



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE VALTELLINESE SONDRIO

PROGRAMMA
escursioni
2025



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE VALTELLINESE DI SONDRIO

| Programma 2025 |



SEZIONE VALTELLINESE

Sede sociale:

Via Trieste, 27 - 23100 Sondrio

Tel. e Fax 0342.21.43.00

info@caivaltellinese.it - www.caivaltellinese.it

Apertura sede: martedì e venerdì (ore 21-22.30)

BERBENNO DI VALTELLINA

Sede Via alle Scuole 103 - Polaggia

aperta il venerdì dalle ore 21.00 alle ore 22.30

infocaiberbenno@gmail.com

www.caiberbenno.eu

PONTE IN VALTELLINA

presso lo studio Geom. Vairetti-Motalli

in Via Roma 14

info@caiponteinvalltellina.it

TEGLIO

Sede in Via Valtellina 2

aperta il venerdì dalle ore 21.00 alle ore 23.00

info@caiteglio.it - www.caiteglio.it

TIRANO

Sede in Via Garibaldi 8

aperta il giovedì dalle ore 20.30 alle ore 22.00

caitirano@gmail.com

VALDIDENTRO

Sede in Via Nazionale 18 - Isolaccia

aperta il venerdì dalle ore 21.00 alle ore 23.00

caivaldidentro@gmail.com

CONDIZIONI PER LA PARTECIPAZIONE ALLE ESCURSIONI

- La partecipazione è aperta a tutti. È comunque raccomandabile l'iscrizione al CAI.
- Il coordinatore è il responsabile dell'escursione (iscrizioni, assicurazione, scelta degli itinerari, variazioni agli stessi, conduzione del gruppo); il secondo accompagnatore è di ausilio al coordinatore durante l'effettuazione della escursione; negli itinerari classificati EEA, è presente un accompagnatore con qualifica CAI responsabile della sicurezza durante l'escursione. Le due figure possono coesistere nella medesima persona. Negli itinerari classificati A sono sempre presenti gli istruttori della Scuola di alpinismo.
- Qualsiasi comportamento dei partecipanti che pregiudichi l'ottimale conduzione dell'escursione o che ne metta a repentaglio la sicurezza, sarà motivo di non accettazione successiva. Il coordinatore dell'escursione ha la facoltà di non accettare persone che non siano ritenute in grado di affrontare, per difficoltà del percorso e/o per carenza o mancanza di attrezzature e/o materiali idonei, l'escursione stessa.
- L'iscrizione all'escursione deve avvenire, tassativamente, entro il venerdì antecedente la data di effettuazione o entro la data indicata nella descrizione dell'escursione; la mancata iscrizione comporterà la non accettazione della partecipazione alla escursione.
- Le escursioni con pernottamento in rifugio e trat-

tamento di 1/2 pensione, comportano, a carico dei partecipanti, il versamento anticipato di una caparra e l'iscrizione con almeno 15 giorni di anticipo.

- In caso di uso del mezzo proprio i trasportati dovranno accordarsi col proprietario per le spese di trasferimento.
- Gli iscritti al CAI partecipanti alle attività, organizzate e deliberate dalla Sezione, usufruiscono della copertura assicurativa che riguarda l'infortunio, la responsabilità civile e l'intervento del Soccorso Alpino. Per i non iscritti al CAI, partecipanti alle attività deliberate dalla Sezione CAI, è garantita la copertura per responsabilità civile; per loro è obbligatoria una ulteriore copertura assicurativa, riguardante sia l'infortunio sia l'intervento del Soccorso Alpino, che avviene dietro versamento di una quota prefissata all'atto dell'iscrizione all'escursione. La quota versata, in caso di non effettuazione della gita, non verrà restituita in quanto la stessa è già stata versata alla sede del CAI Centrale.
- È necessario munirsi di attrezzatura ed abbigliamento adeguati per l'effettuazione dell'escursione (scarponcini, zaino, vestiario leggero e pesante, guanti, occhiali da sole, copricapo, crema solare, pila, telo termico, bussola, altimetro, ecc.), kit di pronto soccorso, bevande analcoliche in contenitori possibilmente non di plastica, cibo.
- Per le escursioni contrassegnate con EEA è inoltre obbligatorio munirsi di imbracatura, set omologato da ferrata, casco.
- Date, itinerari e organizzazione potranno subire variazioni in rapporto alla situazione meteorologi-

ca e ambientale: eventuali cambiamenti verranno comunicati tempestivamente ai partecipanti.

- Per ragioni di sicurezza, durante le escursioni non è consentito portare cani al seguito.
- I tempi di percorrenza sono indicativi; per le gite escursionistiche si riferiscono ad una progressione verticale di circa 350 metri all'ora.
- Le escursioni sono organizzate con cura. Sono però sempre possibili imprevisti che possono far modificare il programma anche durante lo svolgimento.

CONDIZIONI PER LA PARTECIPAZIONE ALLE GITE ALPINISTICHE

Le gite comportano per i partecipanti un adeguato allenamento su percorsi in roccia e ghiaccio, un ottimo senso dell'equilibrio, la capacità di procedere in cordata, conoscenze a livello alpinistico. È obbligatoria la seguente attrezzatura: imbraco, casco, ramponi, piccozza, alcuni moschettoni, cordini, occhiali da sole, vestiario da alta montagna.

In caso di necessità di attrezzature per trasporto disabili l'associazione "dappertutto OdV" mette a disposizione gratuitamente joëlette, handbike, cargobike ecc.

Per prenotazioni ed eventuale formazione su montaggio e utilizzo delle attrezzature inviare una richiesta a consulenza@dappertutto.org

DEFINIZIONE E TIPOLOGIE DI SENTIERO

T = TURISTICO

Percorsi su carrarecche, mulattiere o evidenti sentieri che non pongono incertezze o problemi di orientamento, con modeste pendenze e dislivelli contenuti.

ABILITÀ E COMPETENZE

Richiedono conoscenze escursionistiche di base e preparazione fisica alla camminata.

ATTREZZATURE

Sono comunque richiesti adeguato abbigliamento e calzature adatte.

E = ESCURSIONISTICO

Percorsi che rappresentano la maggior parte degli itinerari escursionistici, quindi tra i più vari per ambienti naturali. Si svolgono su mulattiere, sentieri e talvolta tracce; su terreno diverso per contesto geomorfologico e vegetazionale (es. pascoli, sottobosco, detriti, pietraie). Sono generalmente segnalati e possono presentare tratti ripidi. Si possono incontrare facili passaggi su roccia, non esposti, che necessitano l'utilizzo delle mani per l'equilibrio. Eventuali punti esposti sono in genere protetti. Possono attraversare zone pianeggianti o poco inclinate su neve residua.

ABILITÀ E COMPETENZE

Richiedono senso di orientamento ed esperienza escursionistica e adeguato allenamento.

ATTREZZATURE

È richiesto idoneo equipaggiamento con particolare riguardo alle calzature.

EE= ESCURSIONISTI ESPERTI

Percorsi quasi sempre segnalati che richiedono capacità di muoversi lungo sentieri e tracce su terreno

impervio e/o infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, rocce o detriti sassosi), spesso instabile e sconnesso. Possono presentare tratti esposti, traversi, cenge o tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche e/o attrezzati, mentre sono escluse le ferrate propriamente dette. Si sviluppano su pendenze medio-alte. Può essere necessario l'attraversamento di tratti su neve, mentre sono esclusi tutti i percorsi su ghiacciaio.

ABILITÀ E COMPETENZE

Necessitano di ottima esperienza escursionistica, capacità di orientamento, conoscenza delle caratteristiche dell'ambiente montano, passo sicuro e assenza di vertigini, capacità valutative e decisionali nonché di preparazione fisica adeguata.

ATTREZZATURE

Richiedono equipaggiamento e attrezzatura adeguati all'itinerario programmato.

EEA = ESCURSIONISTI ESPERTI CON ATTREZZATURE

Per ferrata si intende un itinerario i cui tratti su roccia sono appositamente attrezzati con strutture metalliche: cavi, catene, scale, pediglie e staffe, che ne facilitano e consentono la progressione.

Prevedono l'uso dei dispositivi di protezione individuali certificati secondo le normative vigenti (imbragatura, kit da ferrata e casco) e una adeguata preparazione tecnica.

Sono segnalate alla partenza da apposita tabella e rispettano precisi criteri costruttivi e normativi.

EEA - F (FERRATA FACILE)

Percorso poco esposto, ben protetto e poco impegnativo tecnicamente. Il cavo e/o catena e gli altri eventuali infissi ben agevolano la progressione insieme ai numerosi appoggi e appigli naturali.

Possono essere presenti brevi tratti verticali. Richiede un uso corretto e attento dei dispositivi di protezione individuale.

EEA - PD (FERRATA POCO DIFFICILE)

Ferrata su tracciato articolato con presenza di canali e camini, passaggi verticali e tratti esposti. Attrezzata con cavo e/o catena, può presentare vari infissi metallici (gradini, pediglie, staffe e scale metalliche).

Richiede attenzione nella progressione, appoggi e appigli sono presenti con varietà di soluzione per i passaggi.

Necessita un uso corretto e attento dei dispositivi di protezione individuale.

EEA - D (FERRATA DIFFICILE)

Ferrata il cui tracciato è in prevalenza verticale e può superare qualche breve tratto strapiombante, in cui l'esposizione si sussegue con una certa continuità.

Sono presenti cavo e/o catena oltre a una varietà di strutture fisse utili anche per la progressione.

Richiede preparazione fisica e tecnica con la capacità di ottimizzare appoggi e appigli per non affaticare gli arti superiori.

Necessita di un uso corretto e particolarmente attento dei dispositivi di protezione individuale.

EEA - MD (FERRATA MOLTO DIFFICILE)

Ferrata che si sviluppa su pareti ripide, articolate, con pochi appoggi e appigli naturali evidenti. Supera tratti strapiombanti con scarsi elementi artificiali.

Esposizione elevata con passaggi tecnici ed aerei che richiedono adeguata forza fisica e buona preparazione tecnica. Necessita di un uso corretto e molto attento dei dispositivi di protezione individuale.

EEA - ED (FERRATA ESTREMAMENTE DIFFICILE)

Ferrata prevalentemente verticale e strapiombante. Per la maggior parte attrezzata con il solo cavo e/o catena, gli appoggi e appigli naturali esistenti sono limitati e solo in maniera occasionale vi è presenza di staffe, pediglie o gradini.

Richiede elevata capacità tecnica e molta forza fisica. Necessita di un uso corretto ed estremamente attento dei dispositivi di protezione individuale.

EAI = ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO

Percorsi che si svolgono in ambiente innevato con l'utilizzo di racchette da neve, entro i limiti dell'escursionismo e quindi su pendenze medio-basse ($\leq 25^\circ$). Sono suddivisi su tre diversi livelli di difficoltà (facile, poco difficile e difficile) in ragione del dislivello, del contesto ambientale in cui si svolgono, della preparazione tecnica e dalle problematiche relative alla valutazione del pericolo di valanga che presentano. Prevedono tutte le cautele derivanti dalle specifiche e contestuali condizioni ambientali, tipiche dell'ambiente montano innevato differenti a seconda di altitudine e latitudine dell'itinerario.

EAI - F (FACILE)

CARATTERISTICHE

Percorso pianeggiante o con modeste pendenze, pari a un'inclinazione media inferiore ai 10° . Privo di difficoltà in normali condizioni ambientali. Non esposto a pendii ripidi, quindi, il pericolo di valanghe è molto ridotto. Si svolge su tracciati ampi, facilmente riconoscibili. Il dislivello è generalmente contenuto entro i 400 metri.

ABILITÀ E COMPETENZE

Non richiede particolari tecniche di utilizzo del-

le racchette da neve. Necessita di conoscenze base dell'ambiente innevato e richiede un minimo di allenamento, variabile in base alle condizioni della neve e in funzione dello sviluppo dell'itinerario.

Esente da pericoli di scivolamenti o cadute esposte.

ATTREZZATURE

È richiesto un abbigliamento idoneo alla stagione. La dotazione di ARTVA, pala e sonda è consigliata fatte salve le normative locali.

EAI - PD (POCO DIFFICILE)

Percorso con pendenze per lo più modeste, pari a un'inclinazione media tra i 10° e i 15° .

Può attraversare tratti a ridosso o in prossimità di pendii con forte inclinazione e, quindi, potenzialmente soggetti al pericolo valanghe.

ABILITÀ E COMPETENZE

Necessità di padronanza nell'utilizzo delle racchette da neve e, anche in normali condizioni ambientali, di buona capacità di valutazione locale del tracciato oltre alla corretta interpretazione del bollettino nivometeo. Non è escluso il pericolo di brevi scivolamenti. È richiesta capacità di pianificazione.

ATTREZZATURE

Indispensabile la dotazione di ARTVA, pala e sonda e la conoscenza delle tecniche di autosoccorso.

EAI - D (DIFFICILE)

CARATTERISTICHE

Percorso che presenta pendenze anche accentuate pari a inclinazioni anche fino ai 25° , su terreno variegato per morfologia ed esposizione e con versanti potenzialmente soggetti al pericolo di valanghe.

ABILITÀ E COMPETENZE

Necessità esperienza e ottima capacità nell'utilizzo

delle racchette da neve tali da poter affrontare tratti con pericolo di scivolamento.

Richiede avanzate capacità di pianificazione e ottima conoscenza dell'ambiente in funzione del manto nevoso e del pericolo valanghe, abbinata a una corretta interpretazione del bollettino nivo-meteo oltre che preparazione fisica adeguata.

ATTREZZATURE

Indispensabile la dotazione di ARTVA, pala e sonda e la conoscenza delle tecniche di autosoccorso. Può essere necessario dotarsi di piccozza e ramponi a seconda del tracciato previsto e delle condizioni ambientali.

CICLOESCURSIONISMO

Si considerano separatamente le valutazioni della difficoltà fisico/atletica e della difficoltà tecnica di un percorso. L'identificazione della difficoltà di un percorso si esprime mediante le seguenti indicazioni obbligatorie:

Per descrivere la difficoltà tecnica, si definiscono le seguenti sigle: **TC - MC - BC - OC** si deve indicare una sigla per la salita e una per la discesa, separate da una barra (/)

Alle sigle può essere aggiunto il segno + se sono presenti tratti significativi con pendenze sostenute.

Per descrivere l'impegno fisico: dislivello in metri, lunghezza in chilometri. Per descrivere la difficoltà tecnica:

TC (TURISTICO)

Percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile.

Rientrano sotto questa sigla tutti i percorsi che si svolgono su strade agevolmente percorribili dalle co-

muni autovetture: sterrati inghiaciati, tratturi inerbiti o di terra battuta senza solchi, ecc.; anche se esulano dal cicloescursionismo, si faranno rientrare sotto questa sigla le strade pavimentate (asfaltate, cementate, acciottolate, lastricate...)

Richiede un uso corretto del mezzo e capacità ciclistica di base.

MC (PER CICLOESCURSIONISTI DI MEDIA CAPACITÀ TECNICA)

Percorso su sterrate con fondo poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo scorrevole.

Tutte le strade rientranti nelle categorie di tratturi, carrarecce, piste agro-silvo-pastorali o di servizio a impianti, strade militari alpine ecc., che sono agevolmente percorribili da veicoli fuoristrada e non da una comune autovettura, segnate da solchi e/o avvallamenti o con presenza di detrito che non penalizza la progressione (ma che induce a cambiare la traiettoria per cercare un passaggio più agevole). Mulattiere selciate, sentieri inerbiti o in terra battuta, con fondo scorrevole, senza ostacoli (solchi, gradini) rilevanti, dove l'unica difficoltà di conduzione è data dalla presenza di passaggi obbligati che impongano precisione di guida.

Richiede capacità di conduzione in passaggi obbligati, saper applicare la tecnica del fuori-sella, un minimo di equilibrio e conduzione attiva, oltre a un uso corretto del mezzo e buona padronanza dei fondamentali della ciclismo di base.

BC (PER CICLOESCURSIONISTI DI BUONE CAPACITÀ TECNICHE)

Percorso su sterrate molto accidentate o su mulat-

tiere e sentieri dal fondo abbastanza scorrevole ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici).

Strade sterrate percorribili solo ed esclusivamente da veicoli fuoristrada, dal fondo irregolare o molto irregolare, con solchi e piccoli gradini. Mulattiere e sentieri dal fondo irregolare con presenza significativa di modesti ostacoli elementari (detrito che non penalizza la progressione, radici, gradini non molto alti, avvallamenti, tornanti stretti) sufficientemente distanziati.

Richiede applicazione di tutti i fondamentali, buona conduzione e precisione di guida in passaggi obbligati, da discreto a buon equilibrio, capacità di superare ostacoli semplici in piano, in salita e in discesa, capacità di conduzione attiva, ricerca della massima aderenza in salita.

OC (PER CICLOESCURSIONISTI DI OTTIME CAPACITÀ TECNICHE)

Percorso come per il BC ma su sentieri dal fondo molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli. Mulattiere e sentieri con presenza di frequenti ostacoli compositi e in rapida successione (grossi ciottoli, detrito grossolano, gradoni, radici, tornanti...). Richiede padronanza di tutti i fondamentali, ottimo equilibrio, massima sensibilità, grande precisione di guida, ottime capacità di conduzione attiva a bassa velocità e di applicazione di diverse tecniche in contemporanea a causa della rapida successione di ostacoli compositi, senza peraltro la necessità di dover applicare tecniche trialistiche.

Per completezza, la scala indica una quinta classe di difficoltà, che esula dalle attività proposte dal CAI:

EC (ALTRE ATTIVITÀ CICLISTICHE ESTREME)

Percorsi su sentieri caratterizzati da gradoni e ostacoli in continua successione, non superabili con le tecniche cicloescursionistiche ma che richiedono tecniche di tipo trialistico, ottime doti di equilibrio e di destrezza.

AMBITI DI FORMAZIONE E VALUTAZIONE

I Qualificati e Titolati dell'escursionismo e cicloescursionismo del CAI sono formati e valutati per operare nell'ambito delle seguenti difficoltà:

ASE / AE / ANE

escursionismo

T / E / EE

specializzazione EEA

F / PD / D

specializzazione EAI

F / PD / D

ASC / AC / ANC

cicloescursionismo

TC / MC / BC / OC

escursionismo

T / E

META	CIASPOLATA RIFUGIO GUGIATTI SERTORELLI
Data	DOMENICA 19 GENNAIO
Percorrenza	3 ore salita
Difficoltà	EAI-F
Dislivello	970 m
Quota massima	2137 m
Anello da Scessa al Rifugio Gugiatti Sertorelli con ritorno dal sentiero che porta a Carnale. Dalla Croce di Carnale a 1570 m. un traverso su facile sentiero ci riporterà a Bedoiè per ritornare al punto di partenza.	
Attrezzatura	Da ambiente innevato. Ramponcini e Ciaspole.
Ritrovo	[P] Tennis Club Sondrio. Uscita tangenziale Albosaggia ore 8,00.
Coordinamento	Pozzi Giuseppe 340 4084917 CAI Berbenno 392 2821181
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Seguirà locandina su caiberbenno.eu

VALDIDENTRO

META	MONTE DELLE MINE LIVIGNO
Data	DOMENICA 19 GENNAIO
Sci alpinismo Pietro Urbani 339 5983448	

VALDIDENTRO

META	SLITTATA AL CHIARO DI LUNA IN VAL DI REZZALO
Data	VENERDÌ 24 GENNAIO
Organizzata dal rifugio La Baita, Pietro Urbani 339 5983448	

META	MONTE ROCCA
Data	DOMENICA 26 GENNAIO
Percorrenza	3 ore
Difficoltà	MS/S2/E1
Dislivello	800 m
Quota massima	2810 m
Partenza da Frazione Pila - Trepalle Itinerario semplice. Partiti dalla fazione si prosegue sempre in direzione SE, prima per un bosco rado e poi per ampi pendii, lasciandosi a destra la dorsale de Le Piazze. Ultimi 20 m per raggiungere la cima da fare a piedi. La discesa è per lo stesso itinerario di salita.	
Attrezzatura	Artva, pala, sonda, sci con pelli, abbigliamento da montagna impermeabile, piumino guscio, guanti pesanti, eventualmente ramponi
Ritrovo	Ore 7,00 Piazza Marinoni - Tirano
Coordinamento	Mattia Della Vedova 348 8613135
Info utili	-

META	LUNATA EX RIFUGIO BAR BIANCO VAL GEROLA
Data	DOMENICA 9 FEBBRAIO
Percorrenza	1 ore
Difficoltà	EAI-F
Dislivello	300 m
Quota massima	1520 m
L'agriturismo (ex rifugio) Bar Bianco è situato alla base dell'Alpe Culino e alla cima della Rosetta (m. 2156) Facile percorso con partenza in base alla neve per raggiungere l'agriturismo.	
Attrezzatura	Da escursionismo in ambiente innevato: ciaspole o ramponcini in base alle condizioni di innevamento,
Ritrovo	Berbenno [P] Piazza del Mercato ore 16,00 [P] Piazza Aldo Moro (vecchia piscina) ore 16,30
Coordinamento	Roberto Bertini 339 4828001 Pozzi Giuseppe 340 4084917
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Cena in agriturismo con prenotazione obbligatoria entro mercoledì 5 Febbraio Seguirà locandina su caiberbenno.eu

META	MONTE FORCELLINA
Data	DOMENICA 9 FEBBRAIO
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	MS
Dislivello	1237 m
Quota massima	3087 m
Da Arnoga si entra in Val Viola , si raggiungono le baite di Sattarona (2200m), si prosegue per pendii aperti in direzione nord fino alla sella, da lì si sale sotto ripido pendio che porta alla vetta	
Attrezzatura	Sci alpinismo, artva, pala, sonda
Ritrovo	Sede Cai Tirano ore 7,00
Coordinamento	Tenni Massimo 392 0018372
Info utili	-

VALDIDENTRO

META	PIZ D'EMMATT DADAINTE ENGADINA
Data	DOMENICA 9 FEBBRAIO
Sci alpinismo Daniele Trabucchi 333 7516905	

META	LUNA PIENA A PRATO VALENTINO
Data	MERCOLEDI' 12 FEBBRAIO
Percorrenza	2 ore
Difficoltà	EAI-F
Dislivello	450 m
Quota massima	2100 m
Dal parcheggio dello Chalet Baita del Sole si risale la pista da sci fino a raggiungere la stazione di monte degli impianti. Si ridiscende al chiaro di luna.	
Attrezzatura	Da escursionismo invernale, torcia frontale, ciaspole o sci da alpinismo.
Ritrovo	Chalet Baita del Sole - Prato Valentino (Teglio) ore 18.00
Coordinamento	CAI Tirano 340 1889154 - caitirano@gmail.com
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Possibilità di cenare al rifugio

VALDIDENTRO

META	CIMA MERIGGIO ALBOSAGGIA
Data	DOMENICA 16 FEBBRAIO
Sci alpinismo Giorgio Sosio 339 4478523	

META	CIASPOLATA ARMISOLA
Data	DOMENICA 16 FEBBRAIO
Percorrenza	3 ore di salita
Difficoltà	EE (RN)
Dislivello	650 m
Quota massima	1800 m
Partenza dal Dosso del Grillo in località Briotti; passando da Paiosa si percorre la strada agrosilvopastorale fino ad arrivare all'Alpe di Armisola.	
Attrezzatura	Artva, pala, sonda, abbigliamento invernale, ciaspole, bastoncini da neve, scarponi.
Ritrovo	Ponte in Valtellina, Piazza della Vittoria ore 8,00.
Coordinamento	Jan Bures 328 6131596
Info utili	Prenotazioni entro venerdì 14 febbraio.

META	CIASPOLATA E VISITA” MINIERA DELLA BAGNADA”
Data	DOMENICA 23 FEBBRAIO
Percorrenza	4 ore
Difficoltà	EAI-F
Dislivello	400 m +
Quota massima	2350 m
Anello in Alpe Campagneda ai piedi del Pizzo Scalino per prima assaporare il territorio invernale per poi far visita nel primo pomeriggio la Miniera della Bagnada con 2 ore di visita guidata.	
Attrezzatura	Da ambiente innevato.
Ritrovo	[P] Tennis Club Sondrio. Uscita tangenziale Albosaggia ore 8,00.
Coordinamento	Pozzi Giuseppe 340 4084917 CAI Berbenno 392 2821181
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Seguirà locandina su caiberbenno.eu

VALDIDENTRO

META	META DA DEFINIRE
Data	DOMENICA 23 FEBBRAIO
Ciaspole Simone Polvara 338 1314567	

META	CIASPOLATA IN VAL DI REZZALO
Data	DOMENICA 2 MARZO
Percorrenza	1.30 salita
Difficoltà	RN-E
Dislivello	450 m
Quota massima	1860 m
Si raggiunge in auto l'abitato di Frontale-Fumero, a Sondalo. Da qui, si imbecca la mulattiera che porta al caratteristico alpeggio.	
Attrezzatura	Artva, pala, sonda, abbigliamento invernale, ciaspole, bastoncini da neve, scarponi.
Ritrovo	Ponte in Valtellina, Piazza della Vittoria ore 8,30.
Coordinamento	Alessandra Pedrucci 340 4020032
Info utili	Pranzo al sacco. Prenotazioni entro venerdì 28 febbraio.

VALDIDENTRO

META	CIMA VENEZIA PASSO DEL TONALE
Data	DOMENICA 2 MARZO
Sci alpinismo Giorgio Sosio 339 4478523	

VALDIDENTRO

META	META DA DEFINIRE IN OROBIE
Data	DOMENICA 9 MARZO
Sci alpinismo Daniele Trabucchi 333 7516905	

META	CIASPOLATA PRATO VALENTINO
Data	SABATO 16 MARZO
Percorrenza	3 ore complessive
Difficoltà	RN-E
Dislivello	800 m
Quota massima	2100 m
Verso est si imbecca il tracciato sci alpinistico che si snoda all'inter- no del bosco fino ad arrivare in località Dos Laù. Si prosegue quindi scendendo in località Saline per poi rientrare alla Baita del Sole. (In mancanza di neve, camminata in notturna con percorso da definire)	
Attrezzatura	Ciaspole, ARTVA, pala e sonda.
Ritrovo	Prato Valentino ore 19,00.
Coordinamento	Simone Bertini 393 6444796 Gianni Martinelli 339 8573020
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

VALDIDENTRO

META	TRAVERSATA SKIALP BORMIO LIVIGNO
Data	DOMENICA 16 MARZO
-	

META	MOTTA ROSSA CIASPOLATA IN VAL POSCHIAVO
Data	DOMENICA 16 MARZO
Percorrenza	3 ore salita
Difficoltà	EAI-F
Dislivello	850 m
Quota massima	2563 m
Itinerario a monte del paese di Poschiavo prevalentemente sicuro anche con abbondanti nevicate recenti ma in questo caso ci si fer- merà in anticima o salita alla vicina Mott di Curt a m. 2408	
Attrezzatura	Da ambiente innevato.
Ritrovo	[P] Adiacente la rotonda prima del Santuario di Madonna di Tirano. ore 8,00.
Coordinamento	Pozzi Giuseppe 340 4084917 CAI Berbenno 392 2821181
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Seguirà locandina su caiberbenno.eu

META	CIMA S. GIACOMO
Data	DOMENICA 23 MARZO
Percorrenza	4 ore
Difficoltà	B5
Dislivello	1100 m
Quota massima	3280 m
Dal parcheggio sotto il rifugio, salire verso il Rifugio Branca e seguire la valle. Attraversare conche e pendii ripidi fino a quota 3000 m sul Ghiacciaio Occidentale di San Giacomo, poi risalire lungo il dosso nord fino alla cima.	
Attrezzatura	Sci alpinismo, Artva, Sonda, Pala
Ritrovo	Sede Cai Tirano - Orario da definire. Viale Garibaldi, 8 - dietro le scuole elementari
Coordinamento	Tenni Massimo 392 0018372
Info utili	-

VALDIDENTRO

META	VALLE DEI FORNI VALFURVA
Data	DOMENICA 23 MARZO
Ciaspole e sci alpinismo Elena Cigersa 345 9386700 Pietro Urbani 339 5983448	

VALDIDENTRO

META	PUNTA D'AVEDO VALDIDENTRO
Data	DOMENICA 30 MARZO
Sci alpinismo Daniele Trabucchi 333 7516905	

META	SENTIERO DEI CONTRABBANDIERI
Data	DOMENICA 6 APRILE
Percorrenza	6 ore complessive
Difficoltà	E
Dislivello	500 m
Quota massima	1800 m
Lasciata l'auto raggiungeremo la mulattiera che sale fino a Sasso del Gallo luogo panoramico sulla valli Poschiavina e Tellina. Inoltrandoci poi nel bosco si sale al Maggengo Papi e dopo qualche lieve saliscendi si incontrano diverse località per poi ridiscendere nuovamente verso Tirano. Questi luoghi hanno avuto un ruolo significativo nel periodo del contrabbando.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Tirano, [P] Piazza del mercato ore 7,00.
Coordinamento	Francesca Martinelli 349 6119975 Paolo Panizzolo 349 8302848
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

VALDIDENTRO

META	PIZZO TAMBÒ VALCHIAVENNA
Data	DOMENICA 6 APRILE
Sci alpinismo Pietro Urbani 339 5983448	

META	TUTTI IN BICICLETTA DA SONDRIO A COLICO APERTA ALLE FAMIGLIE, BAMBINI E CICLOESCURSIONISMO ADATTATO
Data	13 APRILE 2025
Percorrenza	Km. 50 con possibilità di ritorno in treno Km. 40 da Berbenno Stazione con possibilità di ritorno in treno
Difficoltà	TC
Dislivello	-70 m
Quota massima	307 m. Stazione ferroviaria di Sondrio.
Cicloescursione con partenza dalla stazione di Sondrio e S.Pietro Berbenno con destinazione Colico pedalando sul Sentiero Valtellina. La cicloescursione ha finalità all'avvicinamento all'attività del cicloescursionismo nel CAI amalgamando ogni aspetto e condizione fisica.	
Attrezzatura	Da cicloescursione con casco obbligatorio, occhiali e guanti consigliati. Attrezzatura di primo intervento per foratura.
Ritrovo	Stazione ferroviaria di Sondrio ore 8,00. San Pietro Berbenno ore 8,45.
Coordinamento	Giuseppe Pozzi 340 4084917 Stefania Lazzari Ivano Rizzieri 335 5893024
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 11 Aprile. Pranzo al sacco. Info: www.caiberbenno.eu Possibilità di noleggio Bike/E-Bike con sconto CAI

TIRANO

META	GRIGNA SETTENTRIONALE
Data	DOMENICA 13 APRILE
Coordinamento Rossi Angelo	

VALDIDENTRO

META	MONTE ROSA LISKAMM
Data	SABATO 26 - DOMENICA 27 APRILE
Alpinismo	

META	LAGHI DELLA REGINA PRATO VALENTINO - TEGLIO
Data	DOMENICA 27 APRILE
Percorrenza	3 ore e 30
Difficoltà	E
Dislivello	850 m
Quota massima	2440 m
Il Lago della Regina (2418m), laghetto alpino in territorio Svizzero (Canton dei Grigioni) è facilmente raggiungibile dal versante Italiano con partenza da Prato Valentino -Teglio. Se aperta, possibilità di seggiovia fino a 2100m. circa.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Stazione di Ponte in Valtellina ore 7,00.
Coordinamento	Cabassi Ezio 331 5785377 Pozzi Giuseppe 340 4084917
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo a sacco. Seguirà locandina su caiberbenno.eu

META	ANELLO DEL SASSO MUSSO (CO)
Data	DOMENICA 4 MAGGIO
Percorrenza	4 ore
Difficoltà	E
Dislivello	800 m
Quota massima	1140 m
Da Musso, piccolo paese del Lago di Como, dopo aver attraversato il centro storico e risalita la dorsale del Sasso Musso si raggiunge la suggestiva Chiesetta di San Bernardo. Discesa lungo la strada carrozzabile.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno di Valtellina - P.zza del mercato ore 7,30.
Coordinamento	Fumasoni Arnaldo 393 5181860 Bertini Roberto 339 4828001
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo a sacco. Seguirà locandina su caiberbenno.eu

META	CAI STORIA E CULTURA POLONIA MINITOUR
Data	DA LUNEDÌ 5 A GIOVEDÌ 8 MAGGIO
Difficoltà	T
Il mini tour è dedicato alla visita di Cracovia, Auschwitz, Wieliczka e Czestochowa. Il programma dettagliato è scaricabile dal sito caiberbenno.eu	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	-
Coordinamento	Pozzi Giuseppe 340 4084917 Dell'Oca Carlo 342 9210988
Info utili	Le preadesioni partiranno dalla divulgazione del libretto inviando una Mail con numero telefonico, copia documenti e C.F. a infocaiberbenno@gmail.com

META	SIRTA, VAL FABILOLO, SOSTILA
Data	DOMENICA 11 MAGGIO
Percorrenza	5 ore complessive
Difficoltà	E
Dislivello	780 m
Quota massima	1070 m
<p>Un singolare viaggio nella più sconosciuta delle vallate del versante orobico valtellinese passando attraverso i suoi nuclei arrampicati a mezza costa, la sapiente costruzione delle abitazioni, gli spazi dell'umile lavoro quotidiano, i lembi di una natura intatta e la bellezza di un borgo medioevale intatto immerso in una natura incontaminata. Punto di ristoro a Sostila.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Chiuro, [P] Ristorante Baffo ore 8,00.
Coordinamento	Elena Leusciatti 333 6710030 Gianni Martinelli 339 8573020
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	MONTE GENEROSO (CH)
Data	DOMENICA 18 MAGGIO
Percorrenza	4,30 ore
Difficoltà	E
Dislivello	600 m
Quota massima	1700 m
<p>Sulla cima del M. Generoso, strepitoso panorama sull'Arco Alpino, Lago di Lugano, Lago di Como e Vette dell' Oberland Bernese.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno di Valtellina - Piazza del mercato.
Coordinamento	Sarotti Bruna 373 5086943 Fumasoni Arnaldo 393 5181860
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo a sacco. Seguirà locandina su caiberbenno.eu

SEZIONE VALTELLINESE

META	VIAGGIO TREKKING MAREMMA TOSCANA E ISOLA DEL GIGLIO
Data	DA DOMENICA 18 A DOMENICA 25 MAGGIO
Difficoltà	E
Attrezzatura	Da escursionismo
Coordinamento	Luciano Bongiolatti 328 4863095 Maurizio Cittarini 347 6200516

SEZIONE VALTELLINESE

META	GIORNATA DI MANUTENZIONE SENTIERI (INTERSEZIONALE)
Data	DOMENICA 25 MAGGIO
Attrezzatura	Attrezzatura da lavoro (guanti, trance, motosega, rastrelli, ramponi)
Ritrovo	PONTE IN VALTELLINA Piazza della Vittoria - ore 6,30 TEGLIO P.zza S. Eufemia alle ore 7,00.
Coordinamento	Teglio: Alberto Villa 340 1823288 Gianluigi Martinelli 339 8573020 Ponte in Valtellina: Jan Bures 328 6131596

PONTE

META	DIGA DEL VAJONT
Data	DA SABATO 31 MAGGIO A LUNEDÌ 2 GIUGNO
Coordinamento	Jan Bures 328 6131596
Info utili	Programma dettagliato ancora da definire.

META	LAGO DEL TRUZZO
Data	DOMENICA 1 GIUGNO
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	E
Dislivello	953 m
Quota massima	2153 m
Partendo dall'abitato di San Bernardo si imbocca la valle del Drogo fino alla località Caurga. Da qui si svolta a destra per la bellissima mulattiera, costruita per la realizzazione della diga, che si raggiunge in circa 2 ore per poi proseguire per il rifugio Carlo Emilio.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno Piazza del Mercato ore 6,45.
Coordinamento	Roberto Bertini 339 4828001 CAI Berbenno 392 2821181
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo a sacco. Seguirà locandina su caiberbenno.eu

BERBENNO

META	RIFUGIO BOSIO GALLI DAI PIASCI
Data	MERCOLEDÌ 4 GIUGNO
Percorrenza	5 ore
Difficoltà	E
Dislivello	540 m
Quota massima	2086 m
	Ci si incammina sulla strada che va all'Alpe Piasci dove, al suo ingresso, si deve imboccare la ripida salita che sale in direzione della chiesetta e arrivati al Rifugio Cometti, dopo poco, si devia a dx percorrendo la parte alta dell'alpeggio. Dopo aver superato un paio di piccoli corsi d'acqua e le ultime salitelle si arriva al Rifugio Bosio Galli.
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Chiuro, [P] Ristorante Baffo ore 7,30.
Coordinamento	Gianni Martinelli 339 8573020 Paolo Panizzolo 349 8302848 Fabrizio Cossi 329 8429096 In collaborazione con CAI Barlassina
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	ALTA VIA DEL SALE IN E-MTB LIMONE PIEMONTE VENTIMIGLIA
Data	SABATO 7 E DOMENICA 8 GIUGNO
Percorrenza	2 GIORNI
Difficoltà	BC
Dislivello	1° giorno 1600 m+ / 2° giorno 800 m+
Quota massima	2239 m
	L'Alta via del Sale è un lungo percorso per MTB che da Limone Piemonte conduce al Col di Tenda proseguendo tra salite e discese fino a Ventimiglia attraverso panoramiche strade bianche e a tratti asfaltati. Ritorno in treno.
Attrezzatura	Da cicloescursionismo con adeguato materiale di primo intervento meccanico e foratura.
Ritrovo	-
Coordinamento	Lazzari Stefania 328 0275675 Pozzi Giuseppe 340 4084917
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Possibilità di Bike Shuttle. Seguirà locandina. Info su caiberbenno.eu

META	BIVACCO PRIMALPIA, ALLA SCOPERTA DELLA VAL DEI RATTI
Data	DOMENICA 8 GIUGNO
Percorrenza	3,30 ore (6 ore complessive)
Difficoltà	E
Dislivello	1000 m
Quota massima	1980 m
<p>Parcheggiamo l'auto e, dopo aver oltrepassato i binari del tracciolino, seguiamo le indicazioni per Frasnedo. Ora attraversiamo il paese e proseguiamo in leggera discesa fino a raggiungere le baite di Corveggia e le indicazioni per il Rifugio Volta. Dopo aver superato la località Tabiate, troviamo la deviazione per il nostro bivacco. Continuiamo in leggera discesa e poi saliamo con pendenza costante. Oltrepassiamo l'alpe Primalpia inferiore e superiore, poi percorrendo una lunga diagonale verso sinistra, raggiungiamo il nostro bivacco.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Chiuro, [P] Ristorante Baffo ore 7,00.
Coordinamento	Mauro Lazzarini 347 3578756 Monica Messina
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	ESCURSIONISMO RELIGIOSO AD ARDESIO
Data	SABATO 14 E DOMENICA 15 GIUGNO
Percorrenza	1° giorno 5 ore / 2° giorno 3 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1450 m
Quota massima	2692 m
<p>1° giorno: lasciata l'auto a Carona (1150m) si prosegue a piedi per la Val Caronella e quindi al passo di Caronella da dove si scende al lago del Barbellino e si pernotta al Rifugio qui presente. 2° giorno: si scende al Rifugio Curò e lungo l'agevole sentiero si arriva all'abitato di Bondione da dove con il pullman si raggiunge Ardesio.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo e per il pernottamento al Rifugio (obbligo sacco-lenzuolo).
Ritrovo	San Giacomo [P] dopo il ponte ore 7,00.
Coordinamento	Gianni Martinelli 339 8573020 Marco Faitelli 320 1558249
Info utili	Rientro in Valtellina con pullman.

META	BIVACCO ROVEDATTI VAL TARTANO
Data	DOMENICA 15 GIUGNO
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	800 m
Quota massima	1850 m
Partendo dall'abitato di Campo Tartano e attraversato il Ponte nel Cielo, tra sentieri immersi nel bosco si raggiunge Alpe Pustarec ed il Bivacco Rovedatti	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Piazza del Mercato ore 8,00 - Berbenno.
Coordinamento	Dell'Oca Carlo 3429210988
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco. Pagamento passaggio Ponte del Cielo. Seguirà locandina.

META	STRADA DEGLI EROI IN E-MTB
Data	SABATO 21 E DOMENICA 22 GIUGNO
Percorrenza	5/6 ore
Difficoltà	MC
Dislivello	1078m Dsl+, poi facoltativa deviazione con ca. 100m Dsl+
Quota massima	2000 m
Uno degli anelli più classici sul monte Pasubio. Dal pian delle Fugazze si percorre la strada degli Eroi, costruita per recuperare le salme dei caduti durante la Grande Guerra. Giunti al Rifugio Papa si può salire ancora per raggiungere la Cappella degli Caduti . Qui vicino parte la Famosa strada delle 52 Gallerie (solo a piedi). Dal rifugio Papa imbrocheremo la strada degli Scarrubbi fino a Pian delle Fugazze.	
Attrezzatura	Mtb/Gravel/Emtb. Casco obbligatorio, guanti ed occhiali. Attrezzatura di base per bucatura e meccanica.
Ritrovo	Berbenno di Valtellina.
Coordinamento	Ivano Rizzieri 335 5893024 Giuseppe Pozzi 340 4084917
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Possibilità di Bike Shuttle. Seguirà locandina. - Info su caiberbenno.eu



META	ANELLO DA PREGASINA LAGO DI GARDA
Data	SABATO 28 E DOMENICA 29 GIUGNO
Percorrenza	2° giorno 7 ore complessive
Difficoltà	EE
Dislivello	1000 m
Quota massima	1376 m
<p>1° giorno: Partenza da Teglio con arrivo a Mezzocorona. Visita alla cantina Rotari e ripartenza per Riva del Garda, pranzo libero. Pomeriggio visita guidata alla "tagliata del Ponale". Sistemazione in albergo e serata libera.</p> <p>2° giorno: Dal paesino di Pregasina si sale fino a raggiungere la Bocca da Lè. Da qui si attraversano diverse cime consecutive e molto panoramiche fino a raggiungere il passo Guil e passo Rocchetta. Lungo le creste del Reamol si giunge a Bocca e punta Larici con splendida vista sul lago di Garda. Si ridiscende per altro sentiero e così chiudere l'anello.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Teglio [P] Piazza Credaro ore 6.00.
Coordinamento	Daniela Giudice 349 6864394 Stefania Ascar 338 4722527
Info utili	Seguirà programma dettagliato. Trasporto con Pullman Gran Turismo.

META	CAPANNA SEGANTINI PONTRESINA (CH)
Data	DOMENICA 6 LUGLIO
Percorrenza	5 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	993 m
Quota massima	2732 m
<p>Partendo da Punt Muragl-Pontresina in prossimità della cremagliera seguendo le indicazioni per la Chamanna (Capanna), la prima parte sarà nel bosco poi si raggiungerà una zona verdeggiante. L'ultimo tratto ci condurrà sul ponticello dell'Ova da Muragl. Ritorno per la via di salita.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Ponte in Valtellina Piazza della Vittoria ore 7,00.
Coordinamento	Raschetti Laura 340 8424816
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco. Prenotazioni entro venerdì 4 luglio.

META	CROCE MONTE SOBRETТА ALTA VALTELLINA
Data	DOMENICA 6 LUGLIO
Percorrenza	7 ore
Difficoltà	E
Dislivello	1000 m
Quota massima	3296 m
<p>Percorrendo la strada del Passo Gavia, si parcheggia al ponte dell'Alpe a 2294m dove inizia il percorso visitando la Grotta Edelweiss. Giunti alla croce del M. Sobretta il panorama si estende su Ortles Cevedale e Gruppo dell'Adamello.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo. Scarponi e abbigliamento adeguati al percorso.
Ritrovo	Berbenno Piazza del Mercato ore 6,45. Tirano ore 7.30.
Coordinamento	Sarotti Bruna 373 5086943
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	SENTIERO GLACIOLOGICO DOSDÈ EST RIFUGIO FEDERICO IN DOSDÈ 2133m
Data	LUNEDI' 7 – MARTEDI' 8 LUGLIO
Percorrenza	1° giorno 1 ora 2°giorno 2 ore e 30
Difficoltà	EE
Dislivello	600
Quota massima	2575
<p>Primo giorno: dal parcheggio Altumeira si raggiunge il Rifugio Federico Dosdè. Secondo giorno: Si percorre per un buon tratto la valle di Dosdè incontrando i primi segnavia del Sentiero Glaciologico, si sale fino ad attraversare il fiume, sul lato destro si raggiunge la fronte del ghiacciaio a quota 2575m.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo, carponcini robusti.
Ritrovo	A Sondrio Campus ore 14.00
Coordinamento	Angelo Libera SGL .339 8911975
Info utili	PRENOTAZIONI ENTRO IL 20 GIUGNO Trasporto con mezzi propri. Eventuale proseguimento dell'escursione al Bivacco Caldarini 2538 m.

META	MONTE MASUCCIO E LAGHI DI SCHIAZZERA
Data	DOMENICA 13 LUGLIO
Percorrenza	1 ora e 30 per i laghi - 3 ore alla cima
Difficoltà	E/EE
Dislivello	900 m
Quota massima	2816 m
<p>Lasciate le auto al parcheggio del rifugio Schiazzera ci si incammina su facile mulattiera fino agli omonimi laghi. Da qui ci si addentra nel vallone che per ripide pietraie porta alla cima. Fino ai laghi la gita si addice anche a famiglie con bambini.</p>	
Attrezzatura	Escursione alta montagna
Ritrovo	Ore 7,30 Piazza Marinoni - Tirano
Coordinamento	Damiano Canali 348 7058994 Paolo Bellesini 347 2363949
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Possibilità di pernottamento al rifugio Schiazzera per disponibilità e prenotazione 347 2608250

META	FESTA AL RIFUGIO PESCIOLA
Data	DOMENICA 13 LUGLIO
Percorrenza	2.30 ore
Difficoltà	E
Dislivello	1000 m
Quota massima	2005 m
<p>Festa al Rifugio Pesciola con pranzo a base di polenta cropa e prodotti tipici. Si raggiunge in autonomia il rifugio, partendo dalla Centrale Armisa. Si segue la strada agro-silvo-pastorale fino all'alpe Campeï per poi prendere il sentiero che raggiunge il rifugio.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Presso il Rifugio Pesciola ore 12,00.
Coordinamento	Ivan Simonini 340 5638511
Info utili	Prenotazioni entro venerdì 11 luglio.

META	CORNO STELLA - VAL CERVIA
Data	DOMENICA 13 LUGLIO
Percorrenza	7 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1000 m
Quota massima	2621 m
Partendo da Arale a quota 1600m si prosegue lungo una pista agro-silvo-pastorale che continua fino a circa 2000m per poi salire al ben visibile passo di Val Cervia a 2318m e scendere al lago Moro di Val Brembana. Da qui il sentiero ci consente di raggiungere l'ampia cresta che si lascia sulla sinistra poco prima della vetta del Corno Stella a 2621m.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del mercato ore 8,00.
Coordinamento	Dell'Oca Carlo 3429210988 Trosti Eros 3471153329
Info utili	Trasporto con mezzi propri, è previsto il pranzo al sacco. Da Cedrasco pagamento del permesso Comunale di transito.

SEZIONE VALTELLINESE

META	TREKKING DEL CAI LOANO A EITA VALGROSINA
Data	DA VENERDÌ 18 A DOMENICA 21 LUGLIO
Coordinamento	SEZIONE VALTELLINESE

META	BIVACCO FERRARIO BIVACCO CANTONI
Data	DOMENICA 20 LUGLIO
Percorrenza	6 ore e 30 minuti
Difficoltà	EE
Dislivello	1150 m
Quota massima	2625 m
Dal Pian De li Astela, dove si lascia l'auto, si prosegue sulla sterrata che porta alla chiesetta di Presedont ed entrando in val Cardonè si giunge alle baite omonime. Usciti dal bosco, con un traverso, ci si porta all'imbocco di una valletta e con un'ultima salita al bivacco Ferrario. Da qui si prosegue nella valle retrostante, detritica e quasi pianeggiante, con meandri e laghetti del torrente che scende dal ghiacciaio della Cima Piazzì. Ad un bivio inizia un'ultima ripida salita su traccia detritica che porta al bivacco Cantoni. Inizia la discesa verso il Dosso Penaglia e da qui per prati e detriti in Val Lia, giungendo in magnifico scenario all'Alpe Boron. Da qui per stradina sterrata si scende di nuovo alla chiesetta e di qui alla macchina.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Tresenda, [P] dopo il ponte ore 7,00.
Coordinamento	Gloria Binetti 349 4281595 Luca Panizzolo 340 0828040
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	CORNO DI BOERO
Data	DOMENICA 27 LUGLIO
Percorrenza	8 ore complessive
Difficoltà	EE
Dislivello	1420 m
Quota massima	2878 m
<p>Da Le Prese saliamo in auto a Fumero (1461 m), all'imbocco della Val di Rezzalo, dove parcheggiamo. Scendendo verso il paese, vicino ad una fontana, imbrochiamo una ripida salita che porta a contrada Pezze. Il sentiero, non tracciato, procede fra prati, piccoli gruppi di baite e boschi. Si raggiunge l'alpeggio di Boero (1900 m), proseguiamo verso una grande croce di legno (2150m) e continuiamo seguendo una vecchia strada militare ormai quasi coperta dalla vegetazione. Arrivati ad uno spartiacque (2700 m), procediamo fino alla panoramica cima (2878m). Discesa dalla traccia di salita.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Tresenda, [P] dopo il ponte ore 7,00.
Coordinamento	Francesca Martinelli 349 6119975 Fabrizio Cossi 329 8429096 Fabio De Piazza 328 2475732
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	PERCORSO AD ANELLO IN E-MTB ALTA VALTELLINA
Data	DOMENICA 27 LUGLIO
Percorrenza	5/6 ore – 36 km
Difficoltà	MC
Dislivello	1402 m Dsl+,
Quota massima	2100 m
<p>Da Cepina direzione Bormio, saliamo dalla strada del 2000 verso San Pietro, da qui a attraversiamo la mitica Pista Stelvio e percorreremo una comoda carrareccia fino a Calvarana di Sopra, qui giunti in discesa ripida ma su strada comoda arriveremo a S. Antonio. Attraversiamo il Frodolfo e su strade secondarie saliamo verso la Strada Militare dell'Ables fino a Solaz di sopra. Da qui discesa verso Bormio</p>	
Attrezzatura	E-mtb. Casco obbligatorio, guanti ed occhiali. Attrezzatura di base per bucatura e meccanica.
Ritrovo	Berbenno di Valtellina Piazza del mercato. Tennis club Sondrio - Tirano.
Coordinamento	Ivano Rizzieri 335 5893024 Giuseppe Pozzi 340 4084917
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Seguirà locandina. - Info su caiberbenno.eu

META	DA TREPALLE A LIVIGNO
Data	DOMENICA 3 AGOSTO
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	E
Dislivello	700 m
Quota massima	2335 m
Partendo da Trepalle (zona del primo distributore scendendo dal Foscagno) si prende il sentiero verso l'alpe Pila, per poi scendere ai laghi di Cancano. In conclusione, passando dalle sorgenti del fiume Adda, si raggiunge Livigno tramite il passo di Val Alpiselva.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno Piazza del Mercato ore 6,30.
Coordinamento	Roberto Bertini 339 4828001 CAI Berbenno 392 2821181
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco. Seguirà locandina – caiberbenno.eu

META	MONTE CONFINALE
Data	DOMENICA 3 AGOSTO
Percorrenza	7 ore e 30
Difficoltà	EE
Dislivello	1200 m
Quota massima	3370 m
In auto si raggiunge località Forni a Valfurva. Dal parcheggio si imbocca un sentiero e a seguire una mulattiera fino a Pradaccio. Si prende poi un ripido sentiero a zig-zag fino al Lago della Manzina. Si prosegue tra i pascoli fino a risalire un ampio vallone e raggiungere il Bivacco Del Piero. Da qui alla cima il sentiero si sviluppa in gran parte in cresta superando un tratto di facili roccette. Per il dislivello previsto e la presenza delle facili roccette è un'uscita adatta ad escursionisti con piede fermo e abbastanza allenati. Discesa dallo stesso percorso.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Ponte in Valtellina, Piazza della Vittoria ore 6,30.
Coordinamento	Erika Pietrogiovanna 333 2360443
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pedaggio 10 Euro strada S. Caterina-Forni. Pranzo al sacco. Prenotazioni entro venerdì 1 agosto.

META	MONTE VIOZ DA PEJO
Data	DOMENICA 10 AGOSTO
Percorrenza	8 ore complessive
Difficoltà	EE
Dislivello	1332 m
Quota massima	3645 m
<p>Si sale da Peio Fonti fino ai 2315m del Doss dei Cembri con gli impianti. Da qui iniziamo il cammino fino ad incontrare il sentiero 105. Il percorso sale lungo la dorsale che scende dal Vioz affacciandosi alternativamente sulla Valle della Mite e il vallone orientale verso Zampil. A quota 3206m si arriva al Brich, un breve traverso attrezzato con corda fissa. Dopo questo passaggio, il sentiero supera una scarpata fino a raggiungere il filo di cresta. Si prosegue ora lungo il facile crestone di detriti e/o neve fino a raggiungere il rifugio Mantova. Da qui in pochi minuti si raggiunge la cima (3645m). Discesa dalla via di salita.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Tresenda, [P] dopo il ponte ore 6,00.
Coordinamento	Gianni Martinelli 339 8573020 Marco Faitelli 320 1558249
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	SENTIERO DEI FIORI (ADAMELLO)
Data	DOMENICA 10 AGOSTO
Percorrenza	7 ore
Difficoltà	EEA
Dislivello	580 m
Quota massima	3161 m
<p>Dal passo del Tonale si prende la funivia fino al Passo Paradiso (2585 m), poi si segue il sentiero che, in circa 1 ora e 15 minuti, conduce al Passo Castellaccio (2973m). Qui inizia la Ferrata al Sentiero dei Fiori. Dal passo si procede verso sud, raggiungendo una postazione di artiglieria da cui parte una lunga cengia attrezzata con cavo e catena. La cengia presenta passerelle in legno e staffe metalliche. Da una passerella, si può deviare verso il "Nido d'Aquila", un suggestivo punto panoramico. Ritornando sulla cengia, si superano altre passerelle fino al "Gendarme di Casamadre", da cui parte la prima passerella metallica (75m), seguita dalla seconda (55m). Queste possono essere evitate utilizzando le gallerie. Proseguendo, si aggira uno spigolo e si raggiunge la parte alta della cengia. Un sentiero conduce a uno spigolo attrezzato con staffe. Si salgono alcune roccette e massi, poi si scende su un sentiero che porta alla Capanna Lago Scuro (Bivacco Amici della Montagna), sotto la cima del Corno Lago Scuro (3165m), raggiungibile con una breve deviazione. Infine si scende al Lago scuro, si percorre il sentiero per il Passo Presena (2997m) e si prende la cabinovia per tornare al Passo del Tonale</p>	
Attrezzatura	Set da ferrata omologato, casco e imbrago
Ritrovo	Sede Cai Tirano - Orario da definire. Viale Garibaldi, 8 - dietro le scuole elementari
Coordinamento	Simone Panizza 346 7465085
Info utili	Portare abbigliamento adeguato alla stagione ed alla quota.

META	CAVAGLIA LAGO BIANCO (BERNINA/SVIZZERA)
Data	DOMENICA 17 AGOSTO
Percorrenza	5 ore e 30 minuti complessive
Difficoltà	E
Dislivello	550 m
Quota massima	2253 m
Partendo da Cavaglia, percorrendo un sentiero tra i boschi di modesta difficoltà si raggiungono il "Lac de l'Ombra" e il "Pozzo del Drago" ed infine il "Lago Bianco" nel suo splendore. Da qui fino all'Ospizio Bernina per poi tornare ad anello fino all'Alp Grum e successivamente Lago Palù con la sua caratteristica forma a cuore visibile dall'alto ed infine, Cavaglia	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Tresenda, [P] dopo il ponte ore 7,30.
Coordinamento	Daniela Giudice 349 6864394 Stefania Ascar 338 4722527
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	PIZ TAMBÒ
Data	DOMENICA 24 AGOSTO
Percorrenza	7 ore complessive
Difficoltà	EE
Dislivello	1150 m
Quota massima	3279 m
Partendo dal passo dello Spluga si risalgono i pendii erbosi verso ovest fino a raggiungere la cresta di confine tra Italia e Svizzera. A quota 3000m, raggiunto il Pan di Zucchero, si scende brevemente sulla vedetta della Spianata che si attraversa quasi in piano. Riguardata la cresta si risale su terrazzi quasi in verticale (passaggi di l), ma non particolarmente esposti, fino alla spianata sommitale e alla croce di vetta. Ritorno per la via di salita.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Chiuro, [P] ristorante Baffo ore 6,00.
Coordinamento	Luca Panizzolo 340 0828040 Mauro Lazzarini 347 3578756
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	PASSO E LAGHETTI DEL VENEROCOLO - APRICA
Data	DOMENICA 24 AGOSTO
Percorrenza	3,30 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	950 m
Quota massima	2314 m
Dal Lago Belviso, Aprica, si percorre la Val di Campo fino a raggiungere il Passo Venerocolo e l'omonimo Lago.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Tresenda Parcheggio Bar Venere ore 7,00.
Coordinamento	Ezio Cabassi 331 5785377 Giuseppe Pozzi 340 4084917
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Seguirà locandina. - Info su caiberbenno.eu

META	SENTIERO GLACIOLOGICO ALTA VALLE DEI FORNI
Data	DOMENICA 31 AGOSTO
Percorrenza	5 ore
Difficoltà	E
Dislivello	600 m
Quota massima	2550 m
In auto si raggiunge località Forni a Valfurva. Dal parcheggio si segue il sentiero per il punto panoramico delle trincee dei Forni. Da qui ci si ricollega al sentiero glaciologico alto e si prosegue fino ai ponti tibetani con visita alla lingua del Ghiacciaio dei Forni. Discesa verso il Rifugio Branca e dal sentiero glaciologico basso. Giro ad anello.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Ponte in Valtellina, Piazza della Vittoria ore 6,45.
Coordinamento	Erika Pietrogiovanna 333 2360443
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pedaggio 10 Euro strada S. Caterina-Forni. Pranzo al sacco. Prenotazioni entro venerdì 29 agosto.

META	MONTE SEROTTINI E I SUOI LAGHI
Data	DOMENICA 31 AGOSTO
Percorrenza	9 ore complessive
Difficoltà	E
Dislivello	1000 m
Quota massima	2967 m
Partenza da Alpe Varadega. Dal parcheggio si intercetta la strada militare che sale verso il passo di Varadega e piegando verso destra si percorre la dorsale da dove si vede il monte Serottini e il lago Storto. Dopo averli raggiunti si ridiscende per percorso non obbligato.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Madonna di Tirano, [P] casa cantoniera ore 6,30.
Coordinamento	Ferruccio Molinari 329 8031031 Aldo Bendotti 340 8770447 In collaborazione con CAI Berbenno
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	PRATO VALENTINO CAPANNA MEDEN
Data	MERCOLEDÌ 3 SETTEMBRE
Percorrenza	6 ore complessive
Difficoltà	E
Dislivello	800 m
Quota massima	2400 m
Da Prato Valentino si seguono gli impianti di risalite su strada comoda e poi lungo la mulattiera militare si oltrepassano le Cascine Meden. Dopo circa un'ora di cammino si raggiunge la Capanna Meden appena sotto l'omonimo Passo sul confine Svizzero.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Prato Valentino ore 8,00.
Coordinamento	Gianni Martinelli 339 8573020 Paolo Panizzolo 349 8302848 Fabrizio Cossi 329 8429096 In collaborazione con CAI Barlassina
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco o Rifugio.

SEZIONE VALTELLINESE

META	COMMEMORAZIONE CADUTI IN MONTAGNA - ALPE VENTINA (INTERSEZIONALE)
Data	DOMENICA 7 SETTEMBRE
Difficoltà	E
Attrezzatura	Da escursionismo
Coordinamento	SEZIONE VALTELLINESE

META	MONTE VAGO
Data	DOMENICA 7 SETTEMBRE
Percorrenza	4 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	750 m
Quota massima	3057 m
Dal parcheggio del passo della Forcola su sentiero ci si inoltra in Valle Orsera, con un ampio semicerchio ci si porta alle pendici del Monte Vago. Successivamente, con pendenza più marcata, si giunge al meraviglioso Lago Vago. Attraversata la conca si punta verso la cresta e da qui si sale in vetta.	
Attrezzatura	Escursionismo
Ritrovo	Ore 7,30 Piazza Marinoni - Tirano
Coordinamento	Marianna Longa 335 5292228
Info utili	-

META	RIFUGIO FALC DA PESCEGALLO
Data	MERCOLEDÌ 10 SETTEMBRE
Percorrenza	6 ore complessive
Difficoltà	E
Dislivello	650 m
Quota massima	2554 m
In fondo al piazzale della funivia parte un sentiero che entrato nel bosco guadagna quota fino a raggiungere una piccola baita. Lasciata a sinistra la deviazione per il rifugio Benigni si prosegue attraversando la Val Tronella. Si risale a tornanti un brullo pendio per poi piegare a destra e raggiungere in piano il bel pascolo del Pich. Arrivati ad un bivio si lascia a sinistra il sentiero per il lago Rotondo prendendo a destra il sentiero che con una breve discesa porta alla diga del lago di Trona. Si attraversa la diga e si prosegue fino al lago d'Inferno in pochi minuti si raggiunge il rifugio.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Chiuro, [P] ristorante Baffo ore 7,30.
Coordinamento	Gianni Martinelli 339 8573020 Paolo Panizzolo 349 8302848 Fabrizio Cossi 329 8429096 In collaborazione con CAI Barlassina
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	FESTA ALLA CAPANNA MEDEN
Data	DOMENICA 14 SETTEMBRE
Percorrenza	6 ore complessive
Difficoltà	E
Dislivello	800 m
Quota massima	2400 m
<p>La Capanna Meden è stata inaugurata l'8 settembre 2024, situata nel Comune di Teglio a 2400m di altitudine, sulla sponda retica della valle, sorge a pochi metri dall'omonimo passo, al confine con la Svizzera. Questo rifugio di montagna autogestito è disponibile per gli escursionisti fino al 31 ottobre.</p> <p>Una volta ricovero del Genio Militare, realizzato durante la Grande Guerra, ora è un rifugio moderno ed accogliente.</p> <p>La Capanna diventerà una tappa ufficiale del Sentiero Italia CAI, uno dei più lunghi percorsi escursionistici al mondo, che attraversa tutta la penisola italiana per oltre 7000 km. Dalla Capanna è possibile esplorare le vette circostanti come il Pizzo Combolo e il Monte Calighè, o fare escursioni familiari verso i laghi della Regina e dei Matt. Inoltre, la Capanna è un punto di partenza ideale per lunghe traversate verso le splendide Valtellina e Valposchiavo.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Prato Valentino ore 8,00.
Coordinamento	Simone Bertini 393 6444796 Gianni Martinelli 339 8573020
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo alla Capanna Meden.

META	GHIACCIAIO DEL LUPO CAPANNA CORTI 2500m
Data	MERCOLEDI' 17 SETTEMBRE
Percorrenza	5 ore. Calcolare ancora 1 ora per la visita al Ghiacciaio del Lupo e salita al Passo di Coca
Difficoltà	EE
Dislivello	1450 alla Capanna Corti
Quota massima	2500 m alla Corti - 2645 m al Passo di Coca
<p>Dalla centrale di Armisa si prosegue su strada e poi sentiero superando la Foppa e poi le baite Prataccio e Michelini, ora il sentiero si presenta pianeggiante per un buon tratto per poi con salita impegnativa superare sulla destra della valle il tratto impegnativo su sentiero ripido, nell'ultimo tratto attraversando un ruscello e facili roccette si giunge alla Corti</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo, scarponcini robusti.
Ritrovo	A Sondrio Campus ore 14.00
Coordinamento	Angelo Libera SGL .339 8911975
Info utili	Per la visita al Ghiacciaio e al Passo di Coca portare i ramponi e i bastoncini. N.B. Molto impegnativa necessita ottimo allenamento. N.B. Possibile salita passando dal Bivacco Resnati difficoltà EEA passaggi di 3° grado in roccia su placche.

SEZIONE VALTELLINESE

META	VIAGGIO TREKKING IN SARDEGNA
Data	DA SABATO 20 A SABATO 27 SETTEMBRE
Difficoltà	E
Attrezzatura	Da escursionismo
Coordinamento	Luciano Bongiolatti 328 4863095 Maurizio Cittarini 347 6200516

META	VAL FEDERIA RIFUGIO CASSANA
Data	DOMENICA 21 SETTEMBRE
Percorrenza	2.30 salita
Difficoltà	E
Dislivello	850 m
Quota massima	2601 m
Partendo dal ponte della Calcheira a Livigno si prende il sentiero tra i larici che conduce fino al Rifugio Cassana.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Ponte in Valtellina, Piazza della Vittoria ore 7,00.
Coordinamento	Alessandra Pedrucci 340 4020032
Info utili	Pranzo al sacco. Prenotazioni entro venerdì 19 settembre.

META	CORNA MARA
Data	DOMENICA 21 SETTEMBRE
Percorrenza	7 ore complessive
Difficoltà	EE
Dislivello	1060 m
Quota massima	2809 m
Salendo da Montagna si raggiunge l'Alpe Mara (1749 m) dove, lasciate le auto, si sale verso il rifugio Gugiatti Sertorelli (2137 m). Da qui prendiamo il sentiero che ci porta sul filo di cresta fino a raggiungere la croce di vetta (2809 m). La discesa sarà in direzione della Bocchetta di Torresello (2642 m) fino all'Alpe Rogneda. Risaliamo leggermente fino alla Bocchetta di Mara (2342 m) per scendere di nuovo verso il parcheggio dell'Alpe Mara	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Chiuro, [P] Ristorante Baffo ore 7,00.
Coordinamento	Francesca Martinelli 349 6119975 Gianni Martinelli 339 8573020
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	ANELLO PASSO DELLA FORCOLA DI LIVIGNO
Data	DOMENICA 28 SETTEMBRE
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	E
Dislivello	500 m
Quota massima	2466 m
<p>Dal Passo della Forcola di Livigno, si prende il sentiero che porta al Passo La Stretta. Da qui inizia la discesa lungo la val da Fain fino a raggiungere il Diavolezza.</p> <p>Dopo aver percorso un breve tratto di strada asfaltata si imbecca la val Minor fino alla Forcla Minor, per poi chiudere l'anello di nuovo al Passo della Forcola.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo. Scarponi e abbigliamento adeguati al percorso.
Ritrovo	Berbenno Piazza del Mercato ore 6, 30.
Coordinamento	Roberto Bertini 339 4828001 CAI Berbenno 392 2821181
Info utili	Trasporto con mezzi propri.

SEZIONE VALTELLINESE

META	CENTENARIO INAUGURAZIONE DELLA CAPANNA MAMBRETTI
Data	DOMENICA 28 SETTEMBRE
Coordinamento	Sezione Valtellinese in collaborazione con il Comune di Piateda e Parco delle Orobie Valtellinesi. Maurizio Cittarini 347 6200516 Luigi Colombera 340 1675592 Seguirà locandina dettagliata.

META	GIUMELIN PASSO TRE CROCI (CH)
Data	DOMENICA 28 SETTEMBRE
Percorrenza	8 ore complessive
Difficoltà	E
Dislivello	1000 m
Quota massima	2350 m
<p>Raggiunto Cavaione in auto, si prosegue a piedi su strada sterrata e poi per sentieri ben segnalati. Si raggiunge il panoramico Giumelin. Seguendo ora la via crucis si giunge al passo Tre Croci. Il ritorno avviene ad anello passando dalla Capanna Anzana.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Madonna di Tirano, [P] casa cantoniera ore 6,30.
Coordinamento	Ferruccio Molinari 329 8031031 Aldo Bendotti 340 8770447
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	TREKKING IN GRECIA
Data	DA SABATO 4 A SABATO 11 OTTOBRE
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno Piazza del Mercato ore 6,45.
Coordinamento	CAI Berbenno 392 2821181 Giuseppe Pozzi 340 4084917 Dell'Oca Carlo 342 9210988
Info utili	Seguirà locandina su caiberbenno.eu.

META	SENTIERO DEL PANE
Data	DOMENICA 5 OTTOBRE
Percorrenza	3 ore
Difficoltà	E
Dislivello	350 m
Quota massima	800 m
<p>Da Tirano si prende la mulattiera che porta al borgo Roncaiola, da lì si imbecca il sentiero che porta, con piccoli sali e scendi a Baruffini, si scende verso valle</p>	
Attrezzatura	Da trekking
Ritrovo	Sede cai Tirano ore 9,00
Coordinamento	Tenni Massimo 392 0018372
Info utili	-

META	ANELLO VAL TORRONE VAL DI ZOCCA VALMASINO
Data	DOMENICA 5 OTTOBRE
Percorrenza	9 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1500 m
Quota massima	2510 m
<p>Dal parcheggio in Val di Mello e percorsa tutta la valle, risaliamo la Val Torrone coronata dalle sue magnifiche torri. Per sentiero Roma fino al Passo Torrone e Rif. Allievi con ritorno in Val di Mello.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno Piazza del Mercato ore 6,45.
Coordinamento	Fumasoni Arnaldo 393 5181860 Bertini Roberto 339 4828001 Meraviglia Sara 338 1624796
Info utili	Seguirà locandina su caiberbenno.eu Pranzo a sacco. Trasporto con mezzi propri.

META	FESTA DEL SENTIERO DEL SOLE (INTERSEZIONALE)
Data	DOMENICA 19 OTTOBRE
Percorrenza	4 ore (7 ore complessive)
Difficoltà	EE
Dislivello	600 m
Quota massima	1500 m Dalico
Festa Sentiero del Sole in collaborazione con CAI Ponte in Valtellina e CAI Teglio. Ritrovo a Campello in val Fontana presso il Rifugio degli Alpini Erler, dove sarà servito un pasto con prodotti tipici.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Ponte in Valtellina, P.zza Vittoria ore 8,00. Teglio, Piazza Sant'Eufemia ore 8,00.
Coordinamento	CAI Ponte: Alessandra Pedrucci 340 4020032 CAI Teglio: Gianluigi Martinelli 339 8573020
Info utili	Prenotazioni entro Giovedì 17 Ottobre.

META	VAL MASINO PREDA ROSSA, RIFUGIO PONTI
Data	MERCOLEDÌ 22 OTTOBRE
Percorrenza	4 ore
Difficoltà	E
Dislivello	600 m
Quota massima	2559 m
L'accesso in auto fino ai 2mila metri della piana ci porta subito a godere il refrigerio della quota, immersi in un ambiente di ricca vegetazione e di torrenti carichi del disgelo delle ricche neviccate di primavera. Siamo al cospetto del Monte Disgrazia dall'alto dei suoi 3678m e la valle è circondata da alte vette; qui si incontrano il granito del Masino e le serpentinita della Valmalenco, che fanno assumere alle pareti rocciose un colore rossastro che dà il nome Predarossa. Faremo un lungo anello percorrendo la Piana, solcata dalle spettacolari anse del fiume Duino che si snoda al suo interno come un gigantesco serpente. Risalendo arriviamo alla seconda piana, per proseguire fino dove la vegetazione svanisce e si passa nell'ambiente alpino di massi e morene ai cui piedi poggia il Rifugio Ponti a quota 2559m. Saliamo ammirando le vette, e riscendiamo ammirando lo spettacolo della piana ricca di verde e dei giochi d'acqua e del fiume.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Piazzale Rist. Baffo a Chiuro ore 7,30.
Coordinamento	Gianni Martinelli 339 8573020 Paolo Panizzolo 349 8302848 Fabrizio Cossi 329 8429096 In collaborazione con CAI Barlassina
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco o Rifugio.



CLUB ALPINO ITALIANO
TEGLIO
PONTE IN VALTELLINA



BERBENNO

META	GREENWAY DEL LAGO DI COMO
Data	DOMENICA 9 NOVEMBRE
Percorrenza	3 ore 30
Difficoltà	E
Dislivello	221 m – Km 11,2
Quota massima	276 m
La Greenway del Lago di Como, nota anche come Greenway del Lario, è un percorso che permette di scoprire una delle zone più suggestive del Lago di Como, attraverso i comuni di Colonno, Sala Comacina e Griante.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno Piazza del Mercato ore 7,30.
Coordinamento	Pozzi Giuseppe 340 4084917 Roberto Bertini 339 4828001
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco. Seguirà locandina su caiberbenno.eu



GIOVEDÌ e SABATO

[da **GIOVEDÌ 10 APRILE**
a **GIOVEDÌ 26 GIUGNO 2025**]

[da **GIOVEDÌ 11 SETTEMBRE**
a **GIOVEDÌ 30 OTTOBRE 2025**]

GIOVEDÌ alle ore 17.30
e al **SABATO alle ore 8.30**

Il CAI di Teglio e di Ponte in Valtellina

ORGANIZZANO

IL GIOVEDÌ E AL SABATO

Una camminata con bastoncini
per tutti gli iscritti al Club Alpino Italiano

PER I NON ISCRITTI:

Assicurazione obbligatoria di Euro 8,40.
La prenotazione entro il pomeriggio precedente
da versare il giorno della camminata.


PERCORSI di circa 2/3 ore, difficoltà T/E

ATTREZZATURA:

Scarpe da trekking, abbigliamento comodo e bastoncini
Il ritrovo ed i percorsi possono variare di volta in volta

INFO:

Erika 333 2360443 - Paolo 349 8302848



**SCUOLA DI ALPINISMO
E SCI ALPINISMO DELLA
PROVINCIA DI SONDRIO
"L. BOMBARDIERI"**

CORSO SCIALPINISMO BASE (SA1)

Il corso si rivolge a coloro che, disponendo di una sufficiente padronanza delle tecniche di discesa su pista, si accostano per la prima volta allo scialpinismo. Finalità del corso è l'acquisizione delle basi tecniche per affrontare la montagna con gli sci con la dovuta preparazione e la giusta consapevolezza dei rischi, senza trascurare gli aspetti ecologici e morali. Oltre all'apprendimento delle tecniche di salita e discesa "fuori pista", il corso comporta lo studio di nozioni teoriche che troveranno verifica nelle esercitazioni guidate da istruttori qualificati.

AMMISSIONE AL CORSO

Sarà effettuata tenuto conto anche di una uscita in pista per verificare l'equipaggiamento e la tecnica di discesa.

EQUIPAGGIAMENTO INDIVIDUALE

Sci muniti di attacchi da sci alpinismo, bastoncini, scarpioni, pelli in tessilfoca adesive, zaino, rampanti, unitamente ad abbigliamento idoneo alla montagna.

LEZIONI TEORICHE

Le lezioni teoriche si svolgeranno solitamente la sera dei venerdì precedenti le esercitazioni pratiche e tratteranno: materiale ed equipaggiamento, neve e valanghe, utilizzo apparecchio ARTVA, topografia e orientamento, meteorologia, preparazione della gita.

ESERCITAZIONI PRATICHE

Sei uscite la domenica con mete da stabilirsi in base alle condizioni niveo-meteo, una giornata di selezione in pista.

SEDE DEL CORSO:

CAI Valtellinese di Sondrio Via Trieste 27

Direttore: Mirko Salinetti

Vice Direttore: Gianpietro Bondiolotti

Segretaria: Silvia Della Marianna

DATE:

- 17/1 Presentazione corso, assicurazione Soci CAI, lezione: Materiale ed equipaggiamento
- 24/1 Lezione: nozioni di autosoccorso e tecnica di discesa
- 25/1 Salita e controllo attrezzatura, valutazione in discesa
- 31/1 Lezione: A.R.T.V.A. e autosoccorso
- 1/2 Prova pratica di ricerca con A.R.T.V.A.
- 2/2 1ª uscita
- 7/2 Lezione: neve e valanghe
- 9/2 2ª uscita
- 14/2 Lezione: primo soccorso, BLS e preparazione atletica
- 16/2 3ª uscita - Alta Valle: blocco di slittamento
- 21/2 Lezione: topografia e orientamento
- 22/2 Lezione: preparazione schizzo di rotta
- 23/2 4ª uscita: prova di orientamento e autosoccorso
- 28/2 Lezione: preparazione di una gita
- 2/3 5ª uscita
- 7/3 Lezione: Bidecalogo, cos'è il CAI
- 8/3 Lezione: meteorologia c/o Sezione CAI di Morbegno
- 9/3 6ª uscita
- 15/3 7ª uscita
- 23/3 Eventuale recupero

Il calendario del corso e le uscite pratiche potranno subire variazioni in base alle condizioni nivo-meteorologiche

LEZIONI TEORICHE

Materiali: Paolo Messina

Neve e valanghe: Carlotta Civera

Autosoccorso: Silvia Della Marianna, Abramo Civera

Tecnica di discesa: Abramo Civera

Topografia e orientamento: Mirko Salinetti

Primo soccorso: Luca Montagnini

Preparazione atletica: Luca Montagnini

Meteorologia: Riccardo Scotti

Preparazione di una gita: Ivan Simonini

2-SEDE DEL CORSO: MORBEGNO

Direttore Franco Scotti

3-SEDE DEL CORSO: VALDIDENTRO

Direttore Pietro Urbani (Vice Elio Franceschina)

4-SEDE DEL CORSO: CHIAVENNA

Direttore Emanuele Scaramellini

CORSO DI ALPINISMO (SONDRIO A1)

Direttore: Abramo Civera

Vice direttore: Walter Boscacci

Segreteria: Adele Cabello

Mail: scuolabombardieri@gmail.com

Sede CAI Valtellinese-Sondrio

Il corso ha lo scopo di fornire all'allievo che desidera praticare l'alpinismo un sicuro indirizzo tecnico ed infondergli quella fiducia in se stesso affinché possa affrontare preparato e cosciente le difficoltà e i pericoli della montagna.

LEZIONI TEORICHE

Materiali ed equipaggiamento, nodi e tecniche alpinistiche, storia dell'alpinismo, educazione alpinistica, topografia e orientamento, fisiologia e alimentazione, pronto soccorso, preparazione e condotta di una ascensione.

ESERCITAZIONI PRATICHE

Consistono in una serie di ascensioni-scuola in diverse zone delle Alpi, curando particolarmente gli aspetti riguardanti: tecnica di roccia e procedimento in cordata, tecnica di ghiaccio e procedimento in cordata, tecnica di soccorso e di autosoccorso.

CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA (MORBEGNO AL)

Il corso ha lo scopo di acquisire le tecniche di arrampicata sia in falesia (pareti naturali attrezzate per l'arrampicata sportiva) che su pareti artificiali. Le sei uscite avranno luogo la domenica con l'aggiunta di un sabato.

Direttore: Moreno Libera

Info: tel. 3331744905, moreno.libera@libero.it



SCUOLA DI ALPINISMO
GIOVANILE DELLA PROVINCIA DI SONDRIO
"LUIGI BOMBARDIERI NICOLA MARTELLI"

Direttore: Massimo Gualzetti - Vice Direttore: Giorgio Baltramini
Segretario: Valeria Balzarolo
scuolagsondrio@gmail.com
www.alpinismogiovanile.jomdoweb.com)



Cresta Cermenati al Resegone.

SCUOLA DI ALPINISMO GIOVANILE

L. BOMBARDIERI - N. MARTELLI

PROGRAMMA ATTIVITÀ - 2025



- | | |
|----------------|---|
| 16 MARZO | COLMEN DI DAZIO - "Osservazioni geologiche" |
| 30 MARZO | META DA DEFINIRE - "Attività in ambiente innevato" |
| 13 APRILE | VALMADRERA - <i>Sentiero delle Vasche</i> - "Il lavoro dell'acqua" |
| 26 APRILE | PARCO BARTESAGHI - "Cicloescursionismo: verifica materiali" |
| 27 APRILE | CICLABILE DELL'ADDA - LECCO - "Escursione in bicicletta" |
| 11 MAGGIO | VAL FABILO - "Fioriture di primavera" |
| 25 MAGGIO | VAL ZEBRÙ - ALPE SOLAZ - "Il parco dello Stelvio" |
| 8 GIUGNO | MONTI BRIONE e CALIGHÈ - "Le cime telline" |
| 15 GIUGNO | RIFUGIO MENAGGIO-MONTE GRONA - "Panorami lacustri" |
| 29 GIUGNO | VAL BELVISO - LAGHI DI TORENA - "I resti della storia" |
| 11 e 12 LUGLIO | RIFUGIO BOSIO - SASSO BIANCO - "Vita in rifugio" |
| 27 LUGLIO | DECAUVILLE ARNOSA-CANCANO - "Escursione in bicicletta" |
| 28 AGOSTO | S. CATERINA - MONTE SOBRETTA - "La vetta" |
| 14 SETTEMBRE | S. BERNARDO - CAPANNA VETTA DI RHON -
"Sulle vie della transumanza" |
| 12 OTTOBRE | META DA DEFINIRE - "Giornata A.G. senza frontiere" |
| 19 OTTOBRE | PALESTRA SASSELLA - PARCO BARTESAGHI
"Arrampicorientarsi" |

Informazioni presso: <http://alpinismogiovanilesajomdoweb.com> - scuolagsondrio@gmail.com

Sede della Scuola: CAI Valtellinese (0342 24300) e sedi CAI Valmalenco (0345 1765572) CAI Morbegno (0342 68003)

PULIZIA SENTIERI:

Si invitano i soci della sezione e delle sottosezioni a partecipare attivamente alle iniziative di recupero e di manutenzione dei sentieri in particolare il giorno 25 maggio giornata nazionale della sentieristica

SERATA DEGLI AUGURI

23 dicembre Canti - Falò - Ristoro - Arrampicata...in città. Con la presenza di tutti i gruppi sezionali del CAI Valtellinese.

Coordinamento: Camillo Della Vedova, Abramo e Carlotta Civera, Silvia Della Marianna, Ivan Simonini, Mirko Ferrari

CORO CAI SONDRIO

Direttore: Michele Franzina **Segretario:** Agostino Scarinzi
Attività corale a richiesta - Serata degli auguri natalizi

CORO CAI FEMMINILE

Il coro CAI femminile ha iniziato le prove nel mese di giugno 2018. Le donne interessate a farne parte sono invitate a contattare: Enrico Pelucchi in sede CAI o telefonicamente 3804912443; Donatella Stella, tel. 342514693.

Direttore: Michele Franzina

COORDINAMENTO DELLE SEZIONI E DELLE SOTTOSEZIONI DELLA PROVINCIA DI SONDRIO

Fanno parte del coordinamento, costituitosi ufficialmente nel 1996, tutte le sezioni e sottosezioni del CAI della provincia di Sondrio.

Sezioni: Livigno, Bormio, Valfurva, Sondalo, Aprica, Sondrio, Valmalenco, Morbegno, Novate Mezzola, Chiavenna, Medesimo.

Sottosezioni di Sondrio: Tirano, Ponte in Valtellina, Berbenno, Valdidentro, Teglio.

ISCRIZIONE AL CAI VALTELLINESE

Le iscrizioni e i rinnovi per l'anno 2025 si terranno presso la nostra sede.

Il martedì e il venerdì dalle ore 21 alle ore 22,30

SOCIO ORDINARIO

(età maggiore di 25 anni) **Euro 55,00**

SOCIO ORDINARIO JUNIOR

(età compresa tra i 18 e i 25 anni) **Euro 30,00**

SOCIO FAMILIARE

(componenti del nucleo familiare di un socio ordinario, con esso convivente e maggiore di 25 anni) **Euro 30,00**

SOCIO GIOVANE *(età minore di 18 anni)* **Euro 18,00**

SECONDO *(e ulteriori) socio giovane appartenente ad un gruppo familiare in cui sia presente un socio ordinario* **Euro 9,00**

COSTO DI UNA NUOVA ISCRIZIONE

(per costo nuova tessera) **Euro 6,00**

Programma 2025 approvato dal Consiglio Direttivo del CAI







Informazioni pubblicitarie con finalità promozionali. Per le condizioni contrattuali si rinvia ai Fogli informativi disponibili presso i nostri sportelli e sul sito internet <https://www.popsa.it>.

next

i nostri prodotti sostenibili

Ogni viaggio inizia dalla determinazione e dal coraggio di compiere il primo passo. Con responsabilità abbiamo scelto di intraprendere un percorso di cambiamento, al fianco dei nostri clienti, con l'obiettivo di contribuire a un futuro migliore.

**Scopri in filiale
i nostri prodotti sostenibili
per i privati e le imprese.**



Banca Popolare di Sondrio

FONDATA NEL 1871