

# CAMMINAGAEP

**Gennaio 2015**

*I tempi, i dislivelli e le difficoltà, eventualmente riportate, sono indicate di massima e sono influenzate notevolmente dalle condizioni atmosferiche. Così pure gli itinerari, che in base alle condizioni che si troveranno sul percorso, potranno essere modificati da parte degli accompagnatori senza preavviso alcuno. Si raccomanda sempre di indossare calzature ed indumenti idonei all'ambiente di montagna.*

**Legenda:** (T) turistico - (E) escursionistico - (EE) escursionisti esperti (EEA) escursionisti esperti attrezzati (EAI) escursionisti in ambiente innevato

## GENNAIO

- 25 Alta Val Nure - Rifugio Vincenzo Stoto** (Andrea – Marco)  
Speriamo in buone neviccate nel nuovo anno per assicurarci una splendida escursione con le ciaspole sul nostro Appennino nelle vicinanze del Rifugio, che fungerà da punto di appoggio.  
EAI

- 31 69<sup>^</sup> Assemblea sociale ordinaria**  
Ore 21.00 presso Cooperativa Agricola Sociale "La Magnana" – Via Bubba (ex Strada Magnana) n. 20.  
Importante appuntamento istituzionale per essere informati su tutti gli aspetti della vita associativa.

## FEBBRAIO

- 7-8 Alta Val Nure - Rifugio Vincenzo Stoto - Ciaspolata notturna** (Francesco – Roberto R.)  
Il 4 febbraio sarà luna piena. Il chiaro di luna con la sua pallida luce rende irreali le forme della natura.  
EAI Escursione notturna con le ciaspole o con i ramponi in base alle condizioni di innevamento. Previsto l'arrivo il sabato in Rifugio, con mezzi propri. Ciaspolata notturna, cena in compagnia e pernottamento in Rifugio, previa prenotazione.

- 22 Ciaspolata in Francia – Montgenèvre** (Piero – Roberto R.)  
Montgenèvre è un comune francese di 527 abitanti situato nel dipartimento delle Alte Alpi nella regione della Provenza-Alpi-Costa Azzurra, sede di sottoprefettura.  
EAI A 1860 m di altitudine, Montgenèvre ha sempre saputo mischiare l'autenticità di un paese montanaro alla modernità di un comprensorio sciistico internazionale.  
Proponiamo un'uscita che permette di coniugare ciaspole, sci di fondo e/o da discesa.



## MARZO

- 1 Convivio Uomo GAEP - Pranzo sociale**  
Appuntamento alle 12,30 all'Agriturismo La Cantinetta a Bassano di Rivergaro (PC) per festeggiare "l'uomo GAEP 2014"

- 8 Liguria – Sentiero V.A. 7<sup>a</sup> tappa da Moneglia a Bonassola** (Emilio – Roberto R.)  
In un'atmosfera tipicamente mediterranea, tra il verde degli alberi e l'azzurro del mare, si snodano antiche stradine, ripide gradinate, stretti vicoli e tranquilli sentieri che permettono una passeggiata a misura d'uomo. Questa tappa è estremamente varia e pittoresca. Non è la più lunga ma è quella che presenta la maggior somma di dislivelli che complessivamente arrivano a 940 m. Lunghezza percorso 15,6 Km  
TEMPI: 5 - 6 ore



- 22 Lombardia – Campo dei Fiori** (Andrea - Francesco)  
Campo dei Fiori è il massiccio che sovrasta la città di Varese. Seguiremo il percorso che risale attraverso la "Via Sacra" che conta 14 cappelle seicentesche ornate di sculture e affreschi per toccare il Santuario della Beata Vergine risalente al 15° secolo e quindi arrivare alla sommità attraverso fortificazioni militari risalenti agli inizi del Novecento (facenti parte della cosiddetta "Linea Cadorna" che comprende anche il Forte di Orino), nonché di un osservatorio astronomico. Dalla sommità si gode una favolosa vista su Prealpi, Alpi Piemontesi-Lombarde e sull'area dei Laghi.  
TEMPI: 5 - 6 ore DISLIVELLO: + 627 m / - 785 m



## APRILE

### 12 Liguria - Entroterra di Finale Ligure (Andrea - Francesco)

E L'entroterra di Finale Ligure, detto anche Finalese, è ricco di borghi storici e itinerari escursionistici che ripercorrono antichi tracciati. La nostra escursione inizia appunto nell'entroterra e ripercorre in parte l'antica "Strada della Regina" o "Via Beretta" (costruita nel 1666), che passa vicino al Castello di San Giovanni ed al Castel Gavone, per poi raggiungere il caratteristico paese di Final Borgo vicino al mare.  
TEMPI: 5 - 6 ore    DISLIVELLO: + 250 m / - 970 m



### 26 Trentino Alto Adige – Riva del Garda (Alfredo – Ettore – Paolo)

T Riva, situata sulla sponda Trentina del lago di Garda è una bella cittadina turistica, interessante il centro storico con la Rocca oggi sede del MAG (Museo Alto Garda).  
+ La gita offre tre possibilità ai partecipanti :  
E -Giro turistico visitando Riva del Garda in tutta la sua bellezza  
+ -Giro escursionistico partendo da Riva del Garda si farà un giro toccando il Bastione  
EEA arrivando alla chiesa di Santa Barbara(625 m)

TEMPI: 5 ore    DISLIVELLO: + / - 559 m

-Giro alpinistico, stessa partenza da Riva Del Garda direzione chiesa di Santa Barbara per la Ferrata dell'Amicizia.

TEMPI: 6 ore    DISLIVELLO: + / - 1230 m



## MAGGIO

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

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

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



### 10 Trentino Alto Adige – Val Di Non – Santuario di San Romedio (Ettore – Paolo)

E Il santuario di San Romedio è un santuario dedicato alla figura di San Romedio, situato su un ripido sperone di roccia, nello splendido scenario naturale della Val di Non, nel territorio di Coredò (TN). Il santuario è costituito da cinque chiese costruite nell'arco di circa novecento  
+ anni fra il 1000 e il 1918, la loro costruzione è in verticale e unite da 130 scalini ed è custodito da due frati  
EE dell'Ordine di San Francesco D'Assisi.

Presso il santuario è custodito un orso Bruno in memoria del Santo

TEMPI: 5 -6 ore compresa visita al monastero    DISLIVELLO: in salita e in discesa 565 m

### 24 45ª Lunga Marcia in Alta Val Nure– 3° Trail Val Nure

E Immane appuntamento per la più rinomata marcia non competitiva piacentina; tradizionale escursione nella natura con tre percorsi sull'alto crinale tra Val Nure e Trebbia con arrivo sempre al Rif. Vincenzo Stoto:  
Lunga marcia in montagna dei 33 Km - Partenza dal Passo del Cerro (Bettola)  
Marcia in montagna degli 25 Km - Partenza dal Passo della Cappelletta (Farini)  
Marcia in montagna degli 11 Km - Partenza dal Passo del Mercatello (Ferriere)  
**Non è una gara è un invito a camminare per i monti nel rispetto dell'ambiente**



EEA Abbinato alla Lunga Marcia il 3° Trail Val Nure di 60 Km da correre tutti in un fiato.

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

## GIUGNO

### 30 Alpi Bavaresi (Gruppi – Molinari)

La gita avrà come base Garmisch Partenkirchen.

31 Verranno effettuate una visita guidata alla città di Monaco di Baviera e una  
maggio visita ai castelli del Principe Ludwig.

1-2 Il castello di Linderhof: la storia del castello di Linderhof - il nome deriva da  
giugno un possente tiglio, Linde in tedesco, che da secoli si trova nel parco - risale al Quattrocento, periodo in cui si segnala la presenza nella vallata del Graswang, nel sud della Baviera e quasi al confine con l'Austria, di un podere di proprietà della vicina abbazia benedettina di Ettal.

E Re Massimiliano II lo trasformò nell'Ottocento in un padiglione di caccia e nel 1869 il figlio Ludwig II acquistò il terreno circostante con l'intenzione di costruire una "villa reale".

Il castello di Neuschwanstein: il castello di Neuschwanstein è uno dei simboli della Baviera nonché della Germania nel mondo. E' il castello delle favole per eccellenza, fatto costruire dal "re delle favole" Ludwig II (1845-1886) a partire dal 1869 su progetto dello scenografo Christian Jank. L'idea di edificarlo sullo stile delle antiche residenze feudali tedesche venne al monarca dopo essere rimasto quasi folgorato da una visita nel 1867 alla fortezza medievale di Wartburg in Turingia.

Il giorno del ritorno visita a Seefeld.



- 14 Trentino Alto Adige – Passo Falzarego – Lagazuoi** (Roberto – Osvaldo)  
Nel centenario della Grande Guerra andiamo in uno dei luoghi considerato strategico sia da italiani che austriaci. Proponiamo tre percorsi per tutte le esigenze: un itinerario per tutti alle Cinque Torri, un secondo più escursionistico alla Cengia Martini raggiungibile con la funivia del Passo del Falzarego ed alla fine il terzo che raggiunge il Lagazuoi Piccolo e poi la Cengia Martini attraverso il Sentiero attrezzato dei Kaiserjager.  
TEMPI: 5 - 6 ore    DISLIVELLO: + / - 700 m (per il percorso più impegnativo)



- 28 Trentino Alto Adige – Val Daone - Lago di Malga Bissina** (Alberto – Roberto R.)  
Sulla prima linea italiana della Grande Guerra in Val Daone.  
Dal Lago di Malga Bissina saliremo al Lago di Campo per poi raggiungere il Passo omonimo.  
In queste zone fin dal maggio del 1915 erano presenti compagnie di Alpini e del Reggimento Fanteria. Il 5 luglio di quell'anno due mitragliatrici con 1200 proiettili al minuto attaccarono l'accampamento della fanteria italiana. Sul posto sono ancora presenti le caverne che ospitavano i cannoni da montagna e le piazzole che ospitavano le baracche.  
TEMPI: 4 - 5 ore (con visita alle postazioni a sud del Passo) - Dislivello: + / - 650 m



## LUGLIO

- 11 Valle d'Aosta – Valpelline** (Lamberto – Roberto R.)  
**12** La Valpelline è una valle laterale della Valle d'Aosta. Prende il nome da uno dei comuni della valle: Valpelline. Questa valle si stacca da quella del Gran San Bernardo all'altezza di Gignod e sale fino al Colle Collon che la separa dal Vallese. Si trova ai piedi del monte Grand Combin, anche se la vetta di quest'ultimo è totalmente in Svizzera perché la linea di confine passa a sud del monte.  
Primo giorno: l'escursione porta da Ollomont (1.356 m) al rifugio Rifugio Champillon "Adolfo Letey" (2465 m), situato a monte dell'alpeggio "Tza di Champillon" e sotto le pendici del Col de Champillon, tra il Crou de Bleintse ed il Mont Chenaille; è uno dei rifugi più panoramici della zona Valpelline – Gran San Bernardo.  
TEMPI: 4 – 4,5 ore    DISLIVELLO: + 1109 m. - Pernoteremo in rifugio a 2465 m.  
Secondo giorno: Dal rifugio si segue il sentiero dell'Alta Via n. 1 che sale al Col Champillon. Alle spalle si eleva l'imponente trapezio del Grand-Combin, mentre a Ovest la vista si apre sulla catena del Monte Bianco. Si affronta quindi la discesa nel vallone di Menouve, qui sempre in discesa tra alpeggi e sentieri si giunge sul ru d'Eternod. Si segue il tracciato del ru verso Ovest, attraverso una bella foresta di larici e si raggiunge Montagne Barasson e da qui a Saint-Rhémy.  
TEMPI: 5 – 6 ore    DISLIVELLO: + 243 m / - 1089 m.



- 25 Piemonte e Valle d'Aosta – Alagna e Piramide Vincent** (Marco – Roberto P.)  
**26** La Piramide Vincent (m 4215) e' uno degli scenari glaciali più imponenti d'Italia. Si trova interamente in territorio italiano lungo lo spartiacque che scendono dalla Ludwigshone, divide alta valle le Lys dalla alta Val Sesia.  
EE Primo giorno: Arrivo ad Alagna Val Sesia; verrà organizzata una uscita escursionistica e successivo pernottamento in albergo.  
+ Secondo giorno: Ci divideremo in 2 percorsi; si potrà scegliere se salire per la via  
EEA alpinistica alla piramide Vincent con casco, imbrago, piccozza e ramponi; oppure: escursione adatta a tutti.



## SETTEMBRE

- 5-6 Trentino Alto Adige – Rif. Firenze – Sass Rigais** (Marco – Roberto P.)  
Il Sass Rigais (3025 m) e' la cima più alta del gruppo delle Odle nel parco naturale Puez-Odle. La cima assume il suo imponente aspetto vista da Nord, dalla sottostante Val di Funes. Saliremo in vetta per la via ferrata dal versante Est e scenderemo dal versante Ovest.  
EE Primo giorno: camminata escursionistica per tutti, da Santa Caterina in Val Gardena saliremo al rifugio Firenze dove pernosteremo.  
+ TEMPI: 2 ore    DISLIVELLO: + 610 m.  
EEA Secondo giorno: : dal rifugio Firenze alla vetta del Sass Rigais via ferrata (casco – kit ferrata)  
TEMPI: 6 - 7 ore    DISLIVELLO: + 980 / - 1590 m.



- 20 Lombardia – Monte Guglielmo** (Francesco – Roberto P.)  
Il nome originario assegnato alla montagna è quello in lingua lombarda, Gölem, erroneamente italianizzato in Guglielmo almeno dal secolo XVII, quindi, senza alcun riferimento al nome proprio di persona. Il toponimo è infatti il corrispondente lombardo dell'italiano "colma" (dal latino culmen, culmine), ossia una montagna di media altezza con vetta priva di vegetazione e dai versanti poco impervi.



## OTTOBRE

### 4 Lombardia – Val di Mello - Stalla ovale del Qualido (Osvaldo – Roberto R.)

EE Con questa escursione ripercorreremo i sentieri creati dai "Melat" attraverso magnifici boschi di faggio, facili placche, pendii e cenge che ci condurranno dalla Val di Mello fino all' Alpe Qualido dove potremo ammirare il ciclopico lavoro fatto dai pastori e il grande "camarun".

TEMPI: 4 - 5 ore DISLIVELLO: + 980 / - 980 m.



### 18 Appennino Parmense con CAI Fidenza (Andrea – Antonio)

Dopo la bellissima esperienza dello scorso anno con l'escursione all'Aiona compiuta in collaborazione e amicizia con il CAI di Fidenza, quest'anno organizzeremo nuovamente un'escursione insieme sull'Appennino parmense.



## NOVEMBRE

### 8 Appennino Piacentino da Salsominore a Gambaro (Fabrizio – Roberto P.)

Attraversata escursionistica in uno spettacolare ambiente montano, un'occasione per attraversare percorrendo sentieri molto belli e ben segnalati, una delle zone più belle dell'appennino piacentino. L'itinerario inizia da Salsominore (400 m), piccolo paese della val d'Aveto per proseguire verso gli abitati di Costa Curletti (920 m) e Curletti (900 m). Piccoli borghi di montagna barricati sul versante orientale della Val d'Aveto, Raggiungeremo il sentiero 001 della Lunga marcia per proseguire verso il monte Carevolo (1552 m), il punto più alto dell'escursione. Scenderemo a Pian del Lupo (1400 m) per raggiungere alla fine la nostra destinazione Gambaro (860 m) situato in Val Nure. Chi vorrà potrà fare visita guidata al castello medioevale.

TEMPI: 6 – 7 ore DISLIVELLO: + 1152 m / - 692 m.



### 15 Alta Val Nure - Rifugio Vincenzo Stoto – Raduno degli Escursionisti

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

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



### 22 Liguria - Sentiero V.A. 8ª tappa da Bonassola a Monterosso (Mangia – Rebessi)

E Ancora una volta al termine delle escursioni di un anno torniamo in Liguria. Con questa tappa del Sentiero Verde Azzurro siamo ormai alle porte delle Cinqueterre, vero e proprio paradiso escursionistico noto a livello internazionale. Questa tappa è un assaggio di quello che andremo a vedere più avanti, dove tranquilli paesi di mare si alternano a promontori cosparsi di villette immerse nel verde. Il tratto finale percorre un classico dell'escursionismo: Punta Mesco.

TEMPI: 4 - 5 ore DISLIVELLO: + / - 580 m.



#### PRENOTAZIONI E PAGAMENTI

- Fino a 15 giorni prima della data dell'escursione sarà possibile effettuare la prenotazione recandosi presso la **Sede del GAEP c/o CASA DELLE ASSOCIAZIONI** (via Musso, 3 – Piacenza) il 1°-3°-4° lunedì del mese dalle 21.00 alle 23.00
- Nei 15 giorni prima della data dell'escursione sarà possibile effettuare la prenotazione recandosi presso **Bergamaschi Sementi** - Piazza Duomo, 31 - 29121 Piacenza - tel. 0523 324285

#### PROGRAMMI

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

#### CAMPAGNA ASSOCIATIVA

Ricordiamo ai Soci e Simpatizzanti che è in corso la campagna di rinnovo e associazione per il 2015.

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

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