



CAI CINISELLO BALSAMO



Notiziario del Club Alpino Italiano Sezione di Cinisello Balsamo - Anno XXVI - N° 114 - GENNAIO - FEBBRAIO - MARZO 2007

VENT'ANNI D'INCONTRI

All'inizio di novembre, il CAI presenta le ormai storiche serate. Si: storiche come puntualmente ha rilevato il nostro Presidente nella serata d'apertura tenutasi il 3 Novembre presso l'aula magna della Scuola A. Costa. La manifestazione nasce, infatti, nel 1986 e da allora la formula è stata mantenuta pressoché identica. Ricorda e ringrazia il patrocinio del Comune di Cinisello Balsamo che ci ha sempre sostenuto così come l'ormai storica aula magna della scuola A. Costa che puntualmente ci ospita. Claudio Gerelli, dopo aver evidenziato l'importanza e la tenacia con la quale la nostra Sezione ha saputo, voluto e presentato in questi venti anni la "montagna" cercando di trasmettere anche un insieme di valori sociali come la lealtà, l'onestà, l'altruismo e la solidarietà, presenta il ciclo delle quattro serate.

Il primo appuntamento di quest'anno è tenuta da Marcello Cominetti, una guida alpina che da qualche anno organizza trekking in tutto il mondo. Il suo grande amore però è la Patagonia, un luogo sentito nominare da bambino, quando neppure sapeva dove si trovava e rimasto nel suo immaginario come un luogo mitico. Poi gli eventi lo hanno portato nel luogo dei sogni e da allora c'è sempre tornato. La visione di quest'audiovisivo, ci rappresenta quindi anche parte della sua vita, della sua evoluzione



Il monte Kazbek 5046 m meta della spedizione in Caucaso

da alpinista a specialista di grandi trekking. Le immagini ci accompagnano in una lunga traversata di questa grande Regione attraverso luoghi incontaminati che sembrano essere

dimenticati dall'uomo ma proprio per questo particolarmente amati da pochi filosofi fortunati. Uno di questi è appunto Marcello Cominetti.

(Segue a pagina 2)

Buon Anno NUOVO!!

In questo numero

Assemblea dei Soci—Avvisi dalla Segreteria	Pag. 3
Le gite del trimestre	Pag. 4, 5 e 6
Serate in Sede	Pag. 6
Corso di arrampicata 2007 e Schede tecniche	Pag. 7
Piccole cronache	Pag. 8

SALUTI E SALUTE

Anche il 2006 è finito e va ad aggiungersi al passato. Porta con se luci ed ombre di 365 giorni trascorsi tra la normalità delle cose quotidiane e l'entusiasmo delle attività che più ci piace fare.

La speranza per il 2007 è che tutti noi possiamo continuare a fare quello che ci piace e per questo è essenziale essere sorretti da una buona salute nostra e di coloro che più ci sono vicini.

Sappiamo tutti che, come per tante altre cose, per avere risultati dobbiamo coltivare giorno per giorno la nostra buona salute, magari con fatica, ma senza cedere. Sappiamo altrettanto bene che una vita sana, respirare aria buona, fare movimento, tenere attiva e impegnata la mente ci aiutano in questo vero e proprio lavoro quotidiano per mantenerci sani.

Ecco che allora avrete già capito che proprio la nostra passione per la montagna può aiutarci a mantenere in forma il nostro fisico e la nostra mente e quindi a vivere meglio.

Auguro quindi a tutti una "infinita salute" che vi accompagni per tutto l'anno e... Buona montagna a tutti.

Claudio

Stampato in proprio per i soci del CAI di Cinisello Balsamo

Direttore: Claudio Gerelli - Redazione: F. Monzani - L. Oggioni - L. Perini - L. Repossi. Stampa: Andrea Alberti
CAI Sez. di Cinisello Balsamo - Via Marconi, 50 - Apertura Sede: Mercoledì e Venerdì, dalle 21.00 alle 23.00.

Telefono-fax-segreteria: 02 86594376 - Mobile: 338 3708523 - e-mail: direzione@caicinisello-balsamo.it - web site: www.caicinisello-balsamo.it

VENT'ANNI D'INCONTRI

(Continua da pagina 1)

La seconda serata è il racconto di un'impresa solitaria realizzata da un ingegnere Piacentino, residente a Padova: Claudio Coppola. E' un alpinista ma anche ciclista appassionato, ideatore di sentieri e scrittore che ha fatto in solitudine la traversata integrale delle Alpi in mountain bike. Un percorso in 50 tappe da lui ideato e studiato che parte da Trieste e arriva ad Imperia per una lunghezza di oltre 2200 Km realizzato. Un percorso fatto per lo più su ripidi e scoscesi sentieri, spesso anche con la bicicletta in spalla, e poche volte su comode strade.

La terza serata è tenuta da Duilio Costa, un alpinista e buon fotografo dilettante. Gli audiovisivi presentati, sono stati realizzati con la collaborazione della moglie Antonietta, inseparabile compagna di viaggio in tutte le sue avventure. Nella presentazione, si definisce un "alpinista viaggiatore" per lui la fotografia è una filosofia di vita. Le proiezioni riguardano



Marcello Cominetti

una serie d'argomenti che "l'artista" riesce a farti vivere attraverso una stupenda combinazione video, racconto e musica.

La prima proiezione riguarda la lavorazione del latte. Partendo dalle mucche su alti pasco-

li, ci porta alla fabbricazione del formaggio attraverso i tecnicismi della lavorazione artigianale e la vita quotidiana di



Claudio Coppola

una famiglia di malgari.

Il secondo audiovisivo, è una spettacolare rappresentazione di un trekking sulle montagne dell'Alto Atlante in Marocco: "il paese dei mille colori". Poi ci propone una breve ma sentita provocazione con "Qual'è il resto del mondo?", una serie di toccanti immagini dell'Africa. Segue un romantico e rilassato audiovisivo: "Qui mi sento libero", un meraviglioso percorso sull'isola del Giglio in un mese d'Aprile quando la primavera sprigiona tutta la sua meraviglia attraverso dei colori che solo le immagini possono raccontare. Il penultimo audiovisivo mostra anche la stoffa da alpinista di Duilio e Antonietta. Racconta, infatti, di un trekking dalla Val Bregaglia al pizzo Badile e dintorni. L'ultimo riguarda un altro trekking: "A nord del mondo", un viaggio in Groenlandia, l'isola più grande del mondo. Guardando quelle immagini ti senti proiettato in un'altra realtà, nella tundra, al cospetto d'immensi iceberg oppure momentaneamente ospite di coloratissimi villaggi, incantati da colori per noi impossibili da vedere, che solo il sole di mezzanotte ti regala a quelle latitudini.

L'ambizione di Duilio è questa: "le immagini devono esse-

re comprensibili a tutti e non annoiare il pubblico che assiste". Ebbene, l'obiettivo è stato ampiamente raggiunto anzi è riuscito a trasportarci nei luoghi rappresentati e, attraverso il commento e le musiche, a farci provare una parte delle emozioni che certamente Duilio e Antonietta Costa hanno vissuto.

L'ultima serata come di consuetudine è a cura del CAI di Cinisello Balsamo e specificamente della scuola d'alpinismo Bruno e Gualtiero. Relatore Michele Rossi che presenta un audiovisivo "SAQARTVELI", così è chiamata in lingua locale la Georgia. E' il diario di una spedizione scialpinistica sulle montagne del Caucaso, al confine con la Russia. La spedizione, composta d'otto persone, è stata organizzata da un gruppo della Scuola "Righini" del CAI di Milano al quale si sono uniti tre alpinisti della Scuola di Alpinismo "Bruno e Gualtiero", Michele, Rolando e Simona. L'audiovisivo è diviso in due parti, la prima riguardante soprattutto, l'aspetto storico e so-

to della steppa Siberiana), non ha potuto compiersi con la salita alla cima preventivata.

Durante la manifestazione, sono stati consegnati gli attestati



Duilio Costa

di partecipazione e i diplomi ai partecipanti dei corsi d'alpinismo organizzati dalla Scuola "Bruno e Gualtiero" e la premiazione dei soci che hanno raggiunto i venticinque anni di fedeltà al CAI. Il presidente, ha inoltre illustrato l'attività svolta nell'anno in corso e quella del prossimo anno. I diversi appuntamenti già calendarizzati e un cordiale invito a partecipare alla prossima edizione degli "Incontri" che si



Michele (il primo a sin.) con Aldo, Simona e Rolando, alcuni dei partecipanti alla spedizione in Caucaso

cioculturale della Regione visitata. La seconda invece riguarda la parte alpinistica. Un reportage interessante che purtroppo per le avverse condizioni atmosferiche (il freddo ven-

terrà come sempre nel prossimo mese di novembre 2007. Arrivederci e grazie della partecipazione.

Lino

AVVISO DALLA SEGRETERIA

Si convoca

I'ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI

presso la Sede di Via Marconi, 50
in prima convocazione Mercoledì 28 Marzo 2007 alle ore 15.30
in seconda convocazione

Mercoledì 28 Marzo 2007 alle ore 21.00

L'assemblea avrà il seguente ordine del giorno:

- relazione consuntiva delle attività sezionali 2006
- approvazione del bilancio consuntivo 2007
- discussione e approvazione del Nuovo Regolamento Sezionale
- varie ed eventuali

AVVISO DALLA SEGRETERIA**Nuovo Regolamento Sezionale**

Si avvisano tutti i Soci che è disponibile presso la Sede oppure sul sito internet www.caicinisello-balsamo.it, copia della bozza del Nuovo Regolamento Sezionale, che sarà discusso e approvato durante l'Assemblea Ordinaria dei Soci il 28 marzo 2007.

AVVISO DALLA SEGRETERIA**Quote associative 2007**

Socio Sostenitore:	Euro 80,00
Soci Ordinari:	Euro 39,00
Soci Familiari:	Euro 18,00
Soci Giovani (nati dal 1990 in poi):	Euro 11,50
Tessera:	Euro 6,00



Le gite del Trimestre



14 Gennaio 2007
RIFUGIO LUPI DI BREMBILLA
 Val Brembilla (BG)

La nostra escursione inizia da Catremerio, borgo di costruzioni antiche situato a 988 m di altitudine, splendido borgo alpestre sulle pendici del Pizzo

giochi dei ballatoi in legno che collegano i caseggiati, i comignoli e i bei tetti in coppi, i canali di scolo tracciati nel selciato, le edicole votive e tanti altri particolari come finestre e porte di diversa grandezza e forma, con preferenza di stile ad arco.

Porte, scale, logge e ballatoi

circa un'ora in un ambiente molto aperto ed esposto, bella vista su Resegone, Grignetta e Grignone.

Dal rifugio Lupi di Brembilla si sale alla cappelletta situata sul Pizzo Cerro, e con un percorso più ripido e veloce si torna a Catremerio

segone, la montagna più alta e famosa della zona: attraversando prati, pascoli, boschi, larghe creste e rocce si può raggiungere la vetta con le racchette da neve ai piedi, neve permettendo, naturalmente.



Il Rifugio Lupi di Brembilla

Cerro in una posizione invidiabile sulla Valle Brembilla.

Il borgo di Catremerio è stato uno dei primi insediamenti della valle Brembilla. Nel periodo Carolingio (800 D.C.) era legato alla "Corte di Almeno San Bartolomeo", successivamente divenne e rimase per secoli proprietà dei vescovi di Bergamo.

Dopo le recenti iniziative di restauro e ristrutturazione è possibile osservare alcune caratteristiche del borgo rustico montano, con numerosi elementi ancora ben conservati e con evidenti testimonianze delle antiche attività rurali. Tutte le abitazioni sono disposte in circolo e si affacciano su una piazzetta che è stata recentemente ricostruita con selci di pietra locale, rispettando l'antica collocazione dei cordoni e dei canali di scolo.

Gli elementi architettonici tipici delle case contadine del cinquecento e del settecento sono numerosi: gli interni a volta, i

sono in legno, le case con stanze una sopra l'altra, con l'accesso tra i piani per mezzo di scale e logge esterne in legno. Un borgo dall'aspetto architettonico unico che merita senz'altro un'attenta visita.

Da Catremerio si segue il sentigno 592 su una mulattiera che in circa 15 minuti conduce ai 1094 m di Crusnello, contrada di notevole interesse storico - architettonico, situata su un costone roccioso, costituita da un gruppo di case e stalle in pietra antica che risalgono alla fine del 500. E' disabitata dagli anni '50 ora vi salgono solo i contadini per portare le mandrie al pascolo.

Lungo il percorso si incontrano molti roccoli con alberi secolari utilizzati per la caccia e la cattura degli uccelli. Il rifugio Lupi di Brembilla è situato a 1280 m a poca distanza dal Pizzo Cerro, lo si raggiunge dopo h 1,15.

Per raggiungere la cima di Castello Regina ci vuole ancora

28 Gennaio 2007
Monte Resegone (m 1875)
 da Morterone (LC)

Tra i paesi raccolti alle pendici orientali del Resegone ce n'è uno che ha una caratteristica particolare: è il comune più piccolo d'Italia. Morterone infatti conta solo una trentina di abitanti. Anticamente appartenente alla Comunità di Lecco Morterone ha fin da subito mantenuto i tratti dell'autonomia diventando comune indipendente solo alla scioglimento della Comunità nel 1805.

Proprio in quel periodo conobbe fasti e importanza di ben altro spessore soprattutto grazie alle attività di produzione del carbone da legna per le nascenti fabbriche di Lecco. Ma già nei primi anni del '900 incominciò ad evidenziarsi, qui in anticipo su altre zone, quel fenomeno di spopolamento delle montagne ancora in atto ai giorni nostri, solo parzialmente arginato dal turismo.

Testimonianze antiche ne restano poche: qualche abitazione sparsa nelle varie frazioni e la duecentesca chiesa dedicata a Maria Assunta rimodernata e decorata in diverse riprese durante i secoli.

Ma, come ovvio, questo isolamento e spopolamento ha dato modo all'ambiente circostante di mantenersi naturale ispirando una importante manifestazione di arte contemporanea ma ha, lasciato soprattutto la possibilità di grandi passeggiate. Tra queste riveste particolare suggestione la salita al Re-

11 Febbraio 2007
Cimone di Margno (m. 1800)
 Valsassina (LC)

Margno, comune della Valsassina, è situato lungo il tratto di valle che congiunge Taceno a Premana in alta Val Varrone. Il paese è raccolto in una splendida conca tra il Cimone di Margno e il Monte Muggio, e domina la conca di Taceno e di Tartavalle.

Antico borgo dell'alta Valsassina, come altri comuni valsassinesi, apparteneva nel Medioevo agli arcivescovi di Milano, passando poi sotto la signoria di Gian Giacomo Medici, detto il Medeghino, e diventando nel 1647 feudo dei Monti.

Margno è oggi un paese completamente rinnovato ma tracce della sua storia si rinvengono ad ogni angolo: i resti del fortilizio che si ergeva un tempo nella frazione di Bagnala faceva parte del sistema difensivo della valle con Baiedo, Primaluna ed Introbio. Mentre inaspettati tesori come la parrocchiale di San Bartolomeo, con la sua facciata disegnata dal Balzaretto e le preziose opere pittoriche dei fratelli Tagliaferri di Pagnona e Antonio Abate, ci raccontano di un antico fasto e rendono interessante la visita del paese.

Un tempo la popolazione di Margno basava la propria economia sulla produzione del carbone di legna, sulla pastorizia e l'alpeggio di montagna utilizzato dalle mandrie della bassa Milanese. Oggi si dedica ancora in parte all'agricoltura, al commercio, all'artigianato ma soprattutto al turismo.



Le gite del Trimestre



La moderna funivia che collega Margno al Pian delle Betulle è uno dei segnali più evidenti della vocazione turistica di questi luoghi ma segna anche la via di salita in un panorama mozzafiato fino ai 1800 m slm della nostra meta: il Cimone di Margno. Camminando, s'intende, su "moderne ciaspole" da neve.

25 Febbraio 2007

**Bivacco Bottani-Cornaggia
(m 2327)
Valtellina (SO)**

Perché il "bivacco"??

Sono tre le ragioni, più che valide, in risposta a questa domanda:

1° - Per passare un giorno lontano dai "soliti noti"

2° - Per passare un giorno lontano dai "soliti percorsi"

3° - Per passare un giorno lontano dai "soliti rifugi".

Però diciamocela tutta: alzi la mano chi di noi, raggiungendo un bivacco (di quelli a botte in lamiera, per intenderci) non ha provato una particolare gioia. E d'inverno chi non si è sentito un po' "esploratore" quando, dando di piglio alla pala, ha dovuto sgomberare l'accumulo di neve che il vento dispettoso ha ammassato proprio lì, davanti alla porta!! Chi, raggiunta la meta, non si è sentito un po' "orso" e "fuori dal coro"!!! I bivacchi sono costruiti di solito in zone isolate e difficili da raggiungere da parte dell'escursionista comune.

Il bivacco implica il sacrificio, non apprezzato da tutti (specialmente in inverno), di non trovare al termine della salita un caldo rifugio e una ghiotta pietanza servita da un rifugista cortese.

Il Bivacco Bottani-Cornaggia è posto a 2327 m slm, su uno sperone roccioso, ma è facilmente raggiungibile in 3,30 ore di cammino con scorci pa-

noramici grandiosi sulla Valtellina, il corso dell'Adda, le montagne tutto intorno.

Necessarie un paio di "ciaspole" e ghette e, in caso di neve dura nell'ultimo tratto, potrebbero essere d'aiuto ramponi e piccozza.

Buona passeggiata.

**11 Marzo 2007
MONTE ZINGLA (BS)**

L'itinerario si svolge nella parte meridionale del "Parco naturale", l'area più protetta e naturalisticamente importante del Parco regionale dell'Alto Garda Bresciano.

Questo percorso non presenta particolare difficoltà e può essere adatto anche per famiglie. Dal ponte sul torrente Campiglio (m 574 posteggio) si imbecca verso nord la stradina per la località Fiogarie, lasciandola dopo circa mezzo chilometro per imboccare a sinistra il sentiero che conduce in breve al castagneto di Persegnich e alla bella malga Campiglio di Sotto (m 789 ore 0,40) con ampio prato.

Il sentiero rimonta ancora il versante sinistro della valle, toccando i resti delle baite di Campiglio di Mezzo (m 779 ore 1). Si prosegue ora puntando verso ovest con un lungo traverso che taglia tutto il pendio raggiungendo il passo franso che precede di poco il borgo di Campepe De Sima (Campiglio di Cima), con la caratteristica chiesetta dedicata alla Madonna della Neve.

Il complesso seicentesco è stato recentemente restaurato, con il contributo dell'E.R.S.A.F., dall'associazione Alpini di Salò che ne ha ricavato un accogliente rifugio alpino (m 1015 ore 2). In pochi minuti si raggiunge la faggeta monumentale con bellissimi esemplari di grande valore estetico e naturalistico.

I più allenati potranno invece, seguendo lo stesso filo di cresta che separa la Val di Vesta dalla Valle del Prato della Noce, e che presenta alcuni tratti un po' esposti, raggiungere il panoramico Monte Zingla (m 1493 ore 1,30 andata e ritorno da Campiglio di Cima).

Per il ritorno si segue la stradina che poco prima del Passo della Fobbiola (m 996) si immette sulla strada di fondo valle che conduce al punto di partenza.

**25 Marzo 2007
Monte Moregallo (LC)**

Il Monte Moregallo è una delle elevazioni più panoramiche del Triangolo Lariano zona molto varia dal punto di vista morfologico nella quale convi-

ratteristico "Sasso Preguda", un masso erratico trasportato dal ghiacciaio della Valtellina 25000 anni fa. Addossata al masso, gli abitanti di Valmadrera hanno costruito una chiesetta dedicata a Sant'Isidoro, protettore dei lavori campestri. La salita alla cima del Monte Moregallo richiede all'escursionista sicurezza nel passo, assenza di vertigini, rapidità nei passaggi delicati od esposti e ... attenzione costante al sentiero.

La proposta prevede due possibili itinerari, entrambi raggiungono dapprima la chiesetta di Sant'Isidoro quindi la "via normale" sale ripida e faticosa in ambiente selvaggio raggiungendo la cresta est e quindi la bocchetta di Sambrosera da dove in breve si perviene alla cima.



Lecco e il Resegone dalla vetta del Moregallo

v o n o c i m e "arrotondate" (panettoni) come il Monte San Primo o il Palanzone, e cime "aspre" come i Corni di Canzo e, appunto, il Monte Moregallo.

Nelle belle giornate il Moregallo offre una splendida visione sul lago di Lecco, sul corso dell'Adda, sulle Grigne e sul Resegone.

A suffragare l'ipotesi che il Moregallo sia stato soggetto all'azione dei ghiacci del quaternario è la presenza del ca-

L'altro itinerario, decisamente più impegnativo, percorre a mezza costa un tracciato denominato "Sentiero Elvezio" fino a raggiungere la Fontana di Sambrosera per poi salire il Canalone Belasa su rocce e roccette piuttosto ripide con passaggi facilitati dalla presenza di catene.

Carlo M.



Le gite del Trimestre



Sabato 31 Marzo 2007
Traversata

Riva Trigoso - Moneglia (GE)
Sulle tracce dell'incendio
A cura della Commissione Sezionale di Tutela Ambiente Montano

E' uno degli itinerari classici della costa Ligure fra Riva e Moneglia. Vi sono tratti panoramici veramente suggestivi sul mare e sulla Val Petronio ed è possibile compiere interessanti osservazioni naturalistiche in una delle più estese pinete della Liguria.

Ma l'idea della nostra visita è scaturita da un violento incendio avvenuto in questa zona nel settembre del 2005 che ha distrutto una vasta area di pineta e macchia mediterranea e che, attualmente, può dirsi appena in ripresa.

L'incendio attuale si sovrappone ad un analogo evento di



Un tratto del sentiero in vista del mare

vent'anni prima al quale la natura aveva posto rimedio con vigore straordinario, ricostituendo totalmente la pineta e il sottobosco.

Ora una distesa di tronchi neri e privi di chioma è quello che

resta dei pini marittimi che costituivano la specie dominante della zona. Mentre le poche specie che hanno resistito alla forza distruttiva del fuoco e

quelle in possesso di "strategie" di sopravvivenza migliori stanno piano piano ricolonizzando il territorio.

Il paesaggio è, ovviamente, sconcertante e a tratti anche lugubre ma ci si potrà rendere conto direttamente e, proprio per questo, con un maggiore efficacia, dei danni causati dal fuoco al suo passaggio, danni che hanno coinvolto non solo le specie vegetali ma anche il suolo stesso rimasto privo di copertura vegetale.

Ha causato inoltre la quasi totale sparizione della fauna locale che ancora oggi stenta a riprendere possesso della zona. La gita sarà effettuata con pulman, la traversata non presenta difficoltà. Al termine della giornata sarà lasciata la possibilità di visitare Moneglia.



Mercoledì
24 Gennaio 2007

Alle ore 21.00
presso la Sede
di Via G. Marconi, 50

sarà proiettato l'audiovisivo

NEPAL

A cura di
Aldo Borali

INGRESSO LIBERO



Mercoledì
28 Febbraio 2007

Alle ore 21.00
presso la Sede
di Via G. Marconi, 50

Conferenza con diapositive

Sulle tracce dell'incendio

A cura di
Laura Arciola

INGRESSO LIBERO



Scuola di Alpinismo

BRUNO PATERNO

XXX CORSO DI ROCCIA A.R.1

Inizio del Corso: 15 marzo 2007



Sono previste lezioni teoriche presso la Sede e lezioni pratiche in palestra di arrampicata indoor e in ambiente

Programma dettagliato presso la sede o sul sito www.bruno-gualtiero.it

Per informazioni è possibile contattare:

Michele Rossi 348 0367528

Fabio Mangiapan 349 0945623

ASSICURAZIONE DELLA CORDATA SU NEVE

Continuando il tema dell'assicurazione della cordata nella progressione alpinistica, in questo numero affrontiamo il problema di come posizionare un ancoraggio sufficientemente affidabile nel caso in cui si proceda su neve inconsistente o marcia con inclinazione dai 40°-45° ai 60°-65°. Sono le situazioni che si presentano rispettivamente in inverno dopo abbondanti nevicate oppure in primavera o nelle giornate estive con "0" termico molto elevato.

Piccozza verticale (Figura 1): fissiamo un cordino (lungo almeno il doppio della piccozza) con un nodo prusik al centro

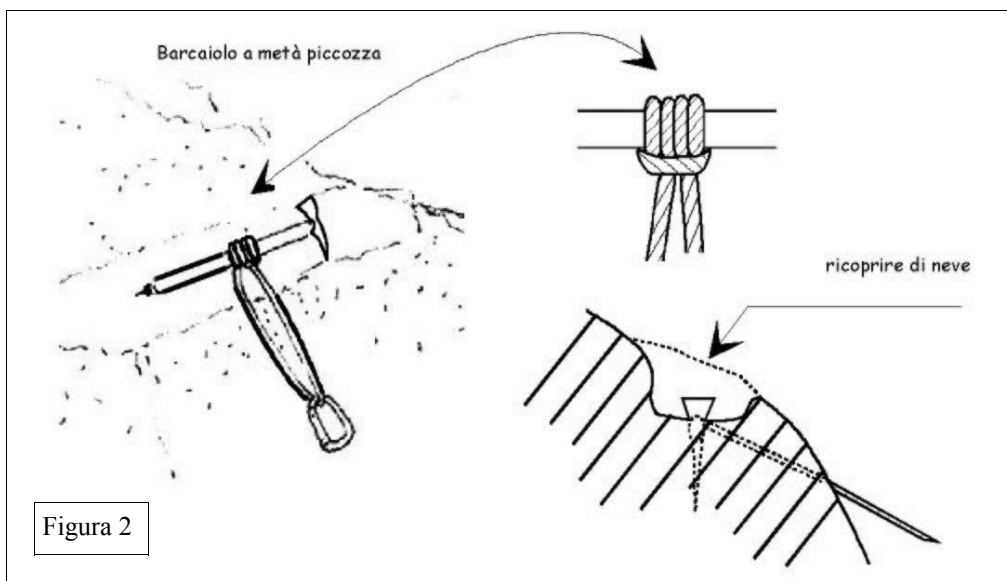


Figura 2

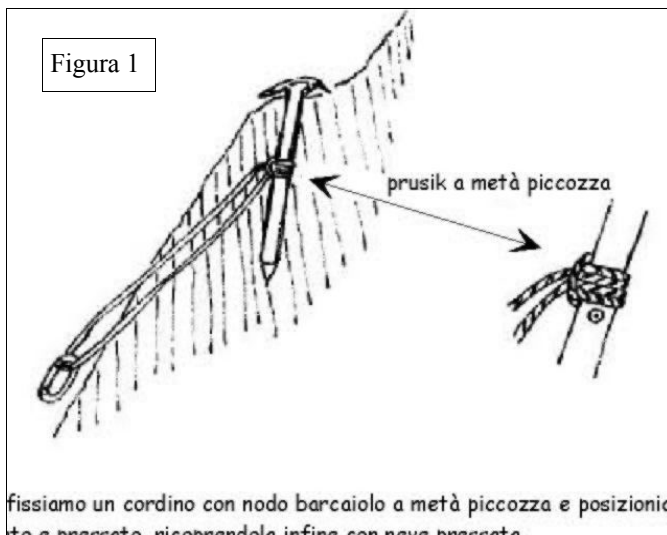


Figura 1

fissiamo un cordino con nodo barcaiolo a metà piccozza e posizioniamo il moschettoni su un piano precedentemente creato e pressato, ricoprendola infine con neve pressata.

del manico, fra le due viti di arresto.

Piccozza orizzontale (Figura 2): fissiamo un cordino con nodo barcaiolo a metà piccozza e posizioniamo la stessa su un piano, precedentemente creato e pressato, ricoprendola infine con neve pressata.

Se si avessero a disposizione due piccozze, collegare i cordini avendo l'accortezza di tenderli in ugual misura per far lavorare ogni piccozza al 50%. Nel moschettoni posto all'estremità inferiore del cordino si porrà il nodo barcaiolo per l'autoassicurazione di uno dei

due componenti della cordata, che provvederà poi all'assicurazione del compagno o con assicurazione ventrale oppure con assicurazione a spalla (come descritto nel precedente numero 113 del Notiziario).

Come sempre gli istruttori della Scuola di Alpinismo "Bruno e Gualtiero" sono a disposizione per ogni chiarimento.

Il Direttore della Scuola di Alpinismo "Bruno e Gualtiero"

Michele Rossi

IL CAI E IL C.O.N.I. UNA SERATA IN SEDE

L'Assessorato allo sport della provincia di Milano e il C.O.N.I. provinciale, hanno organizzato corsi di "formazione e specializzazione per dirigenti sportivi". Il comune di Cinisello B. ha ospitato la realizzazione di questi corsi presso la Sala dei Paesaggi di Villa Ghirlanda Silva. Lo sport e le associazioni, ricoprono oggi un'indiscussa funzione d'aggregazione sociale e di crescita individuale e civile nella nostra società. Non poteva quindi mancare a quest'iniziativa, la nostra adesione. Alcuni nostri soci hanno quindi partecipato a questi corsi, affrontando diverse aree d'approfondimento e precisamente.

- Area gestione delle risorse umane
- Area della gestione organizzativa e tecnica degli impianti
- Area marketing e mass media
- Area fiscale e giuridica
- Area medico fisiologica e di-

sabili
Le lezioni interattive e gli approfondimenti sono stati realizzati con materiale didattico prestrutturato e discussioni guidate con due / tre docenti che affrontavano una stessa area da punti di vista diversi o alternandosi nell'approfondimento di una stessa tematica.

L'obiettivo di questi corsi, è quello di dare ai responsabili e ai dirigenti d'associazioni, un insieme di conoscenze di base necessarie per svolgere adeguatamente il proprio ruolo. Con questa partecipazione, la nostra associazione, evidenzia lo straordinario dinamismo e la particolare sensibilità in un sempre più necessario processo di formazione permanente dei propri rappresentanti.

Lino

Avrebbe dovuto essere un mercoledì qualunque, una delle tante serate nelle quali i soci della nostra associazione s'incontrano per scambiarsi opinioni, fare programmi o semplicemente chiacchierare, ma-

è stata tanto la numerosa presenza ma l'appassionata partecipazione e l'impegno dei presenti nel realizzare le esercitazioni proposte. Si è rivelata un'idea interessante, che mi fa riflettere. Insistiamo nella ri-



cerca d'argomenti, presentazioni, lezioni che ci possano coinvolgere, aumentare lo spirito d'aggregazione, il senso d'appartenenza alla nostra associazione. E' stato bello vedere un gruppo di persone attive, partecipative e impegnate per raggiungere un obiettivo comune: la risoluzione di un esercizio che interessava tutti.

gari, come spesso succede, a piccoli gruppi. Questa volta non è stato così. Mercoledì 29 Novembre si è rivelata una serata diversa, particolare. Francesco Monzani ha tenuto un incontro d'aggiornamento su cartografia e orientamento. L'invito, anche se rivolto agli accompagnatori del progetto "Sentire la montagna", era ovviamente aperto a tutti. La cosa stupefacente non

cerca d'argomenti, presentazioni, lezioni che ci possano coinvolgere, aumentare lo spirito d'aggregazione, il senso d'appartenenza alla nostra associazione. E' stato bello vedere un gruppo di persone attive, partecipative e impegnate per raggiungere un obiettivo comune: la risoluzione di un esercizio che interessava tutti.

Lino

ASSICURAZIONE SU CRESTA NEVOSA

Nella progressione alpinistica della cordata può capitare di dover percorrere tratti di cresta nevosa.

Normalmente, se le condizioni lo consentono, la cordata procede "in conserva" (ovvero i componenti sono contemporaneamente in movimento): su terreno di cresta la lunghezza della corda tra i componenti deve essere ridotta fino a circa 5 metri, per evitare che, in caso di scivolata di un alpinista, quest'ultimo assuma eccessiva velocità.

Tuttavia laddove la cresta si presenti molto affilata o il percorso sia reso delicato e pericoloso dalla presenza di cornici da vento di dubbia stabilità o dalla necessità di compiere passaggi anche rocciosi in forte esposizione, è allora oppor-

tuno organizzarsi per la progressione in sicurezza costituendo un punto di "sosta" af-

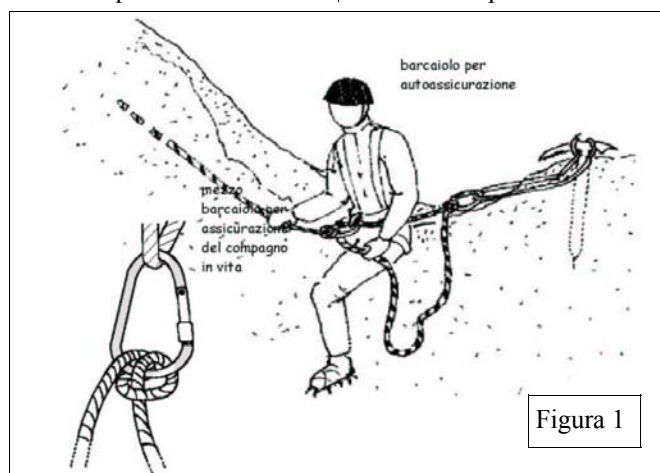


Figura 1

fidabile. A tal fine chi assicura si pone in una posizione sufficientemente comoda per assorbire lo shock dovuto all'eventuale

caduta del compagno: al limite ponendosi a cavalcioni del filo di cresta. La piccozza deve es-

sere infissa alle spalle di chi assicura, rispetto al senso di marcia della cordata (figura 1). Questi si autoassicura ad un cordino incrociato dietro la te-

sta della piccozza, che deve risultare pressoché parallelo alla pendenza del terreno. In assenza di un cordino sufficientemente lungo è possibile utilizzare direttamente la corda di cordata, sempre incrociandola dietro la testa della piccozza. L'assicurazione al primo di cordata sarà effettuata mediante un nodo mezzo barcaiolo posta in vita, sull'imbracatura dell'assicuratore.

Come sempre gli istruttori della Scuola di Alpinismo "Bruno e Gualtiero" sono a disposizione per ogni chiarimento.

Il Direttore della Scuola di Alpinismo "Bruno e Gualtiero"

Michele Rossi