



Via Capri, 3 - Tel. 0332 425350

# Club Alpino Italiano

# NOTIZIARIO

## SEZIONE DI MALNATE

**N.4 Dicembre 2009**

**e-mail: [info@caimalnate.it](mailto:info@caimalnate.it)**

**Dir. Responsabile: Romolo Riboldi**

**CAI Malnate**

**Via Capri 3**

**tel: 0332-425.350**



- |       |        |  |
|-------|--------|--|
| 7- 14 | Marzo  | 100km del Sahara, supermaratona a tappe in Tunisia   |
| 11    | Marzo  | Ore 21 in sede, Equipaggiamento. E materiali corso alpinismo, aperto a tutti   |
| 18    | Marzo  | Ore 21 in sede, Nodi e modi di legarsi, corso alpinismo, aperto a tutti  |
| 10-21 | Marzo  | Scialpinismo nella penisola di Kola (Russia artica ) con CAS Ticino  |
| 21    | Marzo  | part. ore 8,30 park via Gasparotto- Escursione per tutti del Gruppo Famiglie   |
| 25    | Marzo  | Ore 21 c/o aula magna Università dell'Insubria Via Dunant Varese<br>"il mito del Cervino" serata alpinistica-storica-culturale , regia di Enrico Camanni                                 |
| 26    | Marzo  | ore 21 in sede, Assemblea annuale dei soci   |
| 27    | Marzo  | ore 8,30 "Giornata insubrica del verde pulito" loc. Mulini Trotto, in collaborazione con il Parco Vallelanza e Verde Ticino- inizio dei lavori sul sentiero di fondovalle                |
| 15    | Aprile | ore 21 in sede, Alimentazione e pronto soccorso, corso di alp. Aperto a tutti  |
| 18    | Aprile | part. ore 7 park via Gasparotto escursione nel parco Ticino con CAI-7 laghi con trippata per tutti alle 13, o Pian delle Noci (Val D'Intelvi) con Gruppo Famiglie                        |
| 22    | Aprile | ore 21, "La prevenzione del Tumore al polmone" a cura del prof. Imperatori<br>c/o aula consigliare via de Mohr   |
| 22    | Aprile | ore 21 in sede, Meteorologia e Glaciologia, corso alpinismo, aperto a tutti  |
| 24    | Aprile | ore 20 in sede, cena a sostegno del progetto "Ambulatorio medico in Burundi"<br>In ricordo dei nostri istruttori Attilio Farè e Fabio della Bordella                                     |
| 12    | Maggio | ore 21 " Peak Lenin 7132m" filmato della nostra spedizione 2008 in Kirghizstan<br>c/o Aula magna Università dell'Insubria Via Dunant Varese  |
| 29    | Aprile | Ore 21, "Patologie arteriose degli arti inferiori " a cura del prof. Tozzi c/o aula consigliare<br>Via de Mohr   |
| 29    | Aprile | Ore 21 in sede, Topografia e Orientamento. Corso alpinismo, aperto a tutti   |
| 6     | Maggio | Ore 21, in sede Geologia, corso alpinismo, aperto a tutti  |
| 7     | Maggio | Ore 21 in sede "Con adorabile bellezza, sorpresa quotidiana" ci parla don Silvano  |
| 13    | Maggio | Ore 21, in sede Comportamento. In montagna, flora e fauna, corso alp. Aperto a tutti   |
| 16    | Maggio | Escursione Gruppo Famiglie nel Malcantone / Val Veddasca   |
| 20    | Maggio | Ore 21 in sede, Legature e sicurezze sul ghiaccio, corso di alp. Aperto a tutti  |
| 23    | Maggio | Festa di primavera al San Bernardino-CH, passeggiate lungolago / trekking, /parco avventura,<br>ore 12,15 S.Messa al parco giochi, ore 14 pranzo alla Capanna Genziana (menù grigionese) |
| 27    | Maggio | Ore 21 in sede, Pianificazione e preparazione salita, corso alpinismo, aperto a tutti  |
| 10    | Giugno | Ore 21 in sede, Storia dell'alpinismo, corso di alpinismo, aperto a tutti  |
| 12-13 | Giugno | Escursione al monte Argentera-Cn con notte al rifugio partenza ore 10 Park scuole medie  |
| 18-19 | Giugno | Gran Zebrù 3857m - uscita finale corso ed escursione per alpinisti esperti   |
| 27    | Giugno | Pizzo Ferrèt 3105 da Vallespluga- partenza ore 6 da park scuole medie  |

# La parola al presidente

Un anno con voi

Ciao a tutti. E' trascorso quasi un anno... è volato via, dalla mia elezione a presidente. Un anno trascorso insieme a voi che mi avete gratificato e regalato il vostro entusiasmo e la vostra voglia di montagna, la vostra voglia di partire, andare, arrampicare, fare fatica, arrivare in vetta. Da parte mia è stato forte il desiderio di proseguire il cammino di Romolo, mettendoci un po' del mio.. il mio entusiasmo da "nuovo" in questo ruolo, la mia cultura letteraria di montagna, e da "nuovo" appunto, cercando di rinnovare, e pensare a nuovi progetti interessanti e coinvolgenti per tutti. Lo scopo è sempre stato quello di divertirvi e divertirmi, di entrare con il sorriso nello spirito dell'alpinismo, dell'arrampicata e dell'escursione insieme. Non voglio tediarvi raccontandovi le cose fatte..le avete sotto i vostri occhi.. e di quelle non fatte!! anche queste sotto i vostri occhi..

Di alcune però sono felice in modo particolare. Il "quasi" gemellaggio con il Club Alpino Svizzero Sezione Ticino, di cui ringrazio il presidente Giovanni, che ha dovuto subire una rottura di scatole senza precedenti !, che ci ha fatto uscire dal nostro solito ambiente alpinistico, e che spero, grazie ad una collaborazione ancora più stretta, ci porterà ad arricchire ed ampliare il nostro approccio alla montagna. Come dicevo l'altra sera, durante l'incontro con Franco De Marchi, l'Insubria cerchiamo di farla, nel nostro piccolo, con i fatti non con le parole.

L'altro aspetto che mi piace ricordare è la ricerca di una coesione, la ricerca dello stare insieme, tra soci giovani e meno giovani nel tentativo di simbiosi dell'entusiasmo degli uni, con la saggezza e l'esperienza degli altri..

E poi lo sci, che ha ricevuto e trasmesso una ventata di entusiasmo; un grazie a Carlo, Enrico e Fabrizio.

La soddisfazione più bella dell'anno l'ho ricevuta da Carlo col suo: "mi piace come scia il presidente!"



Un ringraziamento particolare va ai nostri ospiti: Don Luca, Fulvio, Mario, Franco e prossimamente Enrico che ci hanno coinvolto ed emozionato con le loro immagini e parole.

Ci siamo fatti conoscere ad una platea più ampia di persone e praticanti della montagna, grazie alle nostre iniziative culturali ed alpinistiche, e ...all'obbligo "bulgaro" di iscrizione e partecipazione, esercitato sui miei studenti, specializzandi e colleghi. Prossimamente ci saranno altre sorprese!! Il nostro scopo è sempre stato quello di incrementare il numero degli iscritti, non per dire "siamo più grandi", ma per invogliare il maggior numero di persone di Malnate, e non solo, ad andare in montagna con consapevolezza e sicurezza, in un mondo di tutti eguali, in cui la collaborazione, il rispetto, l'aiuto reciproco e lo stare insieme sono valori fondamentali, tanto più in una società individualista e poco coesa come la nostra.

Devo ringraziare di questo anno intenso tutto il Consiglio e Romolo in particolare.

Senza di lui non ce l'avrei fatta.

E soprattutto ancora una volta voglio ringraziare tutti voi che mi siete stati vicini, mi avete consigliato, aiutato, ..portato lo zaino!.. e tante volte vedendo la vostra felicità e il vostro entusiasmo, il vostro sorriso, dopo le cose fatte insieme, mi sono sentito felice e contento come un ragazzino...quel sorriso che tante volte manca nella vita di tutti i giorni...e poi sentirmi dire:"quando lo rifacciamo", oppure: "è stato bellissimo", con i commenti ancora vivi nei giorni successivi.

Infine un pensiero non può che andare a Fabio e Attilio.

Non immaginate quante volte, nell'attimo di realizzare le mie idee e i miei sogni, quante volte ho pensato a loro, quante volte mi sono detto: "chissà cosa direbbe l'Attilio"; e mi pare di vederlo, col sorriso ironico, accennare di sì col capo o.. scuotere la testa non convinto, nel tentativo di consigliarmi e guidarmi; ma sono sicuro che tante volte, in questo meraviglioso ed emozionante anno insieme a voi, lui era accanto a me, come lampada frontale perennemente accesa ad indicarmi la via.

Grazie ancora a tutti. Luigi

Club Alpino Italiano  
Sezione Malnate

con il Patrocinio del  
**Comune di Malnate**

Università degli Studi  
dell'Insubria

**Per sottrazione di pietra.  
Il mito del Cervino**

Conferenza - Spettacolo  
di e con **ENRICO CAMANNI**  
voce recitante Silvia Elena Montagnini

**Giovedì 25 Marzo 2010**  
alle ore 21.00  
Aula Magna Facoltà di Biologia  
Università degli Studi dell'Insubria  
Via Dunant, Varese

**PROLINE**  
AUDIO E VIDEO SOLUTIONS

# Giornata insubrica del verde pulito

**C.R.E.A.**  
Centro Regionale  
Educaz. Ambientale

**PARCO**  
**Valledella Lanza**  
**PARCO**

**Sabato**  
**27 Marzo**  
**ore 8,30**

Finalmente ecco l'inizio dei lavori sul sentiero di fondovalle del fiume Lanza. E' l'occasione giusta per partecipare con entusiasmo all'impegno della sezione nello sviluppo e la valorizzazione degli ambienti naturali del nostro territorio.  
( località Birlinghina-Molino Mazziotto )

## **Convocazione Assemblea Generale Ordinaria** **Venerdì 26 Marzo 2010**

In sede Via Capri 3 alle ore 20 del 26 Marzo in prima convocazione

**alle ore 21 del 26 Marzo in seconda convocazione**

**Ordine del giorno:**

- 1-Nomina del Presidente , del Segretario e dei due scrutatori dell'assemblea
- 2-Lettura ed approvazione del verbale dell'assemblea 2009
- 3-Relazione morale del Presidente sull'attività dell'anno 2009,
- 4-Bilancio 2009, relazione economica e dei revisori dei conti.
- 5-Approvazione delle modifiche richieste da CAI centrale al nuovo Statuto Sezionale
- 6-Varie ed eventuali

**DELEGA**

Il sottoscritto..... Tessera n.....

delego il socio..... Tessera n.....

a rappresentarmi all'assemblea del 26 Marzo 2010 Firma.....

### **4 motivi per non mancare!**

- 1- E' l'occasione più importante per portare la tua esperienza e i tuoi suggerimenti
- 2- Vengono approfonditi i temi che riguardano i programmi , le attività e i progetti futuri
- 3- Puoi capire in dettaglio come vive, si finanzia e viene gestita la tua sezione
- 4- Se non l'hai ancora fatto sei ancora in tempo per rinnovare il tesseramento 2010

# Escursione alla: Capanna Cristallina

**13-14 Febbraio 2010**

*E' la prima volta che viene organizzata una escursione congiunta, CAS Ticino e CAI Malnate , inizio migliore non poteva essere, il tempo finalmente bello, la compagnia davvero simpatica, la neve perfetta per non parlare poi dell'organizzazione ,precisa attenta e meticolosa.*

*Sabato 13 febbraio ci ritroviamo ad Ossasco in Val Bedretto, sono le 11 di una giornata chiara e serena ,ma la temperatura gelida ( meno 10 ) mette voglia di muoversi e di riscaldarsi al più presto.*

*Prima però, sotto la regia del presidente CAS Ticino Giovanni Galli, consegna a tutti di Arva e pala con breve ma esauriente lezione sul percorso da affrontare ,(sono ben 1200 i metri di dislivello fino alla capanna Cristallina), poi si parte e in pochi minuti una lunga fila di ciaspolatori lentamente inizia la salita del ripido sentiero innevato della val Torta.*

*Le ultime neviccate si sono oramai assestate e pertanto il rischio valanghe è limitato ma, in ogni caso, meglio esser prudenti e seguire la traccia che zigzagando evita i punti più esposti e gli accumuli di neve più recenti e pericolosi.*

*Ci vorranno dalle 3 alle 4 ore ma, alla fine eccoci tutti nella splendida capanna Cristallina a 2500m, lasciati scarponi e ciaspole, si fa davvero presto a familiarizzarsi con la piacevole vita del rifugio, gli amici ticinesi infatti ci accolgono con un gustoso benvenuto a base di salumi e vino rosso ... fino alle 18 si riposa e ci si diverte in salone, poi cena dando fondo anche ad una provvidenziale ed energetica bottiglia di Vov , e ad una gustosa torta a "Rosette" estratta da poche ore dal forno dell'Adelaide ... una vera delizia .... infine, prima di infilarci nei sacchi a pelo breve briefing sull' intenso programma che ci aspetta l'indomani.*



*Verranno fatti due gruppi, per il primo sveglia alle 6 e30, rapida colazione e poi via, destinazione la Cima Cristallina, l'ardita vetta di quasi 3000m non è molto lontana,facciamo conto di salirla con le ciaspole da nord sulla ripida parete che porta prima in cresta e poi sulla vetta , ci faranno da guida Luciano Mollard e Giovanni*

*Riva che conoscono si può dire ogni metro del percorso avendola già salita decine di volte e con ogni condizione. Non ci saranno infatti problemi e, in circa un'ora e mezza saremo in vetta , solo poco sotto la cresta sarà necessaria piazzare una corda per restare entro un più ampio margine di sicurezza ... la discesa, calzati i ramponi, sarà una vera passeggiata.*

*Arrivati alla capanna incrociamo così il secondo gruppo che, dopo una bella dormita e un decisamente più comodo risveglio , sono già pronti per il lungo tragitto che ci riporterà tutti in val Bedretto passando questa volta per un paio di bocchette , il ghiacciaio di Valleggia e la val Cavagnolo.*

*Giusto il tempo di bere qualcosa ed alle 11 ripartiamo anche noi sulle tracce dei nostri ... ci vorrà una bella oretta ma, sul secondo colle siamo tutti nuovamente riuniti, il gruppo ora, tra svizzeri ed italiani è di più di trenta persone..la discesa nella neve vergine è spettacolare ,anche se affaticati la gioia e la bellezza del luogo che si direbbe incantato lascia senza fiato....solo verso la fine anche ginocchia e caviglie fanno sentire la loro voce ... la valle che abbiamo percorso sbuca però in località "All'acqua" mentre il pulmino è 7km più a valle ad Ossasco !*

*Con nostra suprema gioia alcuni generosi "volontari" ticinesi ( Riva padre e figlio) si offrono di scendere con gli sci a recuperarlo ... ma , imprevisto, causa i meno 15 gradi della notte, il glorioso Ford Transit di partire non ne vuol proprio sapere ... ci vorrà infine la mano decisa e sensibile del chirurgo (il presidente ) per toglierci dai guai ... poco dopo infatti il motore si rimetterà finalmente in moto permettendo anche a noi di guadagnare così il fondovalle.*



*Un grazie sentito agli amici del CAS Ticino che hanno reso possibile questa bellissima escursione, Luigi ha creduto molto in questa collaborazione ed il risultato di questa giornata conferma che la strada dell'amicizia e del faticare insieme in montagna è quella migliore sia per stringere nuove amicizie che per pianificare altri momenti felici insieme.*

# Sgambada al Nara

29-gennaio-2010

Programma: partenza dal paese di Nara -CH alle 18,30 ,corsa in salita con le ciaspole e sci per 600m di dislivello, cena alle 20,30 nel rifugio della stazione sciistica infine ritorno a valle in seggiovia alle 22,30.

La bella serata , grazie anche ad un costo più contenuto (25 franchi) , ed ad una organizzazione impeccabile ha visto ai blocchi di partenza una dozzina di malnatesi su circa 150 partecipanti.

Appena dopo lo sparo, si parte di corsa fino alla stazione di partenza della seggiovia, qui, calzate le ciaspole o gli sci inizia la lunga salita, i più veloci mi sono già avanti.... tirano come matti e il loro ritmo sarebbe quasi da medaglia ... mi metto pertanto in coda ad una signora che,

più o meno sulla cinquantina, conto di superare presto, la signora però è un avversario molto più duro del previsto... e l'impresa mi riuscirà solo sul rettilineo finale complice anche una sua sbandata con imprevisto incespicamento.

Alla fine ci congratuliamo a vicenda per la bella "battaglia", i nostri capelli sono ormai sul grigio chiaro ma ci siamo messi dietro un bel gruppetto di "brunetti" che sbuffando stanno ancora arrancando sulle ultime balze... Davanti a noi i superman del CAI Malnate: Boghi 34min e 3° assoluto !, Lepore 41min ,Maritan e Facetti 44min , Bergonzo 46min, Riboldi 52min ...poi tutti gli altri, presidente incluso e, a ulteriore vanto della sezione, nessun ritirato !

Quando alle 20,30 ci sediamo a tavola, il clima della serata è già ben riscaldato; si direbbe proprio che qui, anche se siamo a 2000m le bottiglie di Merlot non manchino proprio !

Per finire grande lotteria con ricchi premi dove i nostri sfoderano tutto il "c---" di cui sono buon portatori, salamini, pancette, bottiglie, zaini etc etc, fatti i debiti conti, si direbbe che il CAI Malnate si sia portato via quasi la metà delle vincite !

Alle 22 si torna a valle in seggiovia .. e così anche questa avventura è ora un bel ricordo.  
Romolo.



## Ricordando i tempi passati.....

Due piacevoli serate , ricche di spunti interessanti e piacevoli ricordi....

Ce le hanno regalate **Luciano Valentini** (direttore della Scuola di Alpinismo ) e **Antonio Pagnoncelli** ( fotografo ,escursionista nonché alpinista per passione)

Il primo ci ha raccontato i fatti e gli imprevisti della sua lunghissima carriera di istruttore soffermandosi in particolar modo sulle motivazioni e le aspettative di chi, ieri come oggi si cimenta con le incognite e le insidie della montagna.

Il secondo ci ha deliziato invece con gustosi aneddoti e bellissime fotografie (per molti inedite) scattate durante le sue innumerevoli avventure nei monti dell'Italia e dell'America del Sud.



# Corso sci 2009-2010



Si è concluso venerdì 5 febbraio con le premiazioni il tradizionale corso di sci per ragazzi delle scuole elementari e medie che ogni anno, durante le festività natalizie, viene organizzato dal gruppo sciatori del CAI di Malnate.

Quest'anno ben 78 allievi, suddivisi in 11 gruppi, hanno frequentato il corso di sci che si è tenuto sulle immacolate piste di San Domenico di Varzo, nell'alta val Sesia. Oltre ai ragazzi anche alcuni adulti hanno inforcato per la prima volta gli sci, così come ben 5 giovani hanno partecipato ad un corso di perfezionamento di snow board.

La stazione sciistica di San Domenico, in attesa di effettuare i lavori di ammodernamento degli impianti previsto per la prossima estate, data la posizione geografica favorevole, ha garantito un eccezionale innevamento anche se le giornate del corso sono state un

po' penalizzate dalle basse temperature di questo rigido inverno e dal vento che sovente spazza le vette sul crinale di confine.

Il successo dell'iniziativa è testimoniato dai tre autobus sempre tutti esauriti in ogni ordine di posto oltre che da alcuni autoveicoli che si sono aggregati alla comitiva portando sulle piste 170 – 180 persone a giornata.

Tutti i partecipanti hanno inoltre potuto usufruire di un menù appositamente studiato per il CAI di Malnate, abbondante e CALDO, servito nel suggestivo ambiente nella baita posta all'Alpe di Ciamporino.

La giornata della gara avvincente ed emozionante, è stata l'occasione di mettere uno contro l'altro anche gli abili sciatori che frequentano il CAI di Malnate in un Gigantissimo valido per il CAMPIONATO SOCIALE nonché per coinvolgere anche i genitori dei nostri sciatori in erba.

I risultati, le foto, il filmato del corso si potranno prenotare al venerdì sera alla sede del CAI dalle 21 alle 23. Augurando a tutti un'estate ricca di emozioni, magari anche partecipando alle escursioni proposte per famiglie e non dalla sezione del CAI Malnate, diamo a tutti un arrivederci sulle piste per il prossimo inverno.

**CARLO, GIONA, ENRICO, FABRIZIO**

## Gruppo Famiglie

Finalmente ci siamo !!!!

Il desiderio di dare vita ad un "Gruppo Famiglie" all'interno del CAI di Malnate si sta materializzando.

Dopo il successo di adesioni riscontrato in questi ultimi anni al corso "natalizio" di sci per bambini & ragazzi, diverse famiglie ci hanno chiesto di dare continuità, anche nelle stagioni più calde, ai momenti di aggregazione e scoperta della montagna.

Da qui l'idea di costituire un gruppo che si faccia carico di organizzare escursioni a piedi ed in bici alla portata di tutti, anche per le persone con meno esperienza & allenamento, che vogliono frequentare e vivere la montagna.

Inoltre il gruppo avrà il compito di collaborare con gli enti del territorio che ne faranno richiesta (scuole, oratori, associazioni, etc) nella realizzazione di escursioni/progetti/formazioni sul tema della montagna. Come primo atto abbiamo indetto in questi giorni un concorso tra i bambini del territorio per la realizzazione di un logo che possa rappresentare al meglio finalità e connotazione del gruppo.

### **I COMPONENTI DEL GRUPPO:**

*Riggi Giuseppe; Manniello Nicola; Ingui Battista, Dilani Angelo; Strambini Maurizio; Lepore Enrico; Donadini Fabrizio*

L'adesione è libera e l'impegno una serata al mese in sede.

Le prime escursioni proposte:

DOMENICA 18 APRILE 2010 – PIAN DELLE NOCI (Val D'Intelvi) ➔ ALPE D'ORIMENTO & MONTE CROCIONE.

DOMENICA 16 MAGGIO 2010 – MALCANTONE (CH) – VAL VEDDASCA (IT)



Per maggiori info:

CAI MALNATE – "Gruppo Famiglie" via Capri, 3 Malnate - tel.0332/425350 cell.340/2739869