che per la prima volta si è cimentato, quale ottimo capogita, su questa montagna**

Caviglia Benedetto

tel. 3487253212

Gagliardo Nuccia

tel. 338508601

# CERAMICA - SANITARI - RUBINETTERIE

## ARREDO BAGNO

### VALLE GIUSEPPE S.N.C.

**ESPOSIZIONE CERAMICHE:**

Viale del Giappone, 11 - Tel. 010.913.02.64 - Fax 010.913.02.65

**MATERIALI EDILI:** Viale del Giappone, 11 - Tel. 010.911.13.39

**16011 ARENZANO - GE**

e-mail: giuseppe\_valle@tiscali.it



## DOMENICA 23 SETTEMBRE

### Da Isoverde a Isoverde

#### Appennino Ligure



Vedi scheda

Giro di circa 13 km attraverso le montagne dell'alta Val Polcevera.  
Tratto iniziale attrezzato con catene ma elementare.



Vedi scheda.

Marisa Banchemo

tel. 3492605897



Vedi scheda



## DA VENERDÌ 21 A DOMENICA 23 SETTEMBRE

### Le gole del Verdon

#### Provenza Francia



Vedi scheda

Proponiamo una gita di più giorni in questo stupendo parco naturale, caratterizzato da profonde gole scavate dalle acque verdi dell'omonimo fiume. Il soggiorno prevede trekking e arrampicate sulle impressionanti pareti delle gole; per ciò che riguarda l'arrampicata è prevista una assoluta autonomia da parte dei partecipanti, sia nella scelta della difficoltà dei percorsi, sia da un punto di vista tecnico e dei materiali in uso.



Vedi scheda

Per la prenotazione alla gita contattare direttamente i capo gita DANIELE CIMIERO 3491480165 & PAOLA CLAVARINO 3475737943.



Vedi scheda

Inoltre come da prassi consolidata la partecipazione alla gita da parte dei soci è vincolata all'insindacabile valutazione dei capogita.



Daniele Cimiero

tel. 3491480165

Paola Clavarino

tel. 3475737943



## SABATO 29 SETTEMBRE

### Riordino di un sentiero dei nostri monti

Fausto Fanello

tel. 333 5762890



## DOMENICA 30 SETTEMBRE

### Monte Ramaceto (m 1345)

#### Appennino Ligure



6 ore



606 m



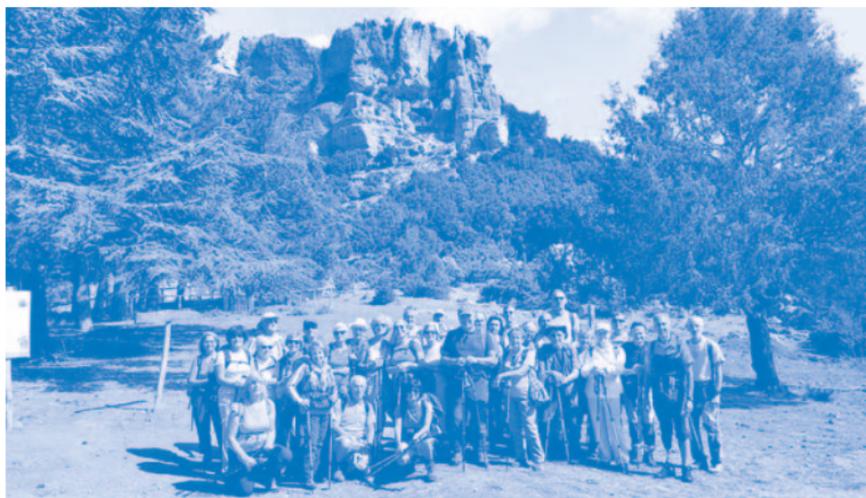
E



Saliremo al Monte Ramaceto, la cui vetta si trova sulla Alta Via dei Monti Liguri da cui si dominano le Valli Fontanabuona, Sturla e Aveto, partendo dalla frazione di Ventarola facente parte del Parco Naturale dell'Aveto, attraversando la Valle del torrente Liciorno e la stupenda faggeta. L'area circostante è classificata SIC (sito di interesse comunitario). Parteciperanno gli operatori TAM Liguria che illustreranno le caratteristiche geomorfologiche dell'ambiente.

Roberto Camicia  
Valentina Vercelli

tel. 3395479247  
tel. 3495672066



# OTTOBRE



## DOMENICA 7 OTTOBRE

### Escursione ad anello al Lago Nero (m 2246)

Valle Maira Alpi Cozie



5-6 ore



683 m



E



Bellissima escursione molto panoramica tra boschi, radure, grange... Luoghi affascinanti ed incontaminati che sanno regalare magnifici scenari. Il lago Nero è ubicato nella zona del Preit (Canosio), ed è una perla nascosta tra le pieghe di Rocca la Meja, a lato del contrafforte nord. È uno specchio d'acqua dalle dimensioni ridotte, incastonato in luogo incantevole, circondato da sponde verdi, larici e pietraie. Il panorama lascia a bocca aperta, soprattutto in una giornata autunnale dai colori accesi e dal cielo immacolato, quando il Monviso svetta sulle acque scure e placide del lago.

Nuccia Gagliardo  
Benedetto Caviglia

tel. 3385086017  
tel. 3487253212



## GIOVEDÌ 11 OTTOBRE

Una giornata Diversa/Mente INSIEME trascorsa con alcuni degenti delle RSA psichiatriche "Insieme e Casa Nuova" di Pratozanino e i pazienti del Centro di Salute mentale di Genova Voltri.

**Partecipiamo numerosi a questa importante iniziativa**

Coordinatore:

Celso Merciarì

tel. 3408022744



---

## **DOMENICA 14 OTTOBRE** **Monte Poggio (1081 m)** Appennino Ligure

---



5 ore



660 m



E

Il monte Poggio, che durante la seconda guerra mondiale era un importante centro di rilevamento aereo, è anche un punto panoramico bello e del tutto inatteso. L'avvicinamento da Masone ci offre poi sguardi interessanti su zone del nostro entroterra nuove alla nostra frequentazione.

Gianni Bavagnoli

tel. 3293233157



---

## **DOMENICA 21 OTTOBRE** **Castagnata al Rif. Argentea**

---

Altro ormai tradizionale ritrovo con tutti i soci. Informazioni in sede.



---

## **DOMENICA 28 OTTOBRE** **Rocca Barbena (m 1142)** Alpi Liguri Entroterra di Albenga

---



5 ore



500 m



E

Giro ad anello con salita alla Rocca Barbena dal Colle Alzabecchi.

G.B. Vernazza

tel. 0109123331



# NOVEMBRE



## DOMENICA 4 NOVEMBRE

### Bric del Dente (1109 m)

#### da Fiorino, con anello da pian degli Asti Appennino Ligure



7 ore



1000 m



EE



#### Descrizione/itinerario:

Dal borgo di Fiorino, si prosegue lungo la stradina principale, oltre la cartiera, seguendo il segnavia "2 croci rosse". Si sale su asfalto fino alle Case Cascinotto 300 m, dove diventa sterrata. Una mulattiera ci porta alle Case Ferriere di Sopra 406 m. Ora il percorso si inoltra in un fresco bosco, risalendo dolcemente il versante orografico destro della Val Cerusa. Si toccano ancora i ruderi della Casa Cava Grande e dopo qualche rapido saliscendi si giunge ad un ruscello; lo si attraversa verso sinistra, e superato un gradone di roccia si inizia a salire più rapidamente a mezza costa. Si giunge così alla strada asfaltata del Passo del Faiallo. Si prosegue per alcune decine di metri a destra, fino all'intaglio della Sella del Barnè 894 m. Qui si incontra l'Alta Via, che si segue verso sinistra per un breve tratto, finché a destra si nota un sentiero "linea rossa" che rappresenta la via più diretta per giungere in cima al Bric del Dente (1109 m).

Seguire il segnavia AV verso il passo del Faiallo e giunti al km 9 della strada provinciale (50 m a dx fonte Cerusa) piegare a sx per il Pian degli Asti e arrivati al rudere della casa Piccardo, scendere lungo il sentiero che porta al rio Gardonea. Attraversato un altro rio seguire sempre il segnavia del rombo rosso che porta prima al rudere del pian della Biscia casa Sprave, e poi alle case Soggi. Da qui su strada asfaltata o su sentiero si arriva a Fiorino.

#### Accesso:

Da Genova Voltri si risale la stretta e tortuosa strada della Val Cerusa, fino al piccolo borgo di Fiorino, dove si posteggia nel piazzale sotto la chiesa, oppure poco più avanti.

Celso Merciarì

tel. 340 8022744

## DOMENICA 18 NOVEMBRE

### Pranzo sociale



Località e ristorante saranno stabiliti in tempo utile

## DOMENICA 25 NOVEMBRE

### Sui sentieri di Ilaria

#### Alpi Liguri – Entroterra di Albenga



3-4 ore



350 m



T/E

Nella macchia mediterranea lungo un sentiero storico ad anello che unisce i suggestivi borghi di Zuccarello, Castelvecchio di Rocca Barbena ed Eri.

Escursione con gli amici del Cral Galliera accompagnati da Maurizio Lo Conti.



Benedetto Caviglia

tel. 3487253212



# DICEMBRE



## DOMENICA 2 DICEMBRE Escursione in mountain bike



Programma dettagliato in sede



Domenico Merciarì

tel. 340 8602365



## VENERDÌ 14 DICEMBRE Serata di auguri

Consegna delle "Aquila" ai soci anziani, proiezioni e festeggiamenti.



## DOMENICA 16 DICEMBRE Prima neve

Uscita con le ciaspole, località da definire in base all'innevamento.

**LEGGERE NOTA SU SCIALPINISMO E CIASPOLE (A PAGINA 10)**

**Nel caso di assenza di neve si farà una gita escursionistica**

Benedetto Caviglia

tel. 3487253212

## AVVERTENZE

### SEGNALI PER ELICOTTERI



**Serve aiuto**



**Non serve aiuto**

### SEGNALI INTERNAZIONALI DI SOCCORSO ALPINO

Per la chiamata: lanciare per SEI volte in un minuto un segnale acustico od ottico. Ripetere la stessa cosa dopo un minuto.

Per la risposta: lanciare per TRE volte in un minuto un segnale acustico od ottico. Ripetere la stessa cosa dopo un minuto.

Consigliamo per questo di avere sempre con sé almeno una torcia elettrica o un fischiello.

In caso di necessità si possono selezionare i seguenti numeri:

**118** (Corpo Nazionale del Soccorso Alpino)

**0033 / 0492 / 222222** (Soccorso Alpino Francese con base a Briançon)  
telefonando dal territorio francese omettere 0033

## ASSICURAZIONI

**A seguito della nuova normativa in vigore dal 2009, l'assicurazione obbligatoria compresa nella quota sociale (pagamento bollino annuale) prevede la copertura per il Soccorso Alpino sia in Italia che all'estero e la copertura di eventuali infortuni individuali. Ciò vale anche per coloro che partecipano al riordino di sentieri e ad altri lavori sociali. In caso una persona non tesserata desideri partecipare eccezionalmente ad una gita, deve comunicare in sede i propri dati almeno 7 giorni prima della gita stessa onde permettere la tempestiva attivazione di un'assicurazione a proprio nome, e contestualmente versare la relativa quota assicurativa. In caso contrario la persona non potrà partecipare alla gita.**



## CAMPING GRAN PARADISO VALSAVARENCHÉ (AOSTA)

aperto metà maggio - 30 settembre

Tel./fax estivo 0165/905801 Tel./fax invernale 010/9181788

Email: [campinggranparadiso@libero.it](mailto:campinggranparadiso@libero.it)



Nel cuore dell'omonimo Parco Nazionale offre la possibilità di soggiornare in chalets e bungalows, è l'ideale campo base per la salita al Gran Paradiso e a tutte le cime del massiccio. Ambiente sereno e tranquillo, molto cordiale, il posto giusto per riposare in alta montagna con possibilità di effettuare facili escursioni su ottimi sentieri alla portata di tutti, di raggiungere i Rifugi F. Chabod, V. Emanuele, Chivasso, Sella, di vedere e di fotografare molti animali del Parco quali camosci, stambecchi e marmotte.

SCONTI SOCI CAI

*Scendi con pace,  
o neve: e le radici  
difendi e i germi  
che daranno ancora  
erba molta agli armenti  
all'uomo il pane.*

*Scendi con pace, si che al novel tempo  
da te nutriti, lungo il pian ridesto,  
corran qual greggi obbedienti i fiumi.*



“La neve” di GABRIELE D’ANNUNZIO



**Agenzia Varazze – Arenzano**  
**Agenti Procuratori**  
**Alberto Tartaglione e Alessandro Baretto**  
**Procuratore di Agenzia: Aldo Gardini**

**Agenzia Varazze**  
**Via Cesare Battisti 12/2**  
**Tel. 019.97742**  
**Fax. 019.9355652**  
**agenzia.varazze.it@generali.com**

**Agenzia Arenzano**  
**Via Rue 63**  
**Tel. 010.9124566**  
**Tel/Fax 010.9124755**  
**agenzia.arenzano.it@generali.com**