

LEGENDA DELLE ABBREVIAZIONI

T: percorso turistico, su facili sentieri, per itinerari brevi e con poco dislivello.

E: percorso escursionistico, generalmente su sentieri o su tracce, anche con dislivelli e percorrenze notevoli, a volte su terreno aperto e senza sentiero. Occasionali passaggi che possono richiedere destrezza e conoscenza della montagna.

EE: percorso per escursionisti esperti, su tragitti non sempre segnalati, anche lunghi, che richiedono capacità di muoversi su terreni misti, difficili, spesso ad alta quota e ripidi.

EEA: percorso per escursionisti esperti con attrezzatura: oltre al livello precedente, comprende le vie ferrate e/o attrezzate o brevi tratti di nevaio che richiedono piccozza e ramponi.

F: percorso alpinistico facile; richiede esperienza nelle difficoltà precedenti e collaudate nozioni alpinistiche.

PD: percorso alpinistico abbastanza difficile.

AD: percorso per sci da fondo.

TI: itinerario turistico invernale con racchette, su strade e facili mulattiere innestate, generalmente a bassa quota e senza pericoli oggettivi.

Et: escursionismo invernale con racchette su terreno aperto, anche a quote elevate.

EQUIPAGGIAMENTO NECESSARIO

T: pedule, zaino, giacca a vento.

E, EE: scarponi o pedule, zaino, giacca a vento, calzoni lunghi, borraccia, guanti, cappello, occhiali da sole, ghette all'occorrenza.

EEA: come sopra, più casco, imbracatura, cordini, moschettoni e dissipatore per le ferrate o sentieri attrezzati; scarponi, piccozza e ramponi per i nevali.

F, PD, AD: attrezzatura da alpinismo più casco.

TI: attrezzature per escursionismo invernale.

Et: attrezzatura per escursionismo più ARVA obbligatorio.

Si ricorda che per il pernottamento nei rifugi è **OBBLIGATORIO** l'uso del sacco-lenzuolo.

Programma 2009

Ventennale della Sezione: 1989 - 2009

APRILE

Domenica 26

Sentiero Balcone Basso + merenda a Ca dou Roc

Difficoltà: E

Dislivello: 300 mt

Tempo di percorrenza: 3 h

Ritrovo: Piazza Centrale di Ala di Stura, h. 14.00

Referente: Solero, Fassone

Iscrizioni entro: sabato 25

Note: a spasso dietro casa, con visita al caseificio e assaggio di prodotti tipici

MAGGIO

Domenica 10

Falesia La Baita

Luogo: Colle del Lys

Ritrovo: Piazza Centrale di Ala di Stura, h. 8.00

Referente: Costa

Attrezzatura necessaria: imbrago, moschettoni, cordini, casco

Iscrizioni entro: giovedì 7

Note: nodi e manovre di corda per affrontare in sicurezza le vie ferrate e le ascensioni alpinistiche; per chi ne avrà voglia si potrà provare ad arrampicare su monofili.

Domenica 31

9° Giornata Nazionale dei Sentieri

Sentiero da risistemare:

Sentiero Balcone della Val d'Ala

Ritrovo: Piazza Centrale di Ala di Stura, h. 8.00

Referente: Solero, Peraudo

Iscrizioni entro: venerdì 29

Note: in caso di maltempo, la manifestazione sarà rimandata ad altra data



GIUGNO

Martedì 2

Via Ferrata Rocca Senghi

Difficoltà: D

Luogo: Sant'Anna di Bellino (Cuneo)

Ritrovo: Piazza Centrale di Ala di Stura, h. 7.00

Referente: Costa, Peraudo

Attrezzatura necessaria: imbrago, casco, kit da ferrata

Iscrizioni entro: sabato 30 maggio



LUGLIO

Domenica 5

Punta Golai, 2819 mt

Difficoltà: EE

Dislivello: 1400 mt

Tempo di salita: 4h 20m

Ritrovo: Piazza Centrale di Ala di Stura, h. 7.30

Referente: Alasonati D., Mantelli, Maronero S.

Attrezzatura necessaria: normale da escursionismo

Iscrizioni entro: giovedì 2

Da lunedì 6 a sabato 12

Settimana dell'Alpinismo Giovanile

Luogo: Ala di Stura

A cura di: Piercarlo Sala (IA)

Per info: info@caialdistura.it o +39 339 6773209

Iscrizioni: fino ad esaurimento posti disponibili

Note: momenti di avvicinamento alla montagna per i

più giovani. Il programma delle uscite verrà definito in base al numero delle iscrizioni.

Domenica 26

Miniers dell'Alpe Radis 2350 mt

Difficoltà: EE

Dislivello: 1350 mt

Tempo di salita: 4h 30m

Ritrovo: Ala di Stura, località La Fabbrica, h. 7.30

Referente: Marchetti

Attrezzatura necessaria: normale da escursionismo

Iscrizioni entro: giovedì 23

Note: gita in luoghi selvaggi, alle pendici del M.te Rosso

AGOSTO

Sabato 29 e domenica 30

Uja di Ciamparella (via normale), 3676 mt

Difficoltà: F

Dislivello: 1° gg 878 mt + 2° gg 1150 mt

Tempo di salita: 1° gg 2h + 2° gg 4h

Ritrovo: Piano della Mussa, sabato 29 h. 15.00

Referente: Solero

Attrezzatura necessaria: ramponi, piccozza, imbrago, moschettoni e cordini

Iscrizioni entro: domenica 15

Note: a grande richiesta, la Ciamparella! Speriamo sia un'ottima scelta, per dirlo alla Fazio



SETTEMBRE

Domenica 20

Gita con Intersezionale CVL

[per info: www.caicvl.eu/escursioni.htm]

PIEMONTE 118 Soccorso Alpino e Speleologico PREALPINE	CENTRALE D'ALLARME 24 ORE SU 24 SOCORSO IN MONTAGNA SERVIZIO GRATUITO
	SEGNALI PER ELICOTTERI OCCORRENZA SOCCORSO
COMUNICARE SEME, LUOGO E N° TELEFONO OGGI E' SUCCESSO E QUANDO E' - GENIUM DELLE FERITE OGGI E' INDICAZIONE SEATTA DEL LUOGO - ALTITUDINE CONDIZIONE ATROSSFERICHE OSTACOLI NELLA ZONA INFORTUNO (LARI - RSI)	

OTTOBRE

Sabato 3 e Domenica 4

Weekend alle Cinque Terre

Luogo: Cinque Terre (SP)

Difficoltà: E - Dislivello: 600 mt

Tempo di percorrenza: 5h

Ritrovo: sabato 3, Piazza Centrale di Ala di Stura, h. 9.00

Referente: Peraudo

Attrezzatura necessaria: normale da escursionismo

Iscrizioni entro: giovedì 7

Note: Sentiero Azzurro con una puntata all'interno. Belin che posti!

Sabato 24

Cena Sociale

Luogo: da definire

Menu: antipasti, primi, secondi, dolci

Bevande: come se piovesse

Iscrizioni entro: giovedì 22



DICEMBRE

Domenica 27

esercitazione invernale

Luogo: da definire in base all'innevamento

Ritrovo: Piazza Centrale di Ala di Stura, h. 8.30

Referente: Costa, Peraudo

Attrezzatura necessaria: per escursionismo invernale o sci alpinismo

Iscrizioni entro: mercoledì 23

Note: uso dell'ARVA e progressione sicura su neve