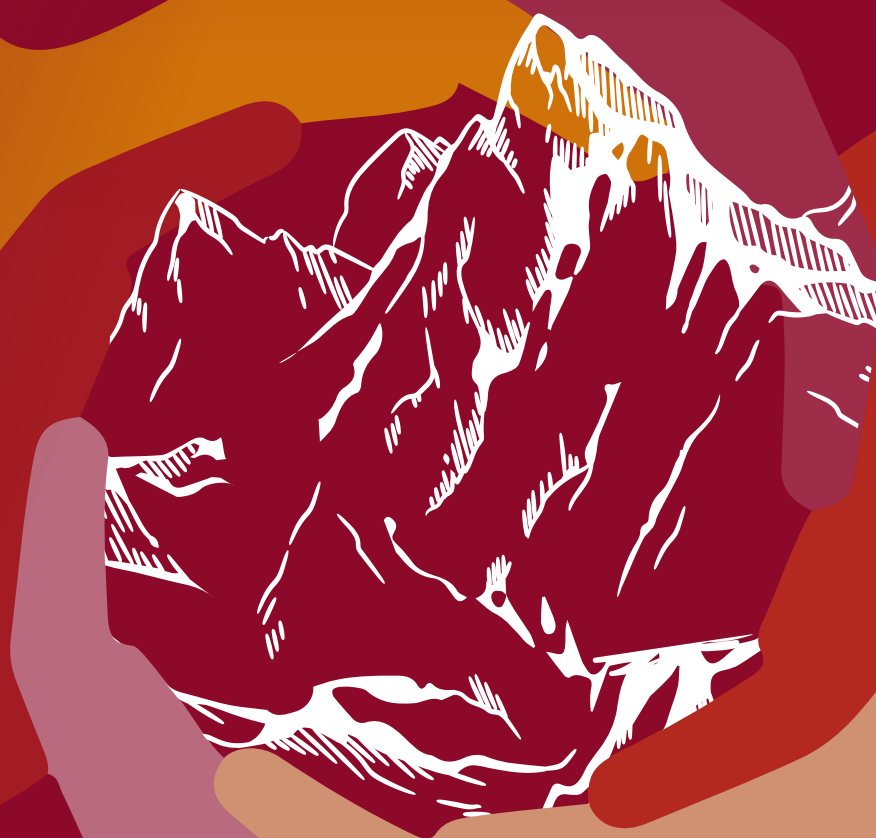




# CAI *n...forma*

***Sulle cime più alte ci si rende conto  
che la neve, il cielo e l'oro hanno lo stesso valore.***



# Dal Presidente

A volte sembrano tremare i pilastri dell'Umanità, scossi dalla violenza e dall'egoismo e sembra che disillusione e indifferenza abbiano preso il sopravvento su solidarietà e ricerca del benessere, inteso proprio come sfida per garantire cura, assistenza sanitaria e lotta contro le condizioni di estremo malessere e sottocultura.

**Cosa significa essere soci di un club alpino in questo contesto? Può essere utile?**

Tra i compiti fondamentali della nostra Associazione, grande importanza viene data alla **promozione della formazione etico-culturale** e all'educazione alla solidarietà, alla sicurezza, alla conoscenza e al rispetto dell'ambiente, anche attraverso la realizzazione e la gestione di strutture operative, destinate alla ricerca e alla didattica.

Tutto questo è unito all'impegno per la conservazione della cultura alpina, e all'incentivazione della pratica

di ogni attività connessa con la frequentazione e la conoscenza della montagna.

Non posso non pensare, ad esempio, al ruolo del Cai nel progetto **"NaturKosovo"**, territorio ancora teatro di crudeltà, sia come supporto alla progettazione e ai lavori di manutenzione della rete sentieristica, sia per il fondamentale ruolo di formazione delle guide che accompagneranno in futuro i visitatori.

**Possiamo dunque essere utili in molti modi** e, con l'adesione al Club Alpino Italiano, come scritto nell'articolo 9 del nostro Statuto, il socio assume l'impegno di operare per il conseguimento proprio di queste finalità istituzionali, che sono le stesse per tutti i club alpini del mondo, **mossi dalla valorizzazione di un comportamento virtuoso**, senza cercare facilitazioni o deresponsabilizzazioni, compiendo un passo per volta.

**Marco Spinato**

**Orario della segreteria**  
Giovedì ore 21-22

**Numero di telefono**  
351 6419697

Scansiona i QR Code per visitare il nostro sito e la nostra pagina Facebook!



**Sito**



**Facebook**

# Segreteria

## Un fiocco rosa...

In casa Andrea Avataneo e Daniela Castellaneta per la nascita della piccola **Nives** il 05 Febbraio 2023.

Congratulazioni ai neo-genitori!



## Assemblea generale dei soci

**19 Febbraio 2024**  
ore 21

Nuova mail  
della Segreteria  
[orbassano@cai.it](mailto:orbassano@cai.it)

## Quote associative 2024

Categorie	Quote rinnovi
ORDINARI dai 26 anni in poi	€45
ORDINARI JUNIOR dai 18 ai 25 anni	€25
FAMIGLIARI stesso nucleo fam. del socio ordinario	€25
GIOVANI nati dal 2007 in poi	€20
GIOVANI 2° Giovane dello stesso nucleo del socio Ordinario	€13
COSTO TESSERA per nuove iscrizioni	€4

## Un "Fiore" ora nel Giardino di Dio

Il 24 ottobre ci ha lasciati Tosco Fiorentina vedova Marocco, uno dei 100 soci fondatori del C.A.I. Sezione di Orbassano.

Fin da giovane ha **amato e rispettato la montagna e l'ambiente circostante**, raggiungendo le più alte cime delle nostre Alpi, tra cui il Monviso, il Gran Paradiso, il Monte Rosa (punta Gnifetti), il Monte Bianco. Circondata da una grande famiglia che da lei ha ricevuto sempre uno **smisurato amore**, naturalmente ricambiato, ha vissuto una vita imperniata sui veri valori cristiani, ed è stata un **esempio di fede, umiltà, altruismo, rispetto e onestà**.

Mancheranno le sue parole di conforto e di incoraggiamento nei momenti difficili, e di dolcezza e di amore, sempre. Sarà la **guida sicura** per tutta la sua famiglia e per tutti coloro che le hanno voluto molto bene.

**Ciao, Nonna Fiore**





# Finalmente inizia

Etna Sud - Sicilia

12 marzo 2023: l'attività escursionistica finalmente inizia! Come sempre, la partenza è molto soft per permettere a tutti i pigri che hanno trascorso l'inverno sul divano di iniziare a confrontarsi con la fatica: e allora, cosa c'è di meglio del giro della **Rocca di Cavour** con annessa presentazione del programma dei due gruppi?

A seguire, la bella escursione all'ahimè ormai prosciugato **lago di Varisella**, dove abbiamo pestato l'ultima neve presente nel tratto finale ed abbiamo assaporato la prima gita con la pioggia! Non ci siamo però scoraggiati ed abbiamo gustato un ottimo pranzo alla Meira Garneri!

La successiva escursione al **Colle del Vento**, la prima del gruppo di Escursionismo, presentava un dislivello di tutto rispetto ed è stata apprezzata da tutti i partecipanti per la bellezza dei panorami e l'impegno della salita. Il **Colle e la Punta Lunelle** ci hanno impegnato in una bella giornata di sole primaverile ed i panorami ammirati dalla punta ci hanno ripagati della fatica dell'escursione.

Siamo poi stati costretti ad annullare l'interessante escursione al **Colle della Gianna** per le condizioni meteo avverse e la presenza di parecchia neve sul percorso.

Sempre a causa del maltempo, abbiamo posticipato la gita alle **Cascate di Stroppia** di circa un mese, in modo da effettuare l'itinerario in completa sicurezza e godere della bellezza delle cascate nel momento di massimo splendore.

La pioggia ha continuato a imperversare e ci ha costretto a modificare la successiva gita del gruppo Escursionismo: abbiamo quindi scelto la **Punta Ceresa da Pomaretto**, riuscendo a rientrare alle auto in tempo prima del temporale, almeno ci sono riusciti i più veloci! Il sole ha finalmente accolto il gruppo impegnato nel bellissimo anello del **Lago Nero per Colle Bousson**, terminato per i più golosi in un'ottima merenda alla **Capanna Mautino**.



Cascate di Stroppia - Val Maira

Il gruppo di Escursionismo, poi, si è finalmente avventurato in quota, raggiungendo il **Rifugio Vittorio Emanuele**, dove abbiamo potuto constatare i danni causati dalla continua siccità: il **Ciarforon** si è presentato quasi spoglio del ghiacciaio che lo contraddistingueva! Altra escursione particolarmente impegnativa del gruppo Escursionismo è stata quella ai **Parvi**, dove gli escursionisti più impavidi si sono cimentati nell'ascesa su roccette al **Parvetto**.

Prima della pausa estiva, ci siamo concessi una giornata rilassante ed appagante per la vista sul **sentiero dei ciclamini**, dove la splendida fioritura l'ha fatta da padrone! Al rientro dalle vacanze estive, abbiamo partecipato alla bella escursione alla **conca di Pila** organizzata dal Cai di Aosta e che ha visto protagonisti escursionisti di tutte le sezioni Cai dell'LPV, Liguria, Piemonte e Valle d'Aosta. Una bellissima giornata di sole ci ha accolto ad ammirare lo splendido **Lago di Dres**, dove i più coraggiosi hanno affrontato un ulteriore dislivello per raggiungere i due laghetti superiori.

Per finire, abbiamo trascorso una bellissima settimana in terra siciliana: 19 partecipanti e 4 accompagnatori hanno affrontato due escursioni all'**Etna**, ahimè sotto la pioggia per una parte delle giornate: nonostante ciò, grazie soprattutto all'impegno e alla competenza della nostra guida vulcanologica Franco Emmi, abbiamo potuto ammirare sia sul versante Nord che su quello Sud splendidi e per noi inconsueti paesaggi fatti di lava nera e di cespugli color oro. Splendida anche la gita alle **gole di Alcantara** e l'inaspettata visita all'interessante museo archeologico di Francavilla "grazie" ad un acquazzone sopraggiunto al termine del giro nelle gole!

Uscita dalla grotta Lamponi - Sicilia

## Programma uscite TAM 2024

- 07 / 03** Presentazione programma 2024 e Iscrizioni escursione 17 marzo
- 17 / 03** San Fruttuoso Camogli
- 07 / 04** Grotte di Bossea Val Corsaglia (CN)
- 21 / 04** Dalla Madonna dell'Ecova al monte Molaras
- 05 / 05** Monte San Bernardo da Roccabruna Val Maira
- 19 / 05** Lago Afframont da villaggio Albaron Balme
- 30 / 06** Colle della Terra – Punta Rocchetta
- 07-08 / 09** Thun, Interlaken, Brienz (CH)
- 15 / 09** Escursione LPV organizzata dal CAI di Mondovì
- 06 / 10** Gita Enogastronomica

Nel corso della stagione saranno organizzate alcune escursioni infrasettimanali che verranno comunicate volta per volta come meta e data.



Rocca di Cavour

A seguire, l'affascinante giro alla riserva di **Vendicari**, il pomeriggio trascorso in libertà nel villaggio di pescatori di **Marzamemi**, la visita al sito archeologico di **Siracusa**, il mercato dell'**Isola di Ortigia**, l'escursione alla **Cavagrande del Cassibile**, la visita del barocco di **Noto**, senza contare i bagni in mare, le cene in compagnia, la visita notturna di **Taormina**, la simpatia e a coesione di un gruppo nato molto disomogeneo e formato da persone che non si conoscevano ma che si è dimostrato un mix vincente in tutte le circostanze. In sintesi, un viaggio che mi sento di dire a detta di tutti, particolarmente riuscito!

A conclusione della stagione e per ricordare i bei momenti trascorsi insieme, abbiamo passato una bella serata in sede, ammirando le belle foto e video della settimana siciliana che purtroppo ormai sono soltanto un bellissimo ricordo.

Credo di poter dire che, anche se il meteo ha cercato di metterci il bastone tra le ruote, la stagione 2023 è stata particolarmente interessante e con un numero elevato di partecipanti alle singole escursioni.

Come sempre, con Aldo ringraziamo i nostri instancabili accompagnatori ad uno ad uno: Alberto, Elisabetta, Gianfranco, Manuela, Marzia, Mauro, Roberto, Salvatore e Silvana.

Prima di congedarci, ringraziamo per l'impegno profuso in questi anni Mauro e Silvana che lasciano il gruppo e salutiamo calorosamente le nuove entrate Marco, il nostro Presidente e Katia che sicuramente ci aiuteranno a far crescere maggiormente il livello delle nostre escursioni e l'entusiasmo dei partecipanti.

## Programma Escursionismo 2024

**07 / 03**

Presentazione programma 2024

**02 / 06**

Punta Ostanetta da Meire Durandini Valle Po

**16 / 06**

Tete de Cou da Albard di Bard

**14 / 07**

Anello Colle Orsiera

**20-21 / 07**

Rocciamelone

**28 / 07**

Punta Ramiere Valle Argentera

**29 / 09**

Cima di Crosa da Ruà – Sampeyre

**06 / 10**

Gita Enogastronomica

Vi presentiamo il calendario della prossima stagione e vi aspettiamo come sempre numerosi, per ora augurandovi un buon inverno.

**Alessandra Neri**

Cicloescursionismo

# Avventura, rischio, emozioni.

Avventura, emozioni, rischio, adrenalina, passione, divertimento, amicizia. **Questa è la mtb.** Questo è ciò che si prova quando ci si mette in sella al proprio mezzo e si parte per un nuovo giro. Talvolta verso le stesse mete, magari anche vicino casa, in quelle uscite che ti rendono sempre **più consapevole dei tuoi progressi**, ma allo stesso tempo **anche dei tuoi limiti**. Altre, verso **paesaggi incredibili** e semplicemente immensi, quelli che ti riempiono di bellezza e che ti lasciano senza parole solo a contemplare tutta la grandezza e la meraviglia che ti circondano.

Sono proprio questi i luoghi che quest'anno, grazie al gruppo di Cicloescursionismo del CAI di Orbassano, ho potuto ammirare e apprezzare. Ogni uscita è stata non solo un'esperienza unica, ma anche **un modo per vivere a 360° questo bellissimo sport**, dalla più dura e faticosa salita (che prima quasi detestavo) alla più elettrizzante e tecnica discesa. Fin dalla prima gita ho trovato un clima familiare e amichevole, che mi ha permesso di affrontare i giri con **serenità ed entusiasmo**, nonostante l'allenamento a volte mancasse.



San Giorgio

Le uscite sono sempre state pianificate con efficienza e in sicurezza da parte degli organizzatori, permettendo ad ogni partecipante di godersi appieno l'intera giornata. Con il gruppo cicloescursionismo CAI, **nessuno viene lasciato indietro!** Non solo ci si aspetta tra i vari partecipanti, ma ogni uscita diventa anche un modo per **migliorarsi costantemente** e apprendere nuove tecniche ciclistiche dai bikers più esperti. Consiglio vivamente questa fantastica esperienza non solo a tutti gli appassionati di mtb e di montagna, ma anche a tutti quelli che mai penserebbero di salire su una bicicletta, perchè vi assicuro che, già dopo la prima uscita, non riuscirete più a farne a meno!

**Asya Pugliano**

*"È andando in bicicletta che impari meglio i contorni di un paese, perché devi sudare sulle colline e andare giù a ruota libera nelle discese."*

*In questo modo te le ricordi come sono veramente, mentre in automobile ti restano impresse solo le colline più alte, e non hai un ricordo tanto accurato del paese che hai attraversato in macchina come ce l'hai passandoci in bicicletta."*

Con queste parole di Ernest Hemingway, presentiamo il calendario che vi porterà a scoprire scenari montani che abbiamo la fortuna di avere a due pedalate da casa! Buona strada,

**Michael Celona**



## Calendario 2024

**10 / 03**      **21 / 07**

**28 / 04**      **04 / 08**

**25 / 05**      **08 / 09**

**30 / 06**      **13 / 10**

**13 / 07**      **10 / 11**

Fremo Cuncunà - Elva - Val Maira

# Il viaggio verticale

Riflessioni di un Allievo Istruttore



Finale Ligure

L'arrampicata svela il profondo dialogo tra l'uomo e la montagna, un **linguaggio di interconnessione**, un dialogo silente (ma ben eloquente) tra l'essere umano e la natura più vera della montagna.

Nel mio percorso con la Scuola Paolo Giordano del CAI di Orbassano, diventare allievo istruttore a 58 anni rappresenta una svolta significativa. Questa esperienza mi ha esposto a nuovi aspetti dell'arrampicata, arricchendo la "mia" vita verticale con sfide e responsabilità crescenti, oltre al desiderio sincero di contribuire ancor di più alla comunità di arrampicatori.

La transizione da allievo a istruttore ha aperto una finestra su un mondo di complessità organizzative e strutturali che prima non mi erano note, rivelando quanto l'organizzazione del CAI debba investire in **impegno personale costante** e affrontare responsabilità non da poco per ogni attività che, volontariamente (ricordiamolo) propone a chi si rivolge a questa attività con **curiosità e passione**.

In questo nuovo percorso, ogni successo e insuccesso sulla roccia diventa **occasione di introspezione**, mentre il tempo trascorso ad arrampicare offre una pausa riflessiva dalla frenesia quotidiana.

La montagna, con il suo ambiente immutato, **invita a cercare dentro di sé e oltre**, in un silenzio che racconta storie di passato e potenziale futuro.

La roccia sfida ogni arrampicatore, senza eccezioni o favoritismi, trasformando ogni errore in lezione e ogni conquista in incentivo a migliorarsi. Nel confronto con la sua stoica presenza, l'arrampicata diventa una **meditazione attiva**, un percorso di continua scoperta e di umile insegnamento, dove la "pausa" e il "respiro" che ci offre permettono di riconnettersi con il mondo intorno e con la parte più autentica di noi stessi.

Così, attraverso l'arrampicata e l'esperienza formativa del CAI, si rafforza l'impegno verso l'auto-miglioramento e la **valorizzazione della semplicità**, sia nel praticare che nell'insegnare, aprendo sempre a nuove opportunità di crescita personale e collettiva.

In definitiva, la roccia si erge non solo come scenario fisico ma come **palcoscenico di vita**, dove l'apprendimento è un viaggio e ogni presa è un frammento di una storia ben più grande.

**Davide Gandolfi**

## Lettere ... agli istruttori

Se dovessi trovare una parola che racchiuda il senso di questo corso lo troverei nella parola grazie. Grazie perchè non era facile affrontare questo percorso.

E' vero, ho già scalato, messo mano su roccia, salito montagne anche impegnative, in un continuo percorso di miglioramento, ma per me non è stato mai facile. Sono stati tanti i momenti della mia vita in cui mi sono dovuto fermare per poi cercare di ripartire. Spesso dicono che occorre dare continuità, ma per me non è mai stato così, non perchè lo volessi, non perchè mi mancasse la volontà, anzi, ma per gli ostacoli a volte troppo difficili della vita. Avevo già avuto esperienze formative, altri corsi, non tantissimi, ma avevo bisogno di un ambiente piccolo, **capace di far sognare in grande** e in grado di ascoltare e anche di formare, con precisione, perseveranza e quella giusta dose di disciplina. Insomma, avevo bisogno, per ripartire, ma soprattutto per migliorarmi, di un **ambiente a misura d'uomo, dei miei sogni e delle mie aspettative**.

Una telefonata in una giornata di Luglio, una serie di informazioni, la voce rassicurante di Davide e la decisione: mi iscrivo al corso. Sono state tante e lo dico con tutta la sincerità possibile, le nozioni e le scoperte fatte, non solo durante le lezioni, altamente didattiche, parola di prof, ma anche nei consigli, negli appunti e nei richiami delle uscite. Qualcuno poteva pensare che visto quel minimo

di esperienza pregressa e le uscite fatte grazie a dei compagni di avventura formati e nettamente più forti tutto questo percorso sarebbe stato inutile, ma tra le spiegazioni, le uscite e gli incitamenti ho compreso ancora una volta che **l'umiltà è la via migliore per crescere** in tutti gli aspetti.

Senza raccontare o annoiare oltre sulla mia storia passata, sulle mie fasi di crollo, lotta e rinascita, ogni insegnamento datomi e preso con la voglia di poter crescere ha aggiunto nel mio percorso la **consapevolezza** che spesso le sorprese più belle sono in luoghi o tra persone che non immagini. La sorpresa più bella è stata appunto scoprire che un ambiente e un gruppo come quello del Cai Orbassano è sicuramente il luogo ideale per crescere, sognare e scoprire nuove persone e compagni di avventure, nuove emozioni, nuovi

stimoli, insomma per raccogliere tutti quegli ingredienti per andare in alto, oltre, **su orizzonti verticali capaci di far sognare**.

Ecco allora che la parola grazie risulta essere troppo riduttiva. Mi dispiace che il corso stia giungendo al termine, ma ho dentro la consapevolezza ed è una delle sensazioni che amo maggiormente che ora posso osare, con la giusta preparazione, ci voglio credere, e lo voglio fare anche per voi, rendervi orgogliosi del mio percorso, sia sportivo, sia di vita. Un buon allievo ha dentro sicuramente dei semi e delle nozioni dei suoi maestri. Ecco mi piacerebbe essere un vostro buon allievo e in fondo sogno che questo percorso iniziato assieme possa continuare, anche in avanti. Come detto grazie, una parola bellissima, delicata e potente.

**Vi voglio bene.**

**Gianluca Menichetti**



Finale Ligure



### Arrampicata libera con il CAI di Orbassano

Quest'anno ho deciso di iscrivermi al corso di arrampicata libera con il CAI di Orbassano.

Durante le uscite didattiche e le lezioni teoriche ho trovato istruttori preparati, attenti e sempre pronti a darti una mano, ma anche a scherzare e ridere insieme.

Gli allievi vengono divisi in gruppi, dai principianti a quelli che hanno un pochino più di confidenza con la roccia, questo è fondamentale per seguire bene ogni piccolo progresso della persona e per creare gruppi omogenei in grado di farsi forza a vicenda.

**Il CAI è gentilezza, socialità, supporto!**

Vorrei ringraziare tutto il gruppo e gli istruttori per questa bellissima esperienza insieme, ci vediamo sicuramente l'anno prossimo.

**Irene Bolognesi**

## La fortuna è stata dalla nostra



Fortini di Crosa

Nella splendida cornice delle **montagne piemontesi**, il Corso di Sci Alpinismo organizzato dal CAI di Orbassano ha preso il via con entusiasmo e determinazione. Durante un'indimenticabile uscita al **Monginevro**, abbiamo avuto l'opportunità di testare il nostro materiale sulle piste e di provare con gli allievi il primo approccio con le pelli.



Nella seconda gita, la fortuna è stata dalla nostra, regalandoci un sole radioso che ha accompagnato la nostra scalata al **Corbioun**. Purtroppo, la stessa cosa non possiamo dirla della gita successiva dove siamo giunti in cima al **Giassez** in mezzo alle nubi, nella classica modalità "lo faccio per il panorama!".

Quest'anno per la due giorni siamo andati nelle montagne cuneesi a **Limone**, dove abbiamo imparato che la presenza della neve non è mai scontata, ma con il giusto gruppo, si affronta tutto!! Vogliamo esprimere un caloroso

ringraziamento a tutti gli allievi per il loro impegno e la passione dimostrati durante il corso. Un sentito grazie anche agli istruttori per la loro inesauribile disponibilità.

**Fabio Pettiti**

## Date del corso SA1 2024

8 lezioni **teoriche**:**15 / 12 / 23****12 / 01 / 24****19 / 01****26 / 01****16 / 02****23 / 02****08 / 03****20 / 03**7 uscite **pratiche**:**14 / 01 / 24****28 / 01****18 / 02****25 / 02****10 / 03****23-24 / 03**

# Sci o snowboard?

La domanda mi devasta (cit.)



Serre Chevalier

Dove e con chi? Una sola risposta: in giro per le Alpi con il gruppo di Sci Alpino del CAI Orbassano! Non importa che tu sia snowboarder o sciatore, che ti piacciono le giacche fluo o tu voglia sciare con un costume da tirannosauro, sull'autobus del CAI Orbassano **ci si sente sempre in una grande famiglia di pazzi per la neve**. Le gite domenicali di Sci Alpino sono divertenti, economiche e organizzate in posti meravigliosi.

Da quando ho scoperto il gruppo, lo scorso inverno, è diventato difficile rinunciare a una giornata sulle piste così divertente e spensierata. Semplicemente non ci sono ragioni per non andarci! Sperando pur sempre nella polvere cristallina e in giornate di sole, anche con nebbia e bufera **il divertimento è assicurato**. Ma attenzione ad addormentarsi sull'autobus al ritorno...

**Francesco Armigliato**

## Let it snow!

Lascia che nevichi, è quello che chiediamo alla natura in questi anni di triste cambiamento climatico. Ma **noi siamo fiduciosi** e, combattendo ogni rincaro, vi porteremo a divertirvi anche quest'anno nei migliori comprensori di Haute-Alpes, Savoia e Isère!

Vi aspettiamo **numerosi** come ogni anno!

**Michael Celona**



Valloire



### CALENDARIO 2024

8 DICEMBRE / 14 GENNAIO  
21 GENNAIO / 4 FEBBRAIO  
18 FEBBRAIO / 3 MARZO  
10 MARZO / 24 MARZO  
Weekend 2gg - APRILE

### ARREDOPORTE

questione di stile  
Via San Rocco, 26 - 10043 Orbassano  
Tel 011 9003103  
info@arredoporte.it  
www.arredoporte.it



### CONTATTI UTILI

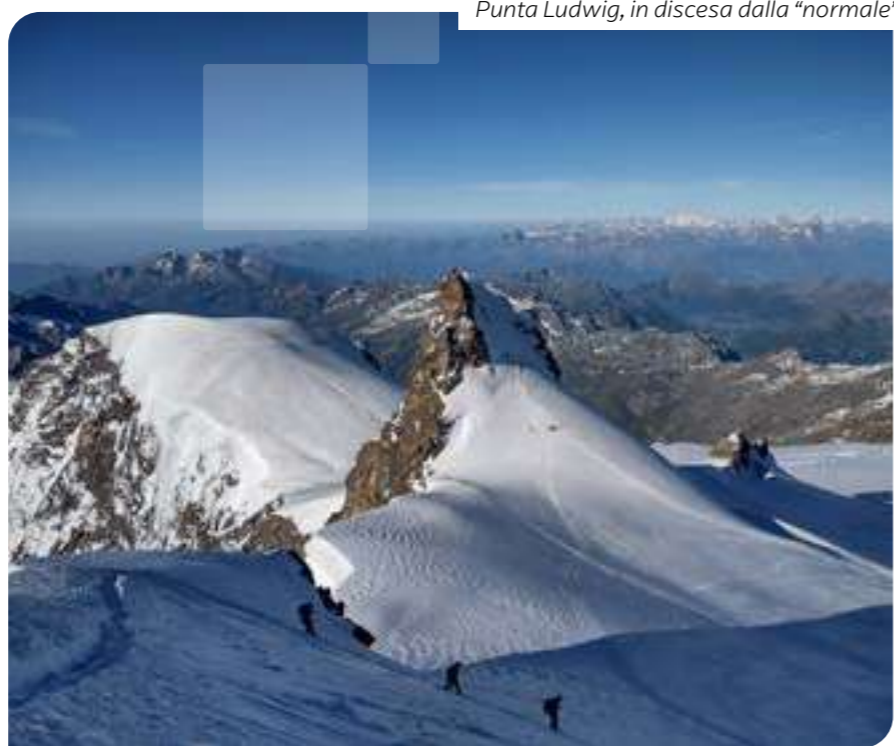
Michael - 334 9047056  
Giovanni - 345 9833145  
Daniele - 392 5830878  
scialpino.caiorbassano@gmail.com



# La fiamma della passione

## La Teoria

Nelle numerose serate teoriche, i nostri istruttori si sono avvicinati con **professionalità e competenza**, partendo dalla storia dell'alpinismo al fine di comprendere come approcciarsi alla montagna, procedendo poi con l'introduzione ai materiali e alla loro evoluzione. Con la catena di sicurezza e la meteorologia abbiamo appreso gli elementi indispensabili per effettuare le prime uscite pratiche e la lezione di primo soccorso ci ha confermato, nostro malgrado, quanto sia poco raccomandabile **bere Gin Tonic per scaldarsi** (SIC!). Hanno concluso il ciclo di lezioni le materie indispensabili per le uscite in alta quota: nivologia e tecnica su ghiaccio.



Punta Ludwig, in discesa dalla "normale"

Dopo qualche anno di attività ridotta a causa dell'emergenza sanitaria, si è tornati in montagna con il corso di Alpinismo 2023, iniziato con un'ampia partecipazione.

Rifugio Giacoletti, pausa durante la didattica



## Finalmente ci siamo, si comincia

Le tanto attese uscite del corso di alpinismo iniziano dalla storica palestra dei Piemontesi, la **Rocca Sbarua**. Il tempo non è dei migliori ed anche nei giorni precedenti era piovuto; ma la fiducia nel miglioramento è stata premiata da una buona parte di giornata passata su vie di roccia, mettendo in pratica progressione della cordata ed utilizzo delle protezioni mobili.

## Alpinismo in sicurezza

Causa tempo avverso, la seconda uscita del corso A1 2023 viene posticipata a data da definirsi. Gli istruttori decidono di coinvolgere il gruppo per una **lezione extra presso la palestra SASP**. Sono contento perché, nonostante il meteo, abbiamo comunque la possibilità di imparare qualcosa di utile e approfondire la nostra conoscenza sulle manovre con le corde. Dopo una breve introduzione teorica, ci dividiamo in gruppi e a turno proviamo a mettere in pratica le tecniche apprese sulle legature della cordata, facendo anche pratica con le manovre di soccorso.

Rifugio Mantova, coordinamento istruttori



Il corso prosegue in un periodo di incertezze meteorologiche. Anche questo fa parte del gioco e soprattutto in montagna il meteo è una variabile costante. Dopo un'attenta valutazione si decide che la terza uscita in ambiente sfrutti una finestra di bel tempo nella zona della **bassa Valle di Susa**. Così ci dirigiamo verso **Rocca Sella**, dove andiamo ad affrontare la **Via Accademica e la Via Gervasutti**. Pur immersi nella nebbia, riusciamo a goderci una bella scalata su roccia con difficoltà tra il terzo e quinto grado, su due vie che si adattano a chi, con poca esperienza, vuole cimentarsi con l'utilizzo di friends e cordini.

Siamo ora a metà del corso e si sale di quota per il weekend al Rifugio Giacoletti, in **alta Valle Po**. Il primo giorno, sfruttando l'abbondante innevamento ancora presente a giugno, ne approfittiamo per imparare tecniche di sicurezza anche sulla neve.

L'ambiente è unico: siamo al cospetto del **Monviso** e sotto le **Punte Udine e Venezia**.

A fine giornata parte una lunga battaglia giocando a Jenga ai tavoli del rifugio.

L'indomani la sveglia suona presto e fuori c'è uno scenario glaciale. Così alle prime luci dell'alba attacchiamo il **Couloir del Porco**. Grazie allo straordinario innevamento lo affrontiamo tutto "in conserva" e progredendo sempre con picca e ramponi superiamo la ripida parete che porta in cima alla **Punta Udine**.

Siamo arrivati quasi al termine di questo bellissimo percorso ed una sorpresa ci aspetta. In occasione del 160° anniversario del Club Alpino Italiano, abbiamo l'onore di essere i tefofori che porteranno la Fiaccola sul **Monte Rosa**, in una delle tappe a staffetta che vedono coinvolte alcune scuole e sottosezioni, tra rifugi e vette dal grande valore simbolico.

Inizia ora l'ultimo weekend di aria sottile. Si parte con la prima funivia che ci porta ad **Indren** e dopo aver formato le cordate inizia il cammino. L'obiettivo della giornata è la **Piramide Vincent** salendo dalla sua cresta Sud-Ovest, una bella via di misto divertente. Per alcuni di noi è il battesimo dei 4000, dove fatica e fiato corto, dovuti alla scarsa concentrazione di ossigeno si fanno sentire.

Ma quando sull'altimetro leggi per la prima volta la faticosa quota, l'emozione e l'adrenalina prendono il sopravvento, le energie sembrano tornare e si arriva alla vetta. Mega foto di rito, sollevando la Fiaccola del Cai e si scende, attraversando il ghiacciaio, verso il **Rifugio Mantova**. L'ambiente d'alta quota è spettacolare.



Punta Udine, salita dal Couloir del Porco



Punta Vincent, salita dalla cresta SO



Rocca Sbarua, diretti al "Genepi"





È ancora buio quando accendiamo le luci frontali e ci leghiamo per partire. Le previsioni sono ottime, assenza di vento e condizioni del ghiacciaio spettacolari, ma si procede sempre con massima attenzione, perché l'insidia dei crepacci è sempre presente. Puntiamo a due delle **cime del Massiccio del Rosa, la Ludwigshöhe e il Corno Nero** che, con il suo scivolo nevoso da risalire e una pendenza di 50 gradi, porta ad una cresta molto aerea e fino alla **Madonnina** di vetta a 4321 m. La giornata è fotonica e le cordate raggiungono gli obiettivi.

#### Ma dove sta la bellezza?

Siamo definiti i conquistatori dell'inutile, ma la realtà è ben diversa. Conquistiamo valori fortissimi e spesso dimenticati. Conquistiamo la fiducia in noi stessi e verso i nostri compagni di cordata, il rispetto verso un ambiente severo ma fragile. Conquistiamo albe e tramonti indimenticabili, momenti dove le stesse emozioni vengono condivise. Conquistiamo una consapevolezza diversa di noi stessi, che ci dà forza, capacità e attenzione verso un ambiente a volte ostile, ma che, se frequentato con il giusto approccio, sa regalare molto.

Grazie a tutti.

**To be continued...**

**Rosario Pullano,  
Andrea Bertola  
& Francesco Armigliato**



Punta Udine, pendio finale



Corno Nero, calate in doppia

## Alpinismo giovanile

### Kids Time!

Ecco il nuovo progetto del Club Alpino sezione di ORBASSANO, per i giovanissimi!

Nel 2023 abbiamo inaugurato l'evento **OPEN WEEK**, una settimana di incontri, proiezioni di film e chiacchiere, con un programma tardo pomeridiano dedicato proprio **agli under 18**,

per affrontare in modo divertente, ma non superficiale, le tematiche più care alla nostra associazione: la conoscenza, la salvaguardia dell'ambiente e la frequentazione responsabile della montagna.

Vi aspettiamo numerosi al prossimo **OPEN WEEK** e alle prossime giornate **KIDS TIME!** Occhio al sito!

# Un insolito compagno di escursione

Anche oggi non sono sola, **un fedele amico mi accompagna** in un'escursione in montagna, durante la quale so che il meteo sarà buono solo per mezza giornata. A causa dell'instabilità, la salita da intraprendere è "a cottimo", e chi si doveva aggregare a me rinuncia fin da casa. Grazie al bollettino di Nimbus azzecco la zona meno a rischio per i rovesci e intraprendo una gita senza meta finale prefissata. Mi incammino alle 7.40 da sopra Pragelato tramite il sentiero GTA che, in modo diretto, conduce al Grand Puy. **Il cielo è azzurro con qualche piccola nube isolata.** In trenta minuti sono su, ma le nubi sono più veloci di me e sono già aumentate. Attraverso la borgata deserta, è lunedì e in giro ci sono solo pensionati o barbieri. I cani dell'agriturismo sono rinchiusi, solo uno gironzola a distanza e apparentemente non mi ha visto. Dopo venti minuti mi accorgo di non essere sola: **il cane mi segue.** Non gli do confidenza perché so cosa capiterebbe, ma presto mi rendo conto che l'amico ha deciso di proseguire l'escursione con me.

Realizzo che in quota entrerò in zona parco, tento di rimandarlo a casa, ma lui non vuole farsi comandare da una donna, infine penso anche alle problematiche avute in autunno con un guardia-parco per il medesimo problema. Intanto in cielo i cumuli e nubi sono sempre più numerosi a confermare i possibili rovesci delle ore centrali, raggiunge la quota 2520 mt sopra al colle Lauson e decido di fermarmi lì: devo pensare al lungo rientro e soprattutto che sia il meteo sia il cane siano più veloci di me. Sosto per le foto, anche **l'amico fedele si accovaccia sulla neve**, noto che si osserva attorno, sembra affascinato anche lui da tanta bellezza, intanto io mangio cioccolato e lui qualche crackers. Inizio la discesa, il cane sulla dorsale si rotola sulla neve felice con le zampe all'insù, corre avanti e indietro, vorrei avere io tutta quell'energia. Intanto il meteo è peggiorato, capisco che verso il colle delle Finestre è in atto un rovescio nevoso e accelero la discesa. Anche il cane intuisce che c'è rischio di pioggia, si volta

come per salutare e corre verso casa. Quando transito in borgata lo ritrovo **a casa sua accovacciato vicino alla sua ciotola**, il campanile intanto suona mezzogiorno, e lui è in postazione pranzo. Lo saluto agitando la mano, lo ringrazio per la compagnia, e lui da vero cavaliere si alza e si avvicina per una carezza scodinzolando. Lo lascio ora alla sua padrona e, **ricoscente per l'insolita compagnia**, anch'io rientro in mezz'ora all'auto contemporaneamente al rovescio nevoso che sta interessando già l'Albergian e i vetri della mia auto con le prime goccioline. Grazie amico fedele, non so nemmeno il tuo nome, ti sei sempre fatto capire oltre che essere un cane ubbidiente e non invadente. Anche oggi **un animale ha insegnato qualche cosa all'essere umano**, e questa non è una sensazione. J. W. Von Goethe mi ricorda questo pensiero: "la bellezza è negli occhi di chi guarda".

**Adriana Audisio**

# Concorso fotografico 2024

Ecco le foto vincitrici del **concorso fotografico!**

Un ringraziamento particolare va a Isaia, Sfragaro e Rosà per la bellissima serata che hanno fatto nello Spazio A.E.R. di Orbassano in gemellaggio con il Corso di Fotografia organizzato dalla Città di Orbassano.

Uno **splendido momento del 2023** che speriamo possa essere replicato!

**3° classificato | Manuel Marletta**

Cielo in burrasca



**1° classificato | Marco Isaia**

Guardando la Via Lattea



**4° classificato | Sergio Rosà**

Volpe nella neve



**2° classificato | Alex Sfragaro**

Spiragli

***Sulla montagna sentiamo la gioia di vivere,  
la commozione di sentirsi buoni  
e il sollievo di dimenticare le miserie terrene.  
Tutto questo perché siamo più vicini al cielo.***

**Emilio Comici (Alpinista)**

**Buone Feste  
a tutti i soci e alle loro famiglie!**

**CAI***n...forma*

**Notiziario annuale del C.A.I. di Orbassano**

**Direttore Responsabile** | Sergio Solavaggione

**Responsabile di Redazione** | Enrica Peer

**Redazione** | Adriana Audisio, Elisabetta Bellina, Cristina Garnerò, Gabriella Luttati, Marta Nicola, Manuela Romano

Hanno collaborato alla stesura di questo numero:

Francesco Armigliato, Andrea Bertola, Irene Bolognesi, Michael Celona, Davide Gandolfi, Gianluca Menichetti, Alessandra Neri, Fabio Pettiti, Asya Pugliano, Rosario Pullano, Marco Spinato.

**Realizzazione grafica** | Noemi Bassi