

il monte massone



NOTIZIARIO DEL CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI GRAVELLONA TOCE
ANNO XIV - numero 16 - GIUGNO 2010

Bilancio del presidente (ad un anno dalla sua carica)

Quest'anno di presidenza è stato un anno di proficua attività per la nostra sezione, un anno intenso di appuntamenti e impegni tutti determinati a favorire una crescita di dialogo e d'interazione tra il Cai, le istituzioni e i soci, promuovendo, all'interno del sodalizio, relazioni e iniziative comuni, utilizzando le esperienze e le competenze maturate per una più efficace realizzazione delle finalità istitutive.

Una strategia rivolta a una migliore coesione interna e contemporaneamente proiettata all'esterno verso enti, istituzioni e soci.

E' risultato necessario ripensare e riallineare l'immagine del CAI, in considerazione delle mutate esigenze sociali e della crescente convergenza d'interessi e azioni in montagna.

Il CAI non è recepito all'esterno con un'immagine unica, riconosciuta ed efficace, in grado di avvicinare e convincere; deve emergere con maggiore chiarezza la consistenza, la qualità e la validità delle proposte del CAI, che dal 1863 si interessa di montagna con iniziative di insegnamento e di esempio.

Questo è stato anche un anno di rinnovo ai vertici del sodalizio, Annibale Salsa ha ultimato i due mandati come Presidente Nazionale e, nella giornata del 23 maggio a Riva Del Garda, i 458 delegati CAI hanno espresso consenso favorevole alla candidatura del socio Umberto Martini. Oltre all'elezione del nuovo Presidente Generale hanno votato per la carica di Vice Presidente Generale Ettore Borsetti.

Con queste parole, Umberto Martini, ha commentato la sua elezione a Presidente Generale del Club Alpino Italiano:

"Lavorerò con il mio stile in continuità con la Presidenza che oggi termina il suo mandato. Consulterò chi ha lavorato prima di me perché ogni competenza è per me un valore aggiunto.

Spero di contribuire con la mia visione a proseguire la missione del Sodalizio e alla promozione dei valori che lo sostengono nella sua opera di sentinella della Montagna"

Un caloroso grazie mi sento di esprimere al carissimo prof. Annibale Salsa, che in questi anni di presidenza ci ha abituato a un rapporto alla pari oserei dire tra colleghi, la sua capacità di relazionarsi ci ha contagiato e ha certamente contribuito affinché il Club Alpino Italiano ridiventasse quell'istituzione che i nostri padri fondatori avevano tracciato. Una grande vera famiglia.

Mai come negli ultimi anni l'alpinismo è stato al centro di così tante polemiche a causa dei numerosi sacrifici in termini di vite umane. La montagna se affrontata con leggerezza e superficialità non perdona! Ma nulla può paragonarsi al senso di infinito e di libertà che si prova in cima a una vetta, dopo ore o giorni di fatica, con il desiderio di spingersi oltre i propri limiti e di sentirsi anche solo per un istante invincibili e forse più vicini all'assoluto.

L'alpinismo è uno sport completo, un mix di amore per la montagna e la natura e di preparazione tecnica, di sacrificio e piena consapevolezza di sé. E' uno dei pochi sport in cui l'uomo è solo, in balia degli eventi e degli agenti atmosferici, aiutato da pochi attrezzi, una corda, una piccozza, un moschettone, degli scarponi; l'unico sport nel quale ci si può sentire infinitamente piccoli di fronte all'universo e allo stesso tempo grandi e potenti, con il mondo disteso ai propri piedi.

Bruno Migliorati

"La mia vita in montagna e la mia azione sono indissociabili dalla fede. Sono profondamente credente. Non faccio del proselitismo, né vedo nella montagna un luogo che avvicina a Dio. E' soltanto un luogo abitato dalla bellezza del mondo e dalla luce dell'altitudine".

(Patrick Gabarou)

TREKKING IN UMBRIA 30 APRILE / 1-2-3 MAGGIO 2010

Partecipanti : 56

L'ulivo con i suoi rami contorti e la chioma verde-argentea è il mio albero preferito perciò non potevo perdermi questo viaggio in Umbria dove, al fascino di una natura meravigliosa si aggiunge la bellezza di casolari, rocche, castelli, cinte murarie, torri, palazzi, chiese e monasteri; profumi perciò di fiori e campagna ma anche presenza di un passato glorioso ed un certo misticismo nell'aria: orme di cavalli, cavalieri e tracce di pittori e di santi. Abbiamo seguito infatti "un itinerario francescano per riscoprire uno splendido medioevo" come lo ha definito nel suo libro Fabrizio, la nostra guida del CAI di Foligno.

segue a pag. 8



Assemblea Generale 2010

Si è svolta lo scorso 26 marzo, presso la Sede Sociale di Via Molino 17, l'Assemblea dei Soci della nostra Sezione.

L'ordine del giorno prevedeva essenzialmente l'approvazione del Bilancio Consuntivo per l'anno 2009 e Preventivo per l'anno 2010, la relazione del Presidente circa l'attività sezionale svolta oltre alla ratifica della modifica allo Statuto prevista dalla Sede Centrale e alla nomina del Delegato Sezionale elettivo.

L'Assemblea, validamente costituita e presieduta dal socio Giovanni Galli, ha approvato il verbale dell'Assemblea ordinaria del 13 marzo 2009.

Il Presidente della Sezione Bruno Migliorati ha illustrato l'attività sociale elencando le manifestazioni effettuate, di cui si riporta un riassunto.

- CORSO DI GINNASTICA PRESCIISTICA
- GITA SCIISTICA A LA THUILE (AO)
- GITA ALPINISTICA POINTE DE BRICOLA (3.658 mt)
Canton Vallese
- GITE ESCURSIONISTICHE :
Trekking in Liguria
in collaborazione con il Cai Omegna
Giro Colloro / Pizzo Proman
Visita al Santuario di Crea
(sostituisce la gita in Liguria per maltempo)
Giro attorno al Galehorn
Sassolungo (Dolomiti)
in collaborazione con il Cai Omegna
Traversata Devero / Binn
"I grandi pascoli della Valle Antrona"
(gita intersezionale)
Anello Alpe Loccia / Cortevocchio
Lago Panelatte / Forcola Larecchio

Nell'ambito della Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo "Moriggia Combi e Lanza"

- CORSO DI SCIALPINISMO AVANZATO (SA2)
- CORSO DI ARRAMPICATA DI BASE (AR1)

Attività Sezionali varie :

- Prima edizione Memorial Giacomo Priotto
- Festa dell'Alpe a Cortevocchio
- Castagnata
- Incontro Genti del Mottarone
- Cena Sociale

- Inaugurazione della Nuova Sede con consegna Aquile d'Oro
- Partecipazione alla manifestazione "Ottobre Culturale Gravellonese"
- Pubblicazione di due numeri del notiziario sezionale "Il Monte Massone"
- Attività in collaborazione con le Scuole Elementari di Gravellona Toce
- Passeggiate escursionistiche in collaborazione con l'Oratorio di San Pietro durante il GREST estivo
- Lavori e miglione al rifugio Brusa Perona Renato all'Alpe Cortevocchio
- Serate Culturali presso la Sede sociale
- Corso per l'avvicinamento e il corretto uso del GPS in montagna

L'Assemblea è proseguita con l'approvazione del Bilancio Consuntivo 2009 e del Bilancio Preventivo 2010, esposti dal Tesoriere della Sezione Mauro Viaretti, la ratifica della variazione dello Statuto (art. 16) come indicato dalla Sede Centrale volta ad aggiungere tra i compiti dell'Assemblea dei Soci quello di "stabilire in occasione di ogni rinnovo del Comitato Direttivo il numero di componenti del Comitato Direttivo stesso che può variare da 11 a 18 unità" ed è stato nominato a Delegato Elettivo il vice-presidente Iginio Bertinotti che affiancherà il Delegato di Diritto Bruno Migliorati (Presidente).

Inoltre viene illustrata all'assemblea l'intenzione di procedere con le pratiche per il conseguimento della Personalità Giuridica, viene ratificata la quota bollini anno 2010, viene conferito al Presidente il mandato per l'accettazione di nuovi Soci che ne facciano richiesta e viene eletto nuovo consigliere il socio Alberto Savia a seguito delle dimissioni dal Consiglio Direttivo dei soci Sergio Girardi e Mauro Mazzucchelli.

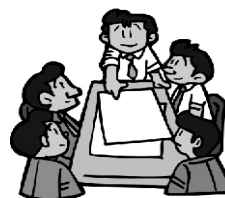
Per quanto al rifugio viene confermato l'affidamento della gestione al socio Gabriele Moroni.

Viene segnalato, infine, che il socio Matteo Ruffin ha conseguito il titolo di Guida Alpina, la socia Stefania Bertolasi ha conseguito il titolo di Accompagnatore di Escursionismo del Club Alpino Italiano e che i soci Tino Pedolazzi, Alfio Montanari e Maurizia Camona sono stati proposti per il titolo di Accompagnatori Sezionali del Club Alpino Italiano.

FLUSSI DI CASSA 2009

Attività	Totale Uscite	Totale entrate	Saldo attività
Rifugio	2.841,48	3.739,00	897,52
Tesseramento	8.121,03	11.529,42	3.408,39
Sci Alpino e Corso di Sci	1.110,40	1.350,00	239,60
Ginnastica Presciistica	0,00	1.325,00	1.325,00
Escursionismo	252,00	1.207,00	955,00
Alpinismo e Scialpinismo	90,35	0,00	-90,35
Castagnata	0,00	845,00	845,00
Cena di Natale	0,00	80,00	80,00
Scuola Intersez. **	300,00	1.144,00	844,00
Monte Massone	162,00	0,00	-162,00
Memorial Priotto	4.644,53	7.099,00	2.454,47
Sentieristica	0,00	1.992,00	1.992,00
Gestione sede e segreteria	13.919,98	2.604,62	-11.315,36
Risultato Attività 2009	31.441,77	32.915,04	1.473,27

** Rimborso acquisti fatturati da Sede Centrale



Cai Gravellona Toce
Via Molino 17
28883 Gravellona Toce (vb)

Apertura sede :
Venerdì dalle ore 21

E-mail:
cai.gravellona@libero.it
maurizia.camona@alice.it
niky.bs@libero.it

CORSO DI SCI 2010

Dopo quattro anni di inattività, quest'anno siamo riusciti a riprendere il Corso di sci di discesa sulle nevi del Mottarone. Per la verità si è trattato di un esperimento, riuscito a metà. Vuoi per la crisi economica, vuoi che ci siamo mossi in ritardo, il corso si è svolto sottotono con un modesto numero di partecipanti: 12 allievi. Meglio di niente, ma avevamo qualche aspettativa maggiore.

Complice del ritardo nella affissione dei manifesti è stata l'altalena di possibilità/impossibilità di usufruire della funivia Stresa - Mottarone per il trasporto dei partecipanti, evitando così di muovere le auto e che noi consideravamo come punto di forza della nostra offerta. Fino all'ultimo avevamo avuto delle informazioni, da parte del gestore dell'impianto, che la funivia avrebbe ripreso a funzionare.

Alla fine, di fronte a questa incertezza, abbiamo dovuto adottare la soluzione del trasporto con auto propria, uscendo con i manifesti all'ultimo momento. Riprendere a effettuare il Corso era per noi importante, soprattutto per invertire un ciclo negativo che ci aveva portato dall'aver 41 partecipanti nel 2005 a pochissimi iscritti nel 2006 e nel 2007 e che aveva portato alla scelta di interrompere l'iniziativa.

Le quattro lezioni, svoltesi nei sabati 16- 23- 30 gennaio- 6 febbraio (la prima uscita, programmata per il 9 gennaio, è stata posticipata di una settimana a causa di un guasto elettrico che ha coinvolto gli impianti di risalita), si sono svolte regolarmente, con un modesto tasso di assenze peraltro e tutte dovute a tipiche malattie di stagione. I partecipanti hanno raggiunto tutti gli obiettivi prefissati, con ottima soddisfazione per gli allievi che hanno ricevuto i complimenti dei maestri per il loro impegno. La consegna degli attestati si è svolta venerdì 19 febbraio con un rinfresco aperto, oltre che agli allievi e ai loro famigliari, anche a tutti i Soci. Ai premiati è stato consegnato anche un video con una raccolta di foto del Corso.

Per il prossimo anno c'è l'intenzione di promuovere per tempo l'iniziativa presentandola ai ragazzi delle scuole, perché riteniamo che la pratica di questo sport da parte dei giovani rappresenta, oltre ad un beneficio per la salute, un momento di aggregazione e di amicizia.

Tino Pedolazzi



La speleologia....questa sconosciuta !!

Stefania Bertolasi

Il mondo "sotto" mi ha sempre affascinato e preso il coraggio a due mani mi sono iscritta ad uno Stage di Avvicinamento alla Speleologia.

Un sabato pomeriggio di manovre, un assaggio veloce di grotta a Sambughetto in Valle Strona e siamo pronti per affrontare la grotta di S. Martino nel Varesotto, arriviamo sul posto alle 10,00 e inizia la vestizione, vestiti caldi sotto e una bellissima tuta da meccanico blu sopra, imbrago, cordini, discensore, pedale, croll, maniglia, moschettoni, caschetto, frontalepile di scorta DOPPIE ..non si sa mai!

Lia e Gianni entrano ad armare la grotta, noi "allievi" aspettiamo il via libera e poi entriamo ognuno seguito dal suo istruttore personale.

Si entra alle 11... l'uscita è prevista per le 19-20...

L'ingresso è ampio, per intenderci si sta in piedi, i primi passaggi sono comodi...si fa per dire, poi lo "SCIVOLO" dove devi sdraiarti e lasciarti scivolare, assicurata naturalmente! Ed ecco il primo pozzo ossia la prima calata, 5/6 metri, incasino un pochino le corde ma Deborah mi aiuta e sistemiamo il tutto. Si riprende il cammino in orizzontale poi la via scende, si stringe ... TROPPO ... si inizia a dover adattare il corpo alle varie forme della roccia e a fare peripezie per riuscire a disincastarsi nei passaggi stretti dove se hai la pancia sei rovinato!

....bello..inizio a sporcarmi sul serio, prendo testate

ovunque, la mappa dei lividi è devastante ...ma mi diverto, ho preso confidenza con il chiuso, con il buio, con le corde piene di fango, c'è un altro pozzo, poi un salto, un numero da circo per non cadere in una pozzanghera, un'altra calata e dopo due ore pausa pranzo! Pane e salame a -100 mt dall'ingresso della grotta, due ore di discesa e ora si torna, gli istruttori prevedono in salita il doppio del tempo ma noi allievi li stupiamo con effetti speciali, siamo contenti, risaliamo i pozzi con disinvoltura, ormai non c'è più paura, si ESCE, paradossalmente diventa tutto più semplice, si ride, si scherza.....bell'ambientino la GROTTA!!

Arrivo all'ultimo pozzo ma dopo c'è lo scivolo che da fare in salita è devastante, sono stanca e faccio una fatica immensa, largo neanche un metro, alto neanche 60 cm, mi sono trascinata fuori a modi "lombrico", il male lo sentivo dappertutto però sono fuori ... è bello rivedere la luce!

Grazie al Gruppo Grotte del Cai di Novara, grazie a Paolo, Filippo, Debby, Gianni, Valeria.

Grazie ai miei compagni, Juri, Stefano e Luca...i minatori!

Bello, interessante, affascinante, diverso.....adrenalifico! Grazie a Lia che "gentilmente" mi ha detto...

IL TUO DESTINO E' SOTTO TERRA!!

ANDARE ALL'ARRAFF

(La borsanera)

Durante gli anni 1941-42 la situazione alimentare subisce una drammatica svolta. La morsa della guerra si fa sentire : in tutta Italia i primi sintomi della crisi economica che sta investendo il Paese, si ravvisa dalla scarsità di generi alimentari e dall'aumento dei prezzi. Si arriva al contingentamento delle merci ed al suo razionamento con conseguente introduzione della "carta annonaria". Questa tessera, nominativa, permette in date prestabilite di recarsi dal negoziante per la prenotazione dei generi alimentari. Questi stacca la cedola di prenotazione apponendo la propria firma e, in una o due trance, si può prelevare la merce prenotata. Visto che i prezzi variano di mese in mese è uso comune prelevare tutto quanto sia possibile in un'unica soluzione. Le date di prenotazione e ritiro dei generi alimentari vengono annunciate tramite manifesti o trafiletti sui giornali.



File davanti al forno per il pane

"Nel mese di gennaio del 1940 si raziona lo zucchero (500 gr. a persona al mese), a maggio dello stesso anno caffè e sapone; nei mesi successivi i produttori e commercianti sono obbligati a dichiarare la quantità prodotta di lardo, olio di oliva, formaggio grana. Ci sono restrizioni sull'olio e sul burro (500 gr. mensili di burro o strutto o lardo). Anche il latte è presto sottoposto a restrizione (tranne che per bambini e ammalati).

I detentori di suini devono dichiarare il numero di animali in loro possesso, escluso due per il fabbisogno familiare e entro la fine dell'anno i contadini sono costretti a consegnare quasi tutti i

prodotti all'ammasso. Gli allevatori di bovini devono portare all'ammasso il 30% di ciò che eccede i 180 kg a capo per destinarlo alle forze armate e alla popolazione civile. Si regola la vendita della carne e la distribuzione è prevista esclusivamente nei giorni di sabato e domenica, per le frattaglie invece nei giorni di lunedì, martedì e mercoledì. Gli ospedali possono reperire giornalmente la carne solo per la metà dei degenti (considerando che l'altra metà deve attenersi a un basso regime di dieta). I panettieri possono produrre pane utilizzando l'aggiunta del 20% di patate, ma poi un'ordinanza lo raziona ancor più: la razione giornaliera per famiglia passa a 200 gr. (o 170 gr. di farina di grano o 300 di farina di granoturco). Pene esemplari sono comminate ad esercenti che truffano o sottraggono beni per rivenderli al nascente mercato nero".



Acquisto con la tessera annonaria

Nonostante gli sforzi delle autorità le vie del mercato nero si vanno ormai definendo. Si instaura la cosiddetta pratica dell'*arraff*, in gergo il "trafficare arraffando" alla borsa nera. Si scende nella Bassa Novarese, saltando gli intermediari contattando direttamente i produttori, che hanno accantonato una parte di quella produzione che avrebbero dovuto consegnare all'ammasso. Si parte a notte fonda in bicicletta e si percorrono dagli ottanta ai cento chilometri per viaggio, tra andata e ritorno, cercando nelle cascine della pianura riso, patate, uova, pollame. I viaggi sono rischiosi. Si torna la notte successiva, cercando di evitare le numerose pattuglie dei carabinieri che controllano le vie principali. "La Benemerita sequestra tutto quello che riesce a scovare, ma quando va bene si torna a casa con 20-25 kg di merci a testa".



Arrivo in cascina

Le mete più note sono paesi quali Mezzomerico, Bellinzago, Suno, Briona, Lenta, Buronzo, Fara, Ghemme, Rovasenda insieme ad altri centri agricoli posti tra le grandi città di Novara e Vercelli. Spesso però ci si sposta in treno, mezzo più veloce anche se più rischioso e controllato ma, d'altronde, bisogna fare i conti con la concorrenza che affluisce numerosa nella zona del riso. Ma se per il riso ed altri beni quali verdura, uova, latte, è possibile compiere il porta a porta tra le cascine della bassa, per prodotti come la carne l'iniziativa è ancora in mano ai grossisti ed ai macellai, che gestiscono un traffico clandestino meglio organizzato con propri magazzini e punti vendita. "Nel gennaio '42 viene scoperto un traffico di maiali gestito da nove persone che macellavano i suini e ne confezionavano le carni clandestinamente. I salumi venivano poi venduti a 24 lire al kg, praticamente tre volte il loro prezzo ufficiale".

Con la fine del conflitto ricompaiono sul mercato i generi di prima necessità e quindi il fenomeno della borsanera si esaurisce. Nel frattempo però una serie di persone si è arricchita alle spalle degli affamati.

Tino Pedolazzi

Bibliografia : Luca Perrone -Varallo: gli anni di guerra 1941-42 -"l'impegno", a. XXIV, n. 2, dicembre 2004 © Istituto per la storia della Resistenza e della società contemporanea nelle province di Biella e Vercelli.

La Commissione Escursionismo delle Sezioni Est Monterosa ha proposto quest'anno, come tema comune, "Le vie del contrabbando e della borsanera". Il nostro territorio, non essendo zona di confine, non è mai stato interessato al contrabbando degli "spalloni". Ha visto invece praticare, limitatamente al periodo della guerra, una attività di borsanera (in dialetto "arraff") praticata non specificatamente in loco ma spostandosi nelle zone agricole del Basso Novarese. Con l'escursione cicloturistica nell'Est Sesia abbiamo voluto ripercorrere idealmente quelle vie battute dai nostri genitori, che lo facevano non certamente per divertimento ma per procurarsi quei beni primari necessari alla sopravvivenza delle loro famiglie.

Sulle vie della borsanera Cicloturistica nella Bassa Novarese

Un tempo incerto ha accompagnato l'escursione in bicicletta organizzata per quest'anno in zone inedite per gente abituata a calcare sentieri di montagna.

Sabato 17 aprile infatti, di buon mattino, caricate le bici sul furgone a Gravellona ci siamo diretti verso la pianura tra Novara ed il fiume Sesia. Poco fuori della città di Novara, scaricate le bici in un punto della ciclabile rinnovata sul canale Cavour, è iniziata l'avventura. Sulla pista, parallela all'imponente e storico canale, abbiamo raggiunto l'ingegnosa intersezione del canale stesso col fiume Sesia dove abbiamo effettuato la prima sosta al 15° km circa. Dopo un assaggio della natura incontaminata del Parco delle Lame del Sesia, eccoci nel territorio di San Nazzaro Sesia dove, tra piane di risaie in fase di allagamento e strade sterrate abbiamo raggiunto il grazioso santuario della Madonna della Fontana ed il magnifico complesso abbaziale all'interno del paese con la favolosa chiesa fortificata e l'altrettanto straordinario chiostro. A detta di tutti una visita più che opportuna a questi tesori così poco conosciuti tra le risaie del novarese.

Non è mancato anche un succulento pasto con prodotti tipici della zona quali la "paniscia" e salumi e affettati della tradizione il tutto condito da un'ottima accoglienza da parte dei ristoratori: forse il clima di famiglia o forse il vino così genuino ha causato un'uscita in scioltezza dal locale con calorosi saluti e complimenti ma con il rischio di una clamorosa ripartenza senza il pagamento della quota. Nessun problema: con la medesima scioltezza dell'uscita il presidente rientrando ha rimediato con eleganza.

Attraversato l'antico ricetta del paese di Recetto, costeggiando poi un altro canale molto meno nobile del Cavour, giunti a Vicolungo abbiamo potuto ammirare il castello degli Sforza per poi soffermarci un po' più a lungo nell'abitato di Mandello Vitta a riscoprire un po' di storia dell'antico borgo franco con la sua alta e suggestiva torre di difesa e la chiesa parrocchiale, un bel romanico tutto restaurato esternamente ed internamente. A seguire un saluto doveroso alla sorprendente nonna novantasettenne del don (Massimo, n.d.r.), nativo di questo borgo.

Ripartiti con un vento fresco e nubi minacciose eccoci al castello grandioso voluto dalla famiglia Caccia da Mandello a Castellazzo; sotto qualche goccia di pioggia, ultima sosta ristoratrice presso il circolo di Casaleggio e poi via verso la Cascina Colombare dove, festosamente accolti dal piccolo e vispo figlio del padrone, ci siamo aggiornati sui sistemi della coltivazione del riso e sui macchinari utilizzati per la stessa. Dopo qualche acquisto di

sacchetti di riso eccoci arrivare, ormai quasi al tramonto, al luogo di partenza stanchi, per i circa 60 km percorsi, ma felici per aver trascorso una giornata in amicizia e allegria tra "canali d'irrigazione, castelli, abbazie e paesaggi suggestivi delle terre novaresi dell'Est Sesia" come titolava alla lettera il sintetico opuscolo preparato per la bicicletata.

Nella consapevolezza di aver trascorso una giornata a arricchente e serena ci siamo salutati col desiderio di incontrarci di nuovo per un'altra avventura insieme in sincera amicizia.



Il gruppo alla partenza

Don Massimo - Viceparroco

Bilancio positivo per il corso di ginnastica pre - sciistica

Venerdì 22 maggio, i soci CAI partecipanti al corso 2009/2010 di ginnastica pre-sciistica, organizzato dalla sezione di Gravellona Toce, si sono ritrovati al ristorante "La Tavernella" di Oira per salutarsi e darsi appuntamento per il prossimo ottobre.

Come succede ormai da tempo, le lezioni anche quest'anno si erano svolte nella palestra della Scuola Media "Galileo Galilei", nei giorni di lunedì, dalle 19,00 alle 20,00, e di giovedì, dalle 19,30 alle 20,30 - da ottobre a marzo, con un prolungamento in aprile.

L'esperto istruttore, il socio cai Gianni Rossi, conoscendo da tempo la maggioranza dei corsisti (circa 40 nel periodo centrale), ha modulato le sue lezioni sulle esigenze di persone adulte, riuscendo pure ad individualizzare, se necessario, gli esercizi per chi è affetto, anche episodicamente, da dolori a spalle, schiena, ginocchia.

Per tutti, comunque, il lavoro, graduale, mirava al raggiungimento di scioltezza, potenziamento, flessibilità di muscoli e articolazioni, per affrontare efficacemente le piste da sci e i sentieri escursionistici; ma non solo.

Non tutti i partecipanti frequentano assiduamente la montagna; alcuni amano semplicemente il movimento e desiderano mantenersi in forma, svolgendo un'attività in compagnia. Uno degli aspetti importanti è infatti la socializzazione: la corsa, i salti, gli esercizi a terra, quelli con la palla, il rilassamento, tutto diventava più piacevole insieme agli altri. Chissà perché, ma un pò di fiato per quattro chiacchiere (bisbigliate, ovviamente!) rimaneva anche nei momenti di attività piuttosto intensa. C'erano da



commentare i risultati delle partite di calcio (al lunedì) e le ultime notizie di politica e di cronaca; inoltre bisognava scambiare informazioni su famiglia, gite già fatte e prossime, problemi di lavoro, pettegolezzi di natura varia. Il clima in palestra è stato di complicità e amicizia.

A proposito di amici, quest'anno si è dovuta registrare nel gruppo una perdita gravissima: Pierdante, uno dei più assidui frequentatori del corso, è improvvisamente deceduto, lasciando la sua cara Anna nel dolore e tutti i suoi conoscenti nell'incredulità e nella costernazione.

Nessuno, tra coloro che hanno condiviso con lui tanti momenti piacevoli, dimenticherà la sua simpatia, la sua loquacità, la sua voglia di stare in compagnia: "Ciao, Pierdante."

Miriam Pedolazzi

Ricordo di PIERDANTE

Pierdante non è più con noi, ma non è possibile. Siamo increduli, sbigottiti. La sua presenza è accanto a noi quasi palpabile, in ogni angolo della montagna, sul pendio nevoso, sulla sponda di un lago alpino.

Il suo sorriso ci rincuora, il suo canto ci segue, la sua battuta scherzosa ci rassicura. E' l'amico di sempre, il compagno fidato: sei triste ti risolveva, sei stanco ti consola.

E' il libro aperto che disarma, è la giovinezza che ti sorride.

Il suo sguardo ti dice: "ascoltate le piccole cose della vita con le sue gioie e le sue vittorie. Non ti abbattere; non ti abbattere, vai avanti non sei solo, ci sono io, posso aiutarti".

Così lo ricordiamo, al presente non al passato.

Noi possiamo invecchiare, Pierdante no, è il nostro eterno amico giovane che ci segue ancora con la sua disarmante ironia.

Grazie di esserci stato amico e confidente per tutta la vita...

Ora siamo più soli.

Claudio e Laura Dellavedova

Generazioni a confronto

(Ovvero meno male che il mondo gira da solo)

Ah! I giovani del giorno d'oggi! Ho un bambino di sei anni e come tutti i bambini di sei anni vive giocando buona parte delle sue giornate. E' naturale, tutti abbiamo avuto la sua bella età e adesso che siamo immersi solo nelle faccende più serie guardiamo con nostalgia a quel periodo.

Mio figlio si diverte da matti a giocare con dei mostriciattoli che hanno un'isola di plastica come regno. Ieri lo guardavo mentre conduceva un attacco tra due contendenti e gli ho chiesto : "ma quell'isola lì è l'isola d'Elba?" No! mi ha risposto lui scandalizzato è Sgorb!

A momenti mi cappotto...Sgorb? Gli era venuta così male al disegnatore da meritare quel nome? L'avranno poi messo in mobilità?

Sull'isola finta ci sono delle montagne, finte pure quelle, con tanto di vette innevate e precipizi.

"Guarda un pò" dico al giocatore "queste montagne sembrano un po' ai Mischabel".

Mi guarda come quando gli dico che è ora di andare a dormire

"Beh, anche ai Corni di Nibbio"..un po' rilancio con la vana speranza di accendere un collegamento con le montagne che si vedono da casa nostra.

"Non so però li ci vive l'Electricante" e via che parte a descrivere con particolari tecnici il mostriciattolo elettrico, una specie di Giove saettante made in China.

Lascio il giocatore ai suoi piani di battaglia e vado a preparare lo zaino per domani. C'è ancora la roba da scalata dell'ultima volta, scarpette, magnesite. Erano servite per salire Introspezione Elettrostatica a Finale, in una bella giornata, anche se un po' freddina. Avevamo salito anche Acciuga Epilettica e poi dei monotiri, Spit Surf, Mazz Art e Belin Statique.

Ma adesso devo togliere gli attrezzi da roccia per infilarci viti da ghiaccio e ramponi. Domani si va in Val d'Aosta, ci aspetta una cascata bella e difficile, Heimdall il dio bianco!

Cacchio, però! Sull'isola di plastica di mio figlio questi nomi starebbero proprio bene.

Mi stavo dimenticando il casco e questo mi fa riflettere: un'attività seria come l'alpinismo non lascia spazio a distrazioni!

Non siamo mica qui a giocare!

Giuseppe Burlone

Guida Alpina dal 1996.

A Gravellona dal 1997, marito della vostra associata Silvia e papà di Marta e Mario, mi sono appassionato alle montagne già da piccolo grazie alla mia famiglia e continuo a trovare nuovi stimoli e grandi soddisfazioni nel gioco sempre diverso dell'andare per montagne, in tutte le stagioni.

Tra le mie salite più importanti mi piace ricordare Buon Compleanno, la prima cascata di ghiaccio dell'Ossola a meritare il grado 6.

Ma le montagne una volta salite bisogna anche scenderle ed allora nel 1996, il 25 aprile, accompagnando Gianluca sono stato la prima Guida Alpina a scendere la parete Est della Zumstein e il Canalone Marinelli con gli sci.

E adesso che lo sci ripido si chiama free ride, il torrentismo canyoning, l'arrampicata free climbing ecc ... meno male che il Monte Rosa è sempre lui e la curiosità di frequentarlo si rinnova ad ogni stagione!



PER MARISA E STEFANO

Un fiore reciso, un filo spezzato, una vita stroncata prima che fosse sbocciata.

Volo breve di farfalla che ha smesso di volare ancora prima di potersi librare libera nell'aria. Come la farfalla sei rimasta sulla cruda terra, sulla terra nera, sbattuta da un'improvvisa folata di vento gelido, indifferente ai tuoi verdi anni, alla tua voglia di vivere. Le tue ali si sono spezzate, spezzati i cuori di mamma e papà, spezzati i cuori dei tuoi amici, spezzati i cuori di tutti quelli che ti conoscevano, ancora attoniti, increduli di fronte a questa tragedia senza nome. Ma tu riprenderai il tuo volo, sempre più in alto tra le nuvole, in un altro mondo di luce radiosa, felice di poter ancora volare, danzare, sorridere. Guarderai sulla terra e dirai "mamma e papà non piangete, io vi sono vicina ugualmente, ho solo girato l'angolo di casa. Non sono nel niente, nel nulla, ma nel sempre, nell'oggi. Cammino vicino a voi, sono dentro di voi costantemente viva. Non piangete ma sorridete: Dio mi ha voluto con sé e mi tende la mano". Come non si può combattere contro il passare inesorabile del tempo che ci conduce da un'alba piena di sogni a un inevitabile tramonto disillusi e stanchi, così non si può combattere contro il destino a volte purtroppo fatale ed ineluttabile.

Nuccia e gli amici del C.A.I.

Riflessi

*Gli occhi azzurri delle montagne,
a volte chiari, a volte scuri,
sono specchi
per il cielo, per le nubi,
per il sole, per la luna,
e lo sono stati
e spero lo saranno
anche per me.*

Pasquale Piccella

29 maggio 2010 : 5° stage di formazione della Scuola di Escursionismo Est Monte Rosa

....per alta che sia una montagna, un sentiero vi si trova....
(detto afgano)

Quest'anno lo stage, con tema *"la sentieristica pratica"*, aveva lo scopo di far conoscere le procedure pratiche per quanto riguarda la manutenzione e la tracciatura dei sentieri.

Dopo una breve spiegazione sul Catasto dei Sentieri della Provincia del V.C.O. e sui vari manuali relativi al recupero della viabilità pedestre, al rilievo e progetto dei sentieri e alla posa dei vari cartelli segnaletici, il gruppo, formato da una ventina di persone appartenenti a diverse Sezioni Est Monte Rosa, armato di vernice e pennelli, ha iniziato l'esercitazione.

Sul tratto Bagnella\Oira, che è parte del sentiero T5 Omegna\Ronco, abbiamo appreso nozioni sulla numerazione del sentiero - *in questo caso la lettera T indica il Settore (CUSIO) mentre il numero 5 indica oltre al sentiero all'interno del Settore anche l'esposizione (DISPARI = destra orografica PARI = sinistra orografica)* - abbiamo imparato ad individuare sia i punti, sassi o alberi, dove fare i segnavia di richiamo - *segni bianco/rossi* - sia i luoghi, bivi o incroci, dove posare i pali con i cartelli segnaletici, infine abbiamo compilato le schede tecniche con le varie informazioni da indicare sui cartelli ossia le mete, dalla più vicina alla più lontana ed i tempi di percorrenza.

Lo stage, ben organizzato, è stato interessante e costruttivo e ci ha fatto capire come quelle *"pennellate bianco-rosse"* possano dare tranquillità e rendere **SICURE** le nostre gite in montagna.



Stefania Bertolasi

segue da pag 1

Dopo un viaggio veloce e senza imprevisti, il primo impatto è stato con il borgo di Sansepolcro e la visita al museo che si è sviluppata intorno ai capolavori di Piero della Francesca ma che oggi testimonia e racconta anche la vita culturale, religiosa e sociale della città.

Ci siamo poi trasferiti a Città di Castello dove palazzi e chiese conservano una chiara impronta toscana che abbiamo notato anche...negli ottimi crostini, nei gusti e nei sapori dei cibi tipici della terra che andavamo a esplorare.

Sabato primo maggio abbiamo affrontato l'escursione più impegnativa da Spello ad Assisi sul monte Subasio, il massiccio dalla caratteristica forma a "dorso di cetaceo"; ben 27 km di percorso e circa 1000 metri di dislivello. La nostra fatica (perché non è stata proprio una passeggiata!) è stata ben ricompensata dalla vista sia di Spello, bellissimo borgo pieno di angoli suggestivi e Assisi con la sua cattedrale impreziosita da affreschi miracolosamente restaurati, sia della natura dove si inoltrava il sentiero iniziale: ulivi e papaveri... papaveri e ulivi, muri a secco, terra rossa, dolci colline e cielo terso sullo sfondo: questa visione non è una gioia per gli occhi e per lo spirito? Salendo poi e spostandoci verso Assisi abbiamo attraversato prati dall'erba alta pieni di narcisi per poi discendere nel bosco fino all'Eremo delle carceri, nascosto nel verde e nel silenzio imposto anche ai numerosi visitatori.

Il giorno seguente Fabrizio ha optato per la Val Nerina e i borghi medioevali, itinerario meno faticoso ma molto interessante. Bella la leggera salita tra boschi tappezzati di ciclamini al paese di Vallo di Nera e l'arrivo alla cinta muraria accolti da un "chiacchierio" fitto fitto di moltissime rondini che nidificavano sotto il portico. Nel pomeriggio a Bevagna abbiamo visitato "la casa di Cecco il mercante" ricavata nei resti di "ambulacro" del teatro romano. E' stato un vero tuffo nel medioevo ma in modo inusuale, visto e considerato nei suoi aspetti da uno strano personaggio, napoletano di origine ma umbro di adozione, appassionato di storia, guida dotata di buona "verve".

A Montefalco, la "ringhiera dell'Umbria" che domina l'ampia valle da Perugia a Spoleto, ci siamo concessi un aperitivo con assaggio di vini e salumi locali, una delle tante buone idee della nostra amica Nuccia, come al solito ottima organizzatrice e di Bruno nostro presidente, sempre molto attivo e disponibile.

Lunedì, purtroppo, è giorno di rientro con soste significative lungo le vie del Casentino: Chiusi della Verna e Poppi. L'Eremo di San Francesco, isolato, silenzioso, avvolto in una leggera nebbiolina, addossato alle pareti rocciose testimoni della vita del santo, ha suscitato in molti forti emozioni.

A Poppi abbiamo consumato un buon pranzo allietato dai racconti e storielle di un'insolita e arguta "non più giovanissima" padrona di casa.

Anche a Foligno in albergo un'altra padrona di casa aveva movimentato le cene con indovinelli e storie di dama e amori eterni; sono persone capaci nel loro lavoro o la cordialità ed il buon umore sono innate nella gente di questi luoghi? Ci sono state comunque anche le nostre risate, le canzoni cantate e accompagnate da Vittorio, un pianista felicissimo di avere un pubblico con cui interagire, le visite serali alla bella città di Foligno e tutto ciò che ognuno di noi ha preferito fare per trascorre al meglio questi quattro giorni indimenticabili.

Alla prossima, sempre con lo stesso entusiasmo.

Anna Pavesi