

FINALITA'

Esigenze prioritarie per la maggioranza dei soci CAI seniores sono (estratto dal "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 CAI
- 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 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, 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 facoltà di escludere coloro che siano ritenuti non all'altezza del percorso o non equipaggiati in modo adeguato.

CAI Sezione "GRIGNE"-23826 Mandello del Lario (LC)
Via Riva dell'Ospizio ang. via Monastero
Tel. 3714757532 - sito internet: www.caigrigne.it
e-mail 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

Le escursioni saranno guidate, oltre che dal proponente, anche da B. Marconi (AE), D.Cannas (D.E.), L.Cantoni (D.E.), R.Rossetti (D.E.), D. Baj (D.E.), I. Bugana (D.E.), T. Venturino (D.E.)

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.

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

Il programma è stato approvato dal Consiglio
Direttivo Sezionale in data 15/01/2024



Club Alpino Italiano
Sezione "Grigne"
MANDELLO DEL LARIO
Anno di fondazione 1924
CENTENARIO



20° FONDAZIONE DEL GRUPPO

GENNAIO

Mercoledì 24

Presentazione del programma 2024

Mercoledì 31

Con le racchette da neve in ARTAVAGGIO

FEBBRAIO

Mercoledì 07

DORIO - CORENNO PLINIO - DERVIO

Mercoledì 14

VARENNA - BELLAGIO

Mercoledì 21

Con le racchette da neve - PIANI di BOBBIO

Mercoledì 28

SORGENTE FIUME LATTE - VEZIO

MARZO

Mercoledì 06

PARCO DEL CURONE - MONTEVECCHIA

Mercoledì 13

VALGREGHENTINO - CONSONNO

Mercoledì 20

SENTIERO DEL LATTE -MONTI MUGGIASCA

Mercoledì 27

RIFUGIO RIELLA dal CULMINE di SORMANO

APRILE

Mercoledì 03

LONNO - VAL FORMICA

Mercoledì 10

RIFUGIO ARIAL

Da Martedì 16 a Venerdì 19

LIGURIA di LEVANTE

Mercoledì 24

SAN MARTINO di LECCO

MAGGIO

Mercoledì 08

GARDA - ERA

Mercoledì 15

CIMA GANDA da CAMPODOLCINO

Da Domenica 19 a Domenica 26

SETTIMANA VERDE

Mercoledì 29

RADUNO REGIONALE SENIORES-ISEO (P)

GIUGNO

Mercoledì 05

BIVACCO MANUELA da BALLABIO

Da Martedì 11 a Mercoledì 12

52 GALLERIE DEL PASUBIO (P)

Mercoledì 19

PIAN DEI CAVALLI

Mercoledì 26

LAGO di ARCOGLIO

LUGLIO

Mercoledì 03

VAL LANGUARD (P)

Mercoledì 10

RIFUGIO BERTACCHI - LAGO EMET

Mercoledì 17

VAL TARTANO - BIVACCO ROVEDATI

Da Martedì 23 a Mercoledì 24

RIFUGIO ZAMBONI - MACUGNAGA (P)

Mercoledì 31

SICAI- CAINALLO - RIFUGIO BOGANI

SETTEMBRE

Mercoledì 04

PAGLIO - OMBREGA - SANTA RITA

Da Martedì 10 a Giovedì 12

AURONZO di CADORE (P)

5° RADUNO NAZIONALE SENIORES

DOMENICA 15 TUTTICAI

Mercoledì 18

RIFUGIO BIGNAMI

Mercoledì 25

LAGO CAVLOC (P)

OTTOBRE

Mercoledì 02

TRACCIOLINO

Mercoledì 09

MADONNA DELLA CORONA - MONTE

BALDO (P)

Mercoledì 16

RESINELLI - TRAVERSATA BASSA

Mercoledì 23

MONTE LINZONE

Mercoledì 30

VISITA MONZA (T)

NOVEMBRE

Mercoledì 06

ABBADIA - LIERNA

SENTIERO DEL VIANDANTE

Mercoledì 20

PRANZO di FINE ANNO

Mercoledì 27

Proiezione foto settimana verde

DICEMBRE

Mercoledì 04

Proiezione foto escursioni 2024

Mercoledì 11

SCAMBIO di AUGURI

GIORNATA INTERNAZIONALE

DELLA MONTAGNA

(P) Pullman - (T) Treno - Mezzi propri le altre