



PROGRAMMA 2022



FINALITA'

Esigenze prioritarie per la maggioranza dei soci CAI seniores sono (estratto da "Il Quaderno dell'Escursionismo Senior" 2ª edizione 2021):

- Continuità dell'esperienza della montagna, indirizzata ad un momento particolare della vita;
- Appartenenza e **socializzazione** (il gruppo Seniores attrae e aiuta a vincere la solitudine)
- Autorealizzazione: bisogno di sentirsi utili: ad esempio, colmando vuoti da fine attività lavorativa.

Ricordiamo alcune semplici norme di comportamento per la sicurezza e l'organizzazione (vedi anche: "il Quaderno", citato):

- Le attività sono aperte essenzialmente a tesserati C.A.I.
- **Si parte, si cammina e si arriva insieme. Il capofila non può mai essere superato. Per nessun motivo si può uscire dal gruppo (se non per impellenti necessità personali: in questo caso è obbligatorio avvisare il responsabile più vicino). Con tale comportamento, il partecipante non fa più parte del gruppo e come tale non gode della copertura assicurativa CAI (se socio).**
- L'eventuale caparra versata a qualsiasi titolo all'atto dell'iscrizione all'evento impegna il partecipante al saldo della quota; in particolare, l'iscrizione comporta l'impegno morale al pagamento della quota pullman. In caso di rinuncia – e nell'impossibilità di provvedere alla sostituzione – la quota di caparra pari al costo individuale del pullman e/o della eventuale caparra alberghiera sarà trattenuta.
- Coloro che mettono a disposizione la propria auto per i trasferimenti (ove previsti con questo mezzo) hanno diritto al rimborso delle spese, forfettariamente stabilito dal CAI in € 0,33 a km da suddividere fra i componenti dell'equipaggio.
- L'orario di arrivo a casa non può essere garantito.

Le nostre escursioni si svolgono, in prevalenza, in ambiente montano: ogni singola locandina riporta il dislivello di salita e di discesa, la tipologia del percorso (T, E o, talvolta, EE), il grado di affaticamento (da F1=poco faticoso a F5=molto faticoso) e il tipo di abbigliamento necessario. Ogni partecipante deve conoscere la propria preparazione e valutare le proprie capacità e i propri limiti. I responsabili dell'escursione hanno la facoltà di escludere coloro che siano ritenuti non all'altezza del percorso o non equipaggiati in modo adeguato.

C.A.I. "Grigne" – 23826 Mandello del Lario (LC)
Via Riva dell'Ospizio ang. via Monastero
Tel. 3714757532 – sito internet: www.caigrigne.it - email info@caigrigne.it

Orari di apertura sede:

- Venerdì (non festivi) dalle 21.00 alle 23.00
- Commissione Senior : Lunedì (non festivi) ore 14.30 – 16.30



CAI "Grigne" - Mandello del Lario

**GRUPPO ESCURSIONISMO SENIOR
"I SEMPREVIVI"**



N.B.: La Commissione si riserva di apportare variazioni al presente programma in caso di problemi logistici e/o meteorologici.

				*					
					GIUGNO	1	merc.	Rifugio Trona Soliva	A
						8	"	Piani dell'Avaro	P
GENNAIO	10	lun.	Presentazione programma	sede		15	"	Rif. Bar Bianco (Alpe Culino-Cima Rosetta)	A
	12	merc.	Piona (Giro della Penisola)	A		18-25	sa-sa	Settimana Verde (Abruzzo)	P
	19	"	Giro del lago di Garlate-Olginate	A		29	merc.	Cardinello	A
	26	"	Giro delle frazioni di Bellano	T	LUGLIO	6	merc.	Bernina-Alpe Grum-Poschiavo	P
FEBBRAIO	2	merc.	Ciaspolata ai Piani d'Artavaggio	A		13	"	Premana - Alpe Artino	A
	9	"	Acqua del Gesso	A		20	"	Campo Moro (Val Malenco)	A
	16	"	Da Paglio al Larice Bruciato con le ciaspole	A		27	"	Val Bever	P
	23	"	Varenna-Vezio (via dei Patriarchi)	T	AGOSTO	3	merc.	Val Gerola (Rifugio Benigni)	A+F
MARZO	2	merc.	San Fedelino (da Samolaco)	A	SETTEMBRE	7	merc.	Rifugio Gherardi	A
	9	"	Cornizzolo	A		14	"	Rifugio Alpinisti Monzesi (da Erve)	A
	16	"	Dongo-Cremia	A		21	"	Biandino-Madonna della Neve	A
	23	"	Dorio-Piona (sentiero del Viandante)	T		28	"	Colonghei	A
	30	"	Terrazzamenti del Sassella (anello di Sondrio)	T	OTTOBRE	5	merc.	Lierna-Mezzedo	
APRILE	6	merc.	Vezio - Ortanella	A		12	"	Primalpe-Terzalpe	A
	13	"	Camaggiore	A		19	"	Chiuro-Teglio	T
	20-22	me-ve	Tre giorni ad Alassio	P		26	"	Selva di Rezzago	A
	27	merc.	Val Bodengo	A	NOVEMBRE	2	merc.	===	
MAGGIO	4	merc.	Alle sorgenti del rio Pegorino	A		9	"	Lungo l'Adda	P
	11	"	Rifugio La Canua	A		16	"	Green Way	A
	18	"	Fontanedo	A		23	"	Pranzo Sociale	
	25	"	Raduno Regionale in Val Imagna	P	DICEMBRE	14	merc.	Scambio di auguri	sede

Il programma è stato approvato dal Consiglio Direttivo Sezionale in data 13/12/2021.

Le escursioni saranno guidate, oltre che dal proponente, anche da B. Marconi (AE), P. Ferrari (ASE), D. Cannas (D.E.), L. Cantoni (D.E.), R. Rossetti (D.E.) e altri D.E. di nuova formazione.

N.B.: Qualora l'escursione programmata avesse la possibilità di effettuare un giro con minori difficoltà e fosse garantita la presenza di un accompagnatore, potrà essere costituito un secondo gruppo. Entrambe le escursioni avranno in comune almeno un punto di ritrovo intermedio (possibilmente la "sosta pranzo"). La locandina della singola escursione prevederà questa variante.

(*) A = auto B = Battello F = Funivia P = Pullman T = Treno