CAI
CASTIGLIONE DELLE STIVIERE

PROGRAMMA 2026

CALENDARIO 2026

Escursionismo invernale		
17/01 - S	Altopiano di Cariadeghe	pg. 13
01/02 - D	Madonna Pietralba - Malga Laab	pg. 15
15/02 - D	Col di Poma	pg. 16
22/02 - D	Pizzo di Levico	pg. 18
08/03 - D	Enzbirch	pg. 21
22/03 - D	Spina del Lupo	pg. 24
27-29/03 - V-D	Superciaspolata - Parco Stelvio	pg. 25

Alpinismo		
11/01 - D	Vajo delle frane e del cengio	pg. 12
25/01 - D	Vajo dei colori	pg. 14
01/03 - D	Canale del dito	pg. 19
07/06 - D	Ferrata Sasso dei Carbonari	pg. 38
21/06 - D	Cornone di Blumone	pg. 40
27-28/06 - SD	Similaun	pg. 42
05/07 - D	Pizzo Recastello	pg. 43
11-12/07 - SD	Testa del Rutor	pg. 45
25-26/07 - SD	Polluce e Castore	pg. 48
29-30/08 - SD	Cima Plem	pg. 50
04/10 - D	Ferrata Maurizio	pg. 55

Cicloescursionismo		
18/04 - S	Colline Moreniche	pg. 29
17/05 - D	Valtenesi	pg. 34

Eventi		
20/03 - V	Assemblea dei soci	pg. 58
----------	Eventi	pg. 58
08/11 - D	Castagnata	pg. 59
11/12 - V	Auguri di Natale	pg. 59

Escursionismo

18/02 - M	Sentiero Cava Monte Croce	pg. 17
04/03 - M	Dosso Sassello	pg. 20
15/03 - D	Monte Creò	pg. 22
18/03- M	Denti di Cavallo	pg. 23
01/04 - M	Rifugio Lausen	pg. 26
12/04 - D	Val del Boja	pg. 27
15/04 - M	Monte Bestone	pg. 28
26/04 - D	Cima Canfedin	pg. 30
29/04 - M	Monte Creino	pg. 31
10/05 - D	Pala della Falculotta	pg. 32
13/05 - M	Marmitte della Valzurio	pg. 33
24/05 - D	Rifugio Laeng + Pizzo Camino	pg. 35
27/05 - M	Monte Prato del Re	pg. 36
29/05 - V	Cima Costabella	pg. 37
10/06 - M	Pietra Parcellara	pg. 39
24/06 - M	Diga del Gleno	pg. 41
08/07 - M	Lago Erdemolo	pg. 44
19/07 - D	5 laghi di Valg oglio	pg. 46
22/07 - M	Pulpito del Poppekanzel	pg. 47
31/07-02/08 - V-D	Trekking Gran Paradiso	pg. 49
06/09 - D	Pizzo Arera	pg. 51
09/09 - M	Monte Lobbia	pg. 52
20/09 - D	Rifugio e monte Torsoleto	pg. 53
23/09 - M	Labirinto del Latemar	pg. 54
11/10 - D	Monte Palo	pg. 56
18/10 - D	Monte Visiolo	pg. 57

Torrentismo e speleologia

Uscite di torrentismo e speleologia verranno comunicate sui canali ufficiali nel corso dell'anno in base alle condizioni ambientali.

Punto di partenza *Dislivello totale in salita* *Tempo complessivo* *Ritrovo*

Punto di appoggio *Difficoltà* *Equipaggiamento* *Informazioni*

SCUOLA DI ALPINISMO "GIUSEPPE ROMANELLI"

CORSO FERRATE 2026

La nostra scuola di alpinismo per adulti organizza per il 2026 il corso di ferrate, rivolto a coloro che già praticano l'escursionismo e vogliono approfondire le varie tematiche di questa attività. Il calendario verrà pubblicato sul sito internet e prevede lezioni teoriche in aula, la sera presso la sede CAI e lezioni pratiche sia in palestra che in ambiente.
Il programma del corso verrà pubblicato sul sito internet della sezione.
Presentazione del corso ed iscrizioni: giovedì 15 gennaio 2026 ore 21.00 presso la sede CAI.

Per informazioni rivolgersi in sede il venerdì sera dalle 21:00 alle 23:00, oppure contattare Mauro Bettoncelli al 3387774871

CORSO ALPINISMO 2026

La nostra scuola di alpinismo per adulti organizza per il 2026 il corso di alpinismo, rivolto a coloro che hanno già una buona base di escursioni smo e ferrate e desiderano approcciarsi al mondo dell'arrampicata in ambiente e dei ghiacciai. Il calendario verrà pubblicato sul sito internet e prevede lezioni teoriche in aula, la sera presso la sede CAI e lezioni pratiche sia in palestra che in ambiente.
Il programma del corso verrà pubblicato sul sito internet della sezione.
Presentazione del corso ed iscrizioni: giovedì 10 settembre 2026 ore 21.00 presso la sede CAI.

Per informazioni rivolgersi in sede il venerdì sera dalle 21:00 alle 23:00.

CORSO DI ALPINISMO GIOVANILE 2026

Il corso di Alpinismo Giovanile è rivolto a ragazze e ragazzi di età compresa tra gli 8 ed i 17 anni. Ha come obiettivo quello di fornire ai giovani partecipanti le nozioni di base per avvicinarsi alla montagna in sicurezza e di "imparare giocando".
Per partecipare al corso di Alpinismo Giovanile sono necessari:
• tesseramento CAI valido per l'anno in corso (chi si iscrive per la prima volta al CAI deve portare una fotografia formato tessera);
• versamento della quota di partecipazione.
I costi dell'uscita di due giorni e del mini trekking di tre giorni (per i più grandi) sono a parte.

La presentazione del corso è fissata per sabato 07 febbraio 2026 alle ore 17.00 presso la sede della Sezione.

L'iscrizione al corso può essere effettuata nelle serate:
- venerdì 13 febbraio 2026 dalle ore 20:00 alle 21:30
- venerdì 20 febbraio 2026 dalle ore 20.00 alle 21:30

presso la sede CAI.

Per informazioni sul corso di Alpinismo Giovanile:

Giovanni Bresciani - 3490806026 - elettricabg@gmail.com
Nicola Menegato - 3281730965 - nicolamenegato@virgilio.it

Calendario

22/03	Arco (TN)
14/04	Arrampicata in ambiente
26/04	Giornata della Terra - Castiglione d/S
10/05	Lessinia (VR)
24/05	Vilminore di Scalve(BG)
07/06	Monte Pizzoccolo (BS)
27-28/06	Uscita conclusiva di due giorni
24-25-26/07	Minitrekking 3gg
20/09	Tignale (BS)
24/10	Pizzata conclusiva

NB. Per motivi organizzativi I dettagli sulle uscite verranno comunicati per tempo agli iscritti e verranno pubblicati sul sito della sezione.

PALESTRA DI ARRAMPICATA

Per tutti i nostri soci, è disponibile la palestra di arrampicata indoor del Gruppo Lemuri di Volta Mantovana, aperta il martedì e il giovedì dalle 21:00 alle 23:00.
Oltre ad essere in regola con il tesseramento CAI, è necessario versare la quota annua di iscrizione al gruppo.

Per maggiori informazioni, recarsi in palestra nei giorni indicati.

Palestra Via Ivanoe Bonomi, 35, 46049 Volta Mantovana MN

CLASSIFICAZIONE DELLE DIFFICOLTA' ESCURSIONISTICHE

T - Itinerario Turistico
Itinerario accessibile a tutti su stradine, mulattiere o larghi sentieri. I percorsi generalmente non sono lunghi, non presentano alcun problema di orientamento e non richiedono un allenamento specifico se non quello tipico della passeggiata.

EAI - Escursionistico Ambiente Innevato
Itinerario innevato percorribile con attrezzatura idonea (ciaspole, ramponcini).

E - Itinerario Escursionistico
Itinerario facile e poco impegnativo su sentieri in terreni di vario genere (pascoli, detriti, pietraie...). I percorsi sono generalmente segnalati con vernice od ometti. Possono svolgersi anche in ambienti innevati ma solo lievemente inclinati. Richiedono una sufficiente capacità di orientamento, allenamento alla camminata anche per qualche ora.

EE - Escursionistico per Esperti
Itinerario abbastanza impegnativo generalmente segnalato ma con qualche difficoltà: il terreno può essere costituito da pendii scivolosi di erba, misti di rocce ed erba, pietraie, lievi pendii innevati o anche singoli passaggi rocciosi di facile arrampicata. Richiedono una discreta conoscenza dell'ambiente alpino, passo sicuro ed assenza di vertigini. La preparazione fisica deve essere adeguata ad una giornata di cammino abbastanza continuo.

EEA - Sentiero Attrezzato
Itinerario Escursionistico per Esperti che richiede l'uso dei dispositivi di autoassicurazione, casco, imbrago e set da ferrata. Vengono indicati i percorsi attrezzati (o vie ferrate).

A - Alpinistico per esperti
Itinerario impegnativo, anche con tratti non segnalati, con difficoltà di tipo alpinistico: pendii ripidi, canali, arrampicata su roccia, progressione in cordata, attraversamento di nevai o di ghiacciai. Richiede un equipaggiamento alpinistico completo: casco, imbrago, corde, moschettoni, ramponi, piccozza.

- F Percorso alpinistico facile: richiede esperienza nelle difficoltà precedenti e collaudate nozioni alpinistiche.
- PD Percorso alpinistico poco difficile.
- AD Percorso alpinistico abbastanza difficile.

CLASSIFICAZIONE DELLE DIFFICOLTA' SPELEOLOGIA E TORRENTISMO

DIFFICOLTÀ PROGRESSIONE IN GROTTA

1: percorsoinambienteconbassogradodipericoli oggettivi,nessunadifficoltà tecnica oltre alle normali attenzioni di progressione escursionistiche, nessuna strettoia o restringimento considerevole.
2: percorso in ambiente con basso grado di pericoli oggettivi, difficolta tecniche facili e discontinue, strettoie brevi e comode.
3: percorso con pericoli oggettivi individuati, difficoltà sostenute che richiedono l'uso della progressione su corda, strettoie lunghe e disagevoli.
4: percorso con caratteristiche di pericoli e difficoltà tecnica superiore alle precedenti.

DIFFICOLTÀ ACQUATICA / VERTICALE CANYONING

1 - MOLTO FACILE: Assenza d'acqua o marcia in acque calme, nuotate facoltative / Nessuna calata, corda normalmente inutile per la progressione, no passaggi arrampicata.
2 - FACILE: Nuotate non più lunghe di 30m in acque calme; salti semplici inferiori ai 3m, scivoli corti o in leggera pendenza / Presenza di calate ad esecuzione facile ed inferiori ai 10m, passaggi di arrampicata facili e non esposti.
3 - POCO DIFFICILE: Progressione in correnti deboli, salti semplici da 3 a 5m, scivoli lunghi o con pendenza media / Verticali con portata debole; presenza di calate di accesso ed esecuzione facili inferiori ai 30m; posa di mancorrenti semplici; marcia tecnica che richiede attenzione e ricerca dell'itinerario su terreno che può essere scivoloso o nell'acqua; passaggi di arrampicata fino a 3C.
4 - ABBASTANZA DIFFICILE: Immersioni prolungate con perdita di calore piuttosto consistente; corrente media; salti semplici da 5 a 8m; scivoli molto lunghi o a forte pendenza/Verticali con portata debole o media; presenza di calate di accesso difficile e/o superiori ai 30m; posa di mancorrenti delicati, ricezione in vasca dove occorre nuotare; passaggi di arrampicata fino al 4C o A0 esposti.
5 - DIFFICILE: Immersioni prolungate in acqua fredda; progressione in correnti abbastanza forti, tali da incidere sulla traiettoria del nuoto; difficoltà legate ai fenomeni di acqua bianca che possono provocare un bloccaggio temporaneo; salti semplici da 8 a 10m; salti con difficoltà di partenza, traiettoria o ricezione; sifoni larghi / Verticali con portata media o forte; concatenamento di calate in parete con soste aeree; superamento di vasche durante la discesa; superficie scivolosa o presenza di ostacoli; recupero della corda difficoltoso; passaggi di arrampicata esposti fino al 5C o A1.
6 - MOLTO DIFFICILE: Progressione in corrente forte, tale da rendere difficoltosi il nuoto, la sosta e l'ingresso in corrente; salti semplici da 10 ai 14m; salti con difficoltà da 8 a 10m / Verticali con portata forte o molto forte; cascate consistenti; superamento difficile che necessita una gestione efficace della traiettoria e dell'equilibrio; installazione delle soste difficile; installazione di mancorrenti delicati; passaggi di arrampicata esposti, fino al 6° o A2; superficie scivolosa o instabile; vasche di ricezione fortemente turbolente.
7 - ESTREMAMENTE DIFFICILE: Progressione in corrente molto forte; movimenti di acqua violenti che possono provocare un prolungato bloccaggio del torrentista; salti semplici superiori ai 14m; salti con difficoltà di partenza, di traiettoria e di ricezione superiori ai 10m / Verticali con portata forte o estremamente forte; cascate molto consistenti; superamento molto difficile che necessita la gestione della corda e del ritmo della discesa; passaggi di arrampicata esposti superiori al 6; visibilità limitata e ostacoli frequenti; possibili passaggi in corso o alla fine della calata in vasche con movimenti d'acqua potenti; controllo della respirazione, passaggi in apnea.

CLASSIFICAZIONE DELLE DIFFICOLTA' SCIALPINISTICHE

La condizione reale del manto nevoso è un parametro da tenere sempre in considerazione al di là di ogni classificazione dell'itinerario. La temperatura, la qualità e la quantità della neve possono incidere anche non di poco nel determinare la difficoltà di una discesa con gli sci. Nello scialpinismo classico la scala delle difficoltà tutt'ora maggiormente diffusa nelle Alpi è quella di Blachère. Questa scala molto semplice si articola su 3 livelli:

MS - Medio Sciatore
É in grado di curvare su pendenze medie inferiori a 25°, pendii ampi e senza passaggi obbligati. Teme il ripido e i passaggi stretti.

BS - Buon Sciatore
Padronanza tecnica su pendenze fino a 40° (esclusa neve dura) e/o passaggi stretti obbligati.

OS - Ottimo Sciatore
Pendenze oltre i 40° (o anche meno in presenza di neve ghiacciata) con passaggi stretti obbligati.

L'aggiunta della lettera A dopo la sigla sta indicare un itinerario con passaggi alpinistici dove lo sciatore deve conoscere l'utilizzo della corda, della piccozza o dei ramponi (attraversamento di ghiacciai crepacciati, tratti di arrampicata, pendii ripidi, lunghezza dell'itinerario, cornici, ecc.). Le difficoltà diventano:

MSA: Medio Sciatore Alpinista
BSA: Buon Sciatore Alpinista
OSA: Ottimo Sciatore Alpinista

In base alla Legge Regionale 26 del 1/10/2014 gli sciatori fuori pista, gli sci alpinisti, gli escursionisti con e senza ciaspole, devono munirsi degli appositi sistemi di autosoccorso qualora sussistano pericoli di valanghe (ossia ARTVA, pala e sonda)

11/01
DOM

VAJO DELLE FRANE E DEL CENGIO - 1933 m

Alpinismo

Piccole Dolomiti - Prealpi Venete - Gruppo del Carega	
Rifugio Campogrosso	Rifugio Campogrosso
911 m	6 ore
PD	Alpinismo + kit ARTVA
Parcheggio piscine Domenica ore 04:00	Giorgio Busoli - 3687630182 Bruno Scrivanti - 3666431749

Bellissima escursione di ghiaccio per un lungo canalone in uno spettacolare scenario dolomitico. Breve Vajo sul Gruppo del Fumante (Carega) pendenze generalmente sui 45-50° con uscita su lungo traverso che entra nel Vajo Dal Cengio Questa via anche se non è la più facile per raggiungere la sommità è sicuramente la meno impegnativa di tutte quelle che salgono dal versante recoarese.

ALTOPIANO DI CARIADEGHE - 1168 m

17/01
SAB

Escursionismo invernale (notturna)

Val Gobbia - Valle Sabbia	
Serle	Da definire
400 m	3 ore
EAI	Invernale + Ciaspole + kit ARTVA
Parcheggio piscine Sabato ore 16:30	Bruno Scrivanti - 3666431749 Guerrino Zagni - 3477834505

Leggera passeggiata in notturna sull'altopiano di Cariadeghe con cena in un locale di Serle.

Richiesta prenotazione anticipata e versamento quota cena.
I dettagli verranno comunicati per tempo.

25/01
DOM

VAJO DEI COLORI - 2259 m

Alpinismo

Piccole Dolomiti - Prealpi Venete - Gruppo del Carega	
Rifugio Campogrosso	Rifugio Campogrosso
1000 (700 il vajo) m	6 ore
PD	Alpinismo + kit ARTVA
Parcheggio piscine Domenica ore 04:00	Giorgio Busoli - 3687630182 Giovanni Salodini - 3345091533

Bellissima escursione di ghiaccio per un lungo canalone che risale il versante NE del Carega in uno spettacolare scenario dolomitico.Pur non essendo di difficoltà particolarmente elevata, o di lunghezza estrema, è una meta ambita e apprezzata da molti alpinisti amanti delle salite invernali.

Occorre, come anche per altri luoghi simili, saper scegliere le condizioni giuste, che sono di buon innevamento, ma con fondo assestato. In tal caso, con picca e ramponi, la salita non opporrà particolari difficoltà, pur richiedendo un minimo di esperienza sullo specifico tipo di terreno.

MADONNA PIETRALBA - MALGA LAAB

01/02
DOM

Escursionismo invernale

Val d'Ega	
Nova Ponente (BZ)	Malga Laab
400 m	4 ore
EAI	Invernale + Ciaspole + kit ARTVA
Parcheggio piscine Domenica ore 06:30	Mauro Bettoncelli - 3387774871 Luciano Guidetti - 3286542867

Questa escursione con le racchette da neve conduce a uno dei luoghi più amati di tutta la regione: il Santuario della Madonna di Pietralba, una delle principali mete di pellegrinaggio dell'Alto Adige, come dimostrano i numerosi ex-voto alla Madonna delle Grazie lasciati nei secoli dai fedeli.

15/02
DOM

COL DI POMA - 2420 m

Escursionismo invernale - Scialpinismo

Dolomiti di Eores	
Malga Zannes (a pagamento 10€)	Malga Zannes
750 m	5 ore
EAI - MS	Ciaspole o sci + kit ARTVA
Parcheggio piscine Domenica ore 06:00	Marcello Torresani - 3357300710 Mauro Bettoncelli - 3387774871 Bruno Scrivanti - 3666431749

La partenza è dalla Malga Zannes con indicazioni per il Col di Poma. Dopo un breve tratto su strada forestale adibita anche a pista da slittino, si prosegue su terreno libero fino a raggiungere Malga Kaserill. Dopo la malga si imbocca la valle che scende davanti a noi che seguendola con un ampio giro ci condurrà in vetta alla nostra cima. Con condizioni meteo favorevoli ampio panorama su tutte le Odle e possibilità di discesa sull'altro versante con giro ad anello.

SENTIERO CAVA MONTE CROCE - 260 m

Escursionismo

18/02
MERC

Colli Euganei	
Battaglia Terme	-
250 m	3 ore
E - EE	Escursionismo
Parcheggio piscine Mercoledì ore 07:00	Mauro Bettoncelli - 3387774871 Franco Brigoni - 3482611914

Situato nel territorio comunale di Battaglia Terme, il percorso ricade in un' area di grande pregio naturalistico e paesaggistico, tra le più particolari e ricche di biodiversità del Parco; esso attraversa infatti zone a protezione agro-forestale ma anche e soprattutto zone di Riserva Naturale Integrale e Orientata. Si percorrono le "creste" dei Monti Croce, Spinefrasse e Ceva, dove trova spazio l'Habitat denominato "Formazioni erbose rupicole calcicole", nella parte sommitale, chiudendo l'anello completo con piste d'accesso al sottostante sentiero Ferro di Cavallo e alla Cava di Monte Croce.

22/02
DOM

PIZZO DI LEVICO - 1920 m

Escursionismo invernale

Valsugana	
Passo Vezzena	-
560 m	4,5 ore
EAI	Invernale + kit ARTVA
Parcheggio piscine Domenica ore 06:30	Mauro Bettoncelli - 3387774871 Luciano Guidetti - 3286542867

La "ciaspolata Pizzo di Levico" è un'escursione invernale con le ciaspole (racchette da neve) che porta alla cima del Pizzo di Levico, conosciuta anche come Cima Vezzena, a 1908 metri di altitudine. Il percorso, con partenza dal Passo di Vezzena, è considerato facile/medio-facile e offre un panorama spettacolare sulla Valsugana e sui laghi di Levico e Caldonazzo. L'itinerario include il passaggio vicino ai resti del Forte Verle e si snoda su strade e sentieri militari, spesso in condizioni innevate o ghiacciate, con la possibilità di completare l'anello anche tramite la strada militare per il ritorno.

CANALE DEL DITO - 2115 m

Alpinismo

01/03
DOM

Alpi Orobie - Val Seriana - Pizzo Corzene	
Passo Presolana	Rif. Casinelli
1000 m	8 ore
PD	Alpinismo + kit ARTVA
Parcheggio piscine Domenica ore 04:00	Giorgio Busoli - 3687630182 Giovanni Salodini - 3345091533

Ottimo itinerario per cominciare ad approcciare i canali in inverno, un facile ma gratificante canale, situato in un angolo incantevole e con un panorama fantastico sulle pareti del versante sud della Presolana. Grazie alla sua posizione, le condizioni invernali permangono a lungo. Il canale del dito è ideale, oltre per chi ha già esperienza su questo tipo di salite, soprattutto per chi vuole avvicinarsi la prima volta alla progressione su questo tipo di terreni.

04/03
MERC

DOSSO SASSELLO - 1006 m

Escursionismo

Prealpi Bresciane - Lago d'Idro	
Pieve Vecchia	-
600 m	4 ore
E - EE	Escursionismo
Parcheggio piscine Mercoledì ore 07:00	Mauro Bettoncelli - 3387774871 Oliviero Tedoldi - 3683893482

Una lunga dorsale montuosa delimita la sponda occidentale del Lago di Idro nel tratto compreso tra Pieve Vecchia ed Anfo. Si tratta di una catena con cime intorno ai 1000 metri che si sviluppa parallelamente al lago. Provenendo da sud la prima elevazione di rilievo è il Dosso Sassello, sommità che concede una bella e facile ascensione adatta a tutti. Maggiormente impervia appare la salita al Paghera, punto più elevato della dorsale che comunque può essere raggiunto senza difficoltà salendo da Anfo; nel nostro caso l'ascensione avviene in traversata dal Dosso Sassello con un percorso un po' più impegnativo ma comunque all'altezza di un buon escursionista.

ENZBIRCH - 1428 m

Escursionismo invernale

08/03
DOM

Val d'Ega	
Nova Ponente, Piazza Gibitz	-
520 m	4,5 ore
EAI	Invernale + ARTVA-PALA-SONDA
Parcheggio piscine Domenica ore 06:00	Bruno Scrivanti - 3666431749 Guerrino Zagni - 3477834505

L'escursione con le ciaspole all'"Enzbirch", insediamento primordiale, attraversa un idilliaco paesaggio invernale caratterizzato da fitte foreste e vasti campi di neve. Lo stesso Enzbirch, una collina ricoperta di vegetazione, testimonia l'importanza storica della regione. Qui si trovano i resti di un antico castello bastionato. Da qui si apre un panorama mozzafiato con vista sulla Val d'Adige.

15/03
DOM

MONTE CREÒ - 1106 m

Escursionismo

Lago di Iseo	
Parzanica	-
400 m	3,5 ore
E	Escursionistico
Parcheggio piscine Domenica ore 06:30	Bruno Scrivanti - 3666431749 Guerrino Zagni - 3477834505

Sulla sponda bergamasca del Lago d'Iseo, vicino a Parzanica, sorge il Santuario della Santissima Trinità, una chiesa romanica situata a circa 1.000 metri di altitudine che offre uno splendido punto panoramico sul lago.
La vista spazierà verso il lago d'Iseo su Monte isola, Corna Trentapassi, Punta Almana, Monte Guglielmo. Guardando invece verso l'interno potrete osservare il monte Bronzone.

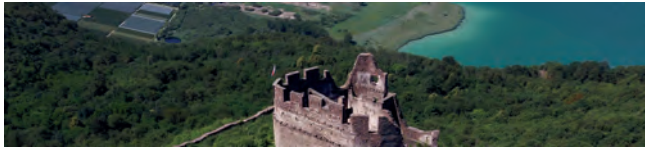
DENTI DI CAVALLO - 609 m

Escursionismo

18/03
MERC

Lago di Caldaro	
Loc. Kreit Campi a Lago	-
500 m	4,5 ore
E	Escursionismo
Parcheggio piscine Domenica ore 07:00	Silvano Tosini - 3356179740 Giuliana Ghiraldini - 3939840339

Nelle vicinanze delle rovine di Castelchiaro, sopra il Lago di Caldaro, troviamo un'attrazione, le rocce dei Denti di Cavallo.
I Denti di Cavallo (Rosszähne) assomigliano, con un po' di fantasia, veramente alla dentatura di un cavallo. Queste rocce si trovano poste strette una vicina l'altra, e offrono una splendida vista panoramica sulla valle. Parcheggiamo a Kreit, una piccola località sopra Campi al Lago. Ci avviamo sul sentiero n. 18 in direzione Castelchiaro (Leuchtenburg) ed attraversiamo inizialmente vigneti e frutteti.
Dopo alcuni minuti giungiamo in un bosco, dove il sentiero diventa più ripido, e dopo ca. mezz'ora di cammino troviamo un incrocio. Il sentiero a sinistra porta alle rovine di Castelchiaro, mentre il sentiero dritto ci porta ai Denti di Cavallo. Dopo ca. 15 minuti abbiamo raggiunto la nostra meta, ma prima decidiamo di fare una deviazione alle fonti di aria calda, i quali si trovano a poca distanza. Questo monumento protetto è un fenomeno naturale ancora oggi non del tutto spiegato: dalle varie cavità naturali esce aria calda.
Infine ci avviamo ai Denti di Cavallo, i quali vogliono essere osservati nel dettaglio. Scavalchiamo piccole rocce, passiamo attraverso i canali stretti e scopriamo piccole caverne. Il panorama da qui è mozzafiato e include il Lago di Caldaro, Termeno, Ora, Egna, Laives e parti di Bolzano.



22/03
DOM

SPINA DEL LUPO - 2776 m

Scialpinismo

Alpi della Zillertal	
Brennero Ex locanda Wolf	-
1400 m	6,5 ore
BS - OS	Sci + kit ARTVA-PALA-SONDA
Parcheggio piscine Domenica ore 05:30	Marcello Torresani - 3357300710 Mauro Bettoncelli - 3387774871

Si parte dall'ex locanda Wolf e seguendo in parte il tracciato estivo saliremo per il versante Sudovest della nostra meta su pendii mai troppo ripidi ma comunque con pendenze di circa 30°. dapprima per sentiero poi per boschi e prati arriviamo alla conca sotto alla sella, che raggiungeremo aggirando su terreno aperto la caratteristica roccia del Wolfendornkind. Ora a seconda delle condizioni si sale il pendio finale di circa 40° fino alla vetta. Discesa per l'itinerario di salita con possibilità di alcune varianti più impegnative.

SUPERCIASPOLATA - STELVIO

Escursionismo invernale

27-28-29/03
VEN - DOM

Parco dello Stelvio

Da definire

Da definire

Da definire

Da definire

Da definire

Invernale - kit ARTVA-PALA-SONDA

Parcheggio piscine
Venerdì ore da definire

Mauro Bettoncelli - 3387774871
Bruno Scrivanti - 3666431749
Guerrino Zagni - 3477834505

Proponiamo una tre giorni nel Parco dello Stevio per alcuni itinerari invernali con le ciaspole e, perché no, anche di scialpinismo. I dettagli verranno forniti in seguito.

01/04
MERC

RIFUGIO LAUSEN - 1220 m

Escursionismo

Lessinia Orientale	
Velo Veronese	Rifugio Lausen
550 m	4 ore
E	Escursionismo
Parcheggio piscine Mercoledì ore 07:00	Silvano Tosini - 3356179740 Luciano Guidetti - 3286542867

Storica malga della Lessinia, il Rifugio Lausen (che in cimbro significa "Casa dei buoi") è stato ristrutturato nel rispetto delle sue antiche origini dalla famiglia Guzzo e da novembre del 2017 è gestito dalla guida alpina Danny Zampiccoli.
Il percorso per raggiungerlo è molto vario ed interessante dal punto di vista storico-paesaggistico perché sono presenti numerosi nuclei di malghe dalle caratteristiche tipiche della Lessinia.
Il Rifugio, situato a 1220 m., è un luogo incantevole dove lo sguardo spazia dalla pianura Padana fino agli Appennini; verso est, oltre i colli Euganei, non è raro poter vedere Venezia e alle sue spalle, predomina il Monte Carega con i suoi 2.259 metri di altezza.

VAL DEL BOJA
Escursionismo

12/04
DOM

Piccole Dolomiti - Alti Lessini

Campotamaso

650 m

E

Parcheggio piscine
Domenica ore 07:00

-

6 ore

Escursionismo

Giuliana Ghiraldini - 3939840339
Oliviero Tedoldi - 3683893482

Un'escursione tra grotte nascoste, pittoresche cascate, fonti e ponticelli in legno da attraversare.Saremo accompagnati dal folklore locale che vede la zona popolata da figure mitologiche come i Salbanei dei quali scoveremo tracce e abitazioni. Proseguendo lungo il sentiero su un tratto di sentiero che ci condurrà in cresta del M.Castiglieri dove troveremo l'omonima croce, passeremo dal M.Turigi e omonimo osservatorio, rientrando con un giro ad anello al parcheggio di partenza.

15/04
MERC

MONTE BESTONE - 914 m

Escursionismo

Parco alto Garda Bresciano	
Eustecchio	-
475 m	4 ore
E - EE	Escursionismo
Parcheggio piscine Mercoledì ore 07:00	Silvano Tosini - 3356179740 Franco Brigoni - 3482611914

L'escursione al Monte Bestone è tra le più panoramiche dell'Alto Garda Bresciano.
Parcheggiate le auto a Voltino, ci si inoltra tra gli stretti vicoli fino alla strada asfaltata che porta a quota 670 m. s.l.m. Dopo aver lasciato alle spalle l'Hotel Balze e le ultime case, si incontrano i primi cartelli segnaletici per il Monte Bestone con il sentiero numero 110, che prevede circa un'ora di camminata.
Il sentiero entra da subito nel bosco, salendo di traverso sulla dorsale e, dopo aver superato tutta la parte immersa nella vegetazione, arriva ad un primo belvedere. Da qui si può ammirare un bellissimo panorama su quasi tutto il Lago di Garda: da nord a sud, si osserva quasi tutta la sponda veronese. A strapiombo vediamo Limone, situata proprio sotto al Monte Bestone.
L'itinerario nel complesso è abbastanza semplice, si svolge prevalentemente in cresta e richiede per questo un po' di attenzione visto il fondo sassoso e la pendenza talvolta accentuata.
Nei pressi della cima si trova un crocifisso, un piccolo altare e una campanella di bronzo realizzati dal gruppo Prosac di Tremosine sul Garda.
Il ritorno segue lo stesso sentiero dell'andata che, in circa 75 minuti di discesa, conduce al punto di partenza.

COLLINE MORENICHE - 200 m

Cicloescursionismo

18/04
SAB

Colline Moreniche

Solferino

400 m

T

Parcheggio piscine
Domenica ore 08:00

Happy Ristoro

3 ore

Contattare gli organizzatori

Filippo Cerpelloni - 3473218589
Nicola Oliosi - 3384543791

Escursione cicloturistica che attraversa le nostre colline Moreniche passando da una fitta rete di strade secondarie e sentieri fra boschi, vigneti e borghi rurali esplorando divertendosi in sella alle nostre mtb scorci di un territorio difficilmente accessibili nella vita di tutti i giorni.
Il ritrovo sarà presso il parcheggio del polo natatorio di Castiglione delle Stiviere alle ore 08:00.
(Possibilità di noleggio attrezzatura contattando anticipatamente i numeri degli accompagnatori).

26/04
DOM

CIMA CANFEDIN - 2034 m

Escursionismo

Gruppo del Brenta	
Molveno (a pagamento)	Malva Covelo
1215 m	7/8 ore
Ee	Escursionismo
Parcheggio piscine Domenica ore 06:00	Giovanni Salodini - 3345091533 Domenico Pizzetti - 3381309205

Piacevole, ma non brevissima, camminata che porta a una delle più belle terrazze sul gruppo del Brenta

MONTE CREINO - 1290 m

Escursionismo

29/04
MERC

Val di Gresta	
Pannone (TN)	Passo Santa Barbara
590 m	5 ore
E	Escursionismo
Parcheggio piscine Mercoledì ore 07:00	Silvano Tosini - 3356179740 Franco Brigoni - 3482611914

Questo itinerario, adatto anche a chi vuole passare qualche ora in mezzo alla natura, permette di camminare fra trincee, gallerie in roccia e postazioni realizzate dall'esercito austro-ungarico a partire dal 1914, alcune delle quali ancora in ottimo stato di conservazione.
Il monte Creino era un settore che godeva di una certa tranquillità. Le truppe che vi transitavano, consideravano la permanenza come un periodo di riposo. L'area però manteneva intatto l'importante ruolo di punto di osservazione e di snodo logistico.
Qui durante la Grande Guerra era sorto un complesso di baracche fornito di corrente elettrica e acqua potabile. A testimoniarne l'esistenza oggi c'è ancora una cappella a forma di granata, costruita nel dicembre 1915 dall'Unterjäger Alois Pichler di Bressanone, dedicata a Santa Barbara, patrona degli artiglieri.
Parcheggiate le auto a Pannone, si risale la strada asfaltata si imbocca a sinistra la piccola strada asfaltata che, attraverso caratteristici campi coltivati ad ortaggi, porta sulla cima del monte Creino. Lasciata alle spalle la croce di vetta, seguendo il sentiero, si punta verso la cresta orientale del monte, dove inizia una serie di manufatti d'epoca. Anzitutto un osservatorio da cui si ammira uno splendido panorama, lo stesso che Felix Hecht, giovane tenente dei Kaiserjäger, vide dal monte Stivo e descrisse nel suo ormai famoso diario di guerra: «La vista lassù è magnifica; si vedono all'orizzonte i monti del Catinaccio, del Pasubio, del Baldo, di Nota, del Carè Alto, della Presanella, del Brenta e dell'Ortles…»
Una gradinata in roccia porta al livello inferiore dell'osservatorio con aperture scavate nella roccia dalle quali i soldati austro-ungarici potevano controllare le posizioni italiane sull'Altissimo.

10/05
DOM

PALA DELLA FALCULOTTA - 2520 m

Escursionismo

Gruppo della Presanella	
Funivia dei Cinque Laghi	-
500 m	6 ore
E - EE	Escursionismo
Parcheggio piscine Domenica ore 06:00	Bruno Scrivanti - 3666431749 Giuliana Ghiraldini - 3939840339

Partenza dalla Stazione a monte della funivia dei Cinque Laghi (m 2059): Difficoltà: EE. Sino al Lago Ritorto T quindi E nel tratto successivo sino al Passo della Falculotta; EE dal Passo della Falculotta sino in cima per la totale assenza di segnaletica con scarsi punti di riferimento; nel tratto sommitale sono presenti passaggi di 1° grado su terreno un po' esposto (Vai alla scala delle difficoltà). Segnaletica: totale sino al Passo della Falculotta, del tutto assente nel tratto successivo con scarsi punti di riferimento. Dislivello assoluto: m 469. Acqua potabile sul percorso: assente.

MARMITTE DELLA VALZURIO - 1450 m

Escursionismo

13/05
MERC

Alpi Orobiche	
Loc. Spinelli - Valzurio	Baite del Moschel
500 m	4,5 ore
E	Escursionismo
Parcheggio piscine Mercoledì ore 07:00	Silvano Tosini - 3356179740 Matteo Zanetti - 3393779471

Il percorso è immerso nel bosco ed in sottofondo il rumore del fiume è davvero rilassante.

Non ci sono bivi sul sentiero, si arriva fino a dove si dovrà guadare il fiume, si attraversa e ci si ricongiunge con il sentiero che arriva dal parcheggio. Qui il paesaggio si apre ed il panorama sulle Baite del Möschel è davvero incantevole. Manca poco alla meta, altri 10 minuti di cammino e si arriva al ponticello Gemma e alle Marmitte dei Giganti. Sulla sinistra, prima della salita, c'è un piccolo sentiero che conduce alla cascata più scenografica e poi più su alle altre cascatelle con le relative Marmitte.

Selter Rui (il Buco del Freddo)

Sulla via del ritorno, si passa di nuovo nell'ampia radura delle Baite e scendendo lungo la forestale si incontra il Selter ruì o buco del freddo, una cavità naturale nella roccia dalla quale esce una corrente d'aria freddissima. Attorno a questa piccola cavità è stato costruito un deposito in pietra che serve tutt'ora a conservare formaggi e prodotti locali ad una temperatura costante al suo interno di 6,7°.

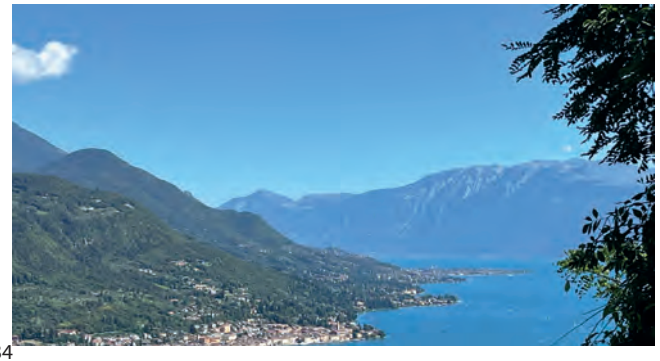
17/05
DOM

VALTENESI - 400 m

Cicloescursionismo

Valtenesi	
Castello di Padenghe	Chiosco Le Mamme
500 m	3 ore
T	Contattare gli organizzatori
Parcheggio piscine Domenica ore 08:00	Filippo Cerpelloni - 3473218589 Nicola Oliosi - 3384543791

Un suggestivo ciclo–tour che si snoda lungo le piste ciclabili della Valtenesi, tra dolci colline, uliveti e panorami sul lago di Garda.
La partenza è fissata presso il Castello di Padenghe, da cui si affrontano alcuni saliscendi fino a raggiungere il Castello di Drugolo, antica roccaforte risalente al X secolo.
Il percorso prosegue immerso nel verde, tra campi e sentieri panoramici, fino alla chiesetta degli Alpini, affacciata sul golfo di Salò. Da qui lo sguardo si apre sulla parte meridionale del lago, offrendo una vista spettacolare e un momento di autentica tranquillità.
Un itinerario ideale per chi desidera vivere la natura e la storia della Valtenesi in sella alla propria bici, in un equilibrio perfetto tra sport, cultura e paesaggio.



RIFUGIO LAENG + PIZZO CAMINO - 2491 m

Escursionismo

24/05
DOM

Val Camonica

Sommico (BS)

730 m E + 700 m EE

E - EE

Parcheggio piscine
Domenica ore 06:00

Rif. Laeng

8 ore

Contattare gli organizzatori
Guerrino Zagni - 3477834505
Oliviero Tedoldi - 3683893482
Giovanni Salodini - 3345091533

La salita fino al rifugio Laeng avviene su facile mulattiera quasi sempre nel bosco, solamente gli ultimi 100 metri sono su sentiero, arrivati al rifugio potremmo ammirare i laghi di Varicla. Qui si ferma chi fa solamente la parte escursionistica.
La seconda parte dell'escursione è solamente per escursionisti esperti.
Proseguendo troveremo tratti su sfasciumi e roccette, tratti esposti con alcuni passaggi su roccia da affrontare con cautela.
Discesa per lo stesso itinerario di salita, con fermata al rifugio per una sosta dove ci si ritroverà con chi ha fatto solamente la parte escursionistica.

27/05
MERC

MONTE PRATO DEL RE - 1624 m

Escursionismo

Parco Naturale Monte Corno - Val di Fiemme	
Cauria (BZ)	Fichtenhof
500 m	4 ore
E	Escursionismo
Parcheggio piscine Mercoledì ore 07:00	Silvano Tosini - 3356179740 Emma Sambinelli - 3381783329

Nonostante la sua relativa facilità di accesso, il Monte Prato del Re (ted. Königswiese), una montagna nel Parco Naturale Monte Corno è poco frequentata e presenta quindi una natura quasi incontaminata. Probabilmente perché in questa zona manca un rifugio o un luogo con possibilità di ristoro, oppure semplicemente perché è un luogo poco conosciuto. Punto di partenza è Cauria (Gfrill), una piccola località di montagna raggiungibile da Salorno prendendo la strada per Pochi (Buchholz). A piedi seguiamo brevemente la strada in direzione del paese e dopo circa 150 metri imbocchiamo la strada "via Prato del Re". Presto raggiungiamo la strada forestale Königwiese che seguiamo e, oltrepassati un paio di masi, proseguiamo nel bosco.

Al bivio manteniamo la sinistra e proseguiamo sulla strada forestale ancora per 1,5 km, dopodiché raggiungiamo l'incrocio dove imbocchiamo il sentiero sulla destra che porta direttamente alla cima del Monte Prato del Re. Questo tratto sul sentiero nel bosco, lungo circa 1 km, è il più impegnativo di tutta l'escursione. Oltrepassata la croce sulla cima raggiungiamo il punto panoramico con panchina. Oltre al panorama verso sud, è anche possibile ammirare anche rari esemplari di farfalle. Per la discesa imbocchiamo, dopo circa 300 metri, la strada forestale (al bivio a sinistra) lungo la quale si ritorna comodamente ai masi e poi al parcheggio.

CIMA COSTABELLA - 2127 m

Escursionismo (notturna)

29/05
VEN

Monte Baldo	
Due Pozze	Rifugio Chierego
800 m	5 ore
E	Escursionismo
Parcheggio piscine Venerdì ore 18:30	Giorgio Busoli - 3687630182 Domenico Pizzetti - 3381309205

La Cima di Costabella è la prima elevazione del Monte Baldo, per chi proviene da sud, a varcare il limite dei 2000 metri di quota. La salita da meridione è facile quanto rimunerativa in quanto segue in sostanza la bella Cresta di Naole in ambiente per lo più prativo con panoramiche aperte dapprima sulla Valle dell'Adige quindi sulle acque del Lago di Garda. E' un'esperienza consigliabilissima soprattutto in tarda primavera, immediatamente dopo il disgelo, quando le pendici del Monte Baldo divengono un magnifico giardino spontaneo nel quale non mancano fioriture di piante rare.

07/06
DOM

FERRATA SASSO DEI CARBONARI - 2409 m

Escursionismo

Prealpi Bergamasche	
Esino Lario	-
1000 m	9 ore
EEA	Escursionismo + kit da ferrata
Parcheggio piscine Domenica ore 05:30	Bruno Scrivanti - 3666431749 Guerrino Zagni - 3477834505

La Ferrata del CAI Mandello al Sasso dei Carbonari è qui presentata in un lungo itinerario ad anello che raggiunge la vetta della Grigna Settentrionale. Il sentiero è bello, panoramico, risale una cresta aerea e impervia ma mai con difficoltà elevate. E' un itinerario molto appagante che percorre un elevato dislivello e si sconsiglia vivamente in caso di maltempo o nebbia.

PIETRA PARCELLARA - 836 m

Escursionismo

10/06
MERC

Val Trebbia - Appennino Piacentino	
Perino	-
650 m	5 ore
E - EE	Escursionismo
Parcheggio piscine Mercoledì ore 06:30	Silvano Tosini - 3356179740 Matteo Zanetti - 3393779471

Questa è una passeggiata in un ambiente pervaso di mistero, forse di magia. La conformazione del luogo è strana, inquietante, attorno a una cuspide di scabra roccia che emerge dal morbido paesaggio argilloso delle colline di Piacenza, all'inizio dell'Appennino. Si chiama Pietra Parcellara la nostra meta ed è un grosso panettone di ofiolite (una roccia serpentinosa che viene dalle viscere della Terra) che per cause legate alla diversa intensità dell'erosione dei suoli è rimasta sola a troneggiare sul paesaggio. L'ambiente circostante ospita ben sette habitat naturali esclusivi, dovuti proprio alla natura del suolo e alle condizioni microclimatiche. Un luogo così ha coinvolto ben presto la fantasia popolare e la superstizione.

21/06
DOM

CORNONE DI BLUMONE - 2843 m

Alpinismo

Gruppo dell'Adamello Alpi Retiche

Malga Cadino della Banca

1043 m

EEA

Parcheggio piscine
Domenica ore 06:30

Rifugio Tita Secchi

8 ore

Alpinistico

Mauro Bettoncelli - 3387774871
Simone Pezzaioli - 3462205607
Giuliana Ghiraldini - 3939840339

E´ una delle cime più meridionali del gruppo dell´Adamello. La zona circostante fu interessata, nel corso della Grande Guerra, dai combattimenti. In queste zone passava infatti il fronte. Ne sono testimonianza alcuni ruderi, nei pressi del Passo del Blumone, facenti parte di una postazione italiana.

DIGA DEL GLENO
Escursionismo

24/06
MERC

Prealpi Orobiche- Val di Scalve

Pieve di Vilminore di Scalve

Rifugio Caldenave

600 m

5/6 ore

E

Escursionismo

Parcheggio piscine
Mercoledì ore 06:30

Giuliana Ghiraldini - 3939840339
Luciano Guidetti - 3286542867

Da Pieve di Vilmiore di Scalve inizialmente su comoda carrareccia, ci si immette poi su sent 410 inizialmente un pò ripido nella prima parte poi via via più disteso man mano che si sale verso la diga, fino all'invaso dove si effettua il giro del lago. Il ritorno si svolgerà digradando in costa del versante ovest del Pizzo Pianezza, per scendere poi decisamente alla frazione omonima e rientrando al parcheggio, per breve tratto su asfalto, rientrando da Vilmiore.

27-28/06
SAB-DOM

SIMILAUN - 3606 m

Alpinismo

Alpi Venoste	
Vernago	Rifugio Similaun
1900 m	14 ore
PD	Alpinismo
Parcheggio piscine Sabato ore 06:00	Giorgio Busoli - 3687630182 Antonio Sulfaro - 3335952170

Il Similaun è una delle montagne più note e frequentate delle Alpi Venoste, insieme alla non lontana Palla Bianca. Presenta un itinerario di salita che si svolge lungo un facile ghiacciaio e una bella cresta nevosa finale, che se viene trovato in buone condizioni non presenta particolari difficoltà.
E' una bella ascensione che si compie normalmente in due giorni, il primo giorno si sale al Rifugio Similaun m. 3019 da Vernago, una bella escursione abbastanza lunga ma piacevole, presenta 1300 m.
Il secondo giorno invece la salita alla cima richiede poco più di 2 ore con il ghiacciaio e la neve in buone condizioni. Nelle giornate di bel tempo dalla cima del Similaun è possibile ammirare un panorama vastissimo e spettacolare.

PIZZO RECASTELLO - 2886 m

Escursionismo

05/07
DOM

Val Seriana	
Grumetti	Rifugio Curò
2000 m	9/10 ore
F	Contattare gli organizzatori
Mc Donald's Desenzano Domenica ore 03:30	Giovanni Salodini - 3345091533 Bruno Scrivanti - 3666431749

Seguendo il sentiero che da Valbondione collega il lago di Barbellino si giunge comodamente al rifugio Curò e, superatolo di qualche centinaio di metri, si prende a destra per la Val Cerviera. Superato un semplice ghiaione si arriva alla base del caminetto attrezzato che porta alla cresta finale per la cima.

08/07
MERC

LAGO ERDEMOLO - 2014 m

Escursionismo

Valle dei Mocheni - Lagorai	
Frotten	Museo della miniera
560 m	5 ore
E	Escursionismo
Parcheggio piscine Mercoledì ore 06:30	Silvano Tosini - 3356179740 Franco Brigoni - 3482611914

Nella suggestiva Val dei Mocheni, la salita al Lago di Erdemolo a 2.005 m s.l.m. è riconosciuta come la regina delle escursioni: si attraversano bellissimi paesaggi tra boschi, radure e zone di alpeggio, circondati da un'incontaminata natura.

Se si è fortunati, soprattutto all'inizio dell'estate, si può assistere alla meravigliosa fioritura dei rododendri, che colorano i pendii di un rosa intenso e profumano l'aria circostante.

Punto di partenza di questa escursione è il parcheggio dei sentieri escursionistici (a pagamento) a Palù del Fersina, in località Frotten/Vrot-tn. Da questo punto, si prosegue su sentiero fino a imboccare il numero 325 che si dirige direttamente fino al Lago di Erdemolo, passando per l'antica zona mineraria dove sarà possibile, al ritorno, visitare il Museo e la miniera Grua Va Hardombl.

TESTA DEL RUTOR - 3486 m.

Alpinismo

11-12/07
SAB - DOM

Alpi Graie	
Diga Lago Beauregarde	Rifugio degli Angeli
SAB 1100 m - DOM 600 m	SAB 3,30 ore - DOM 7 ore
F	Alpinismo
Parcheggio piscine Sabato ore 05:30	Marcello Torresani - 3357300710 Luigi Mignocchi - 3402398008

La partenza si effettua seguendo le indicazioni con bolli gialli con in numero 16 passando per Arp Vieille, seguendo poi sempre la traccia che si alterna a tratti sentiero a tratti mulattiera fino a giungere al nostro rifugio gestito da ragazzi dell'operazione Mato Grosso. il secondo giorno si prosegue in direzione del col Morion, dopodiche attraversatolo si segue la cresta fino a giungere alla madonnina posta sulla nostra meta. discesa per l'itinerario di salita

19/07
DOM

5 LAGHI DI VALGOGLIO - 2100 m

Escursionismo

Orobie Bergamasche

Valgoglio

Baita Cernello e cap. Lago Nero

900 m

6 ore

E

Escursionismo

Parcheggio piscine
Domenica ore 06:00

Antonio Sulfaro - 3335952170
Guerrino Zagni - 3477834505

Giro ad anello toccando 5 laghi alpini e artificiali (dighe) e ben 2 rifugi

PULPITO DEL POPPEKANZEL - 2328 m

Escursionismo

22/07
MERC

Gruppo del Latemar	
Passo di Carezza	Agriturismo Malga Secine
600 m	5 ore
E - EE	Escursionismo
Parcheggio piscine Mercoledì ore 06:30	Silvano Tosini - 3356179740 Giuliana Ghiraldini - 3939840339

Partenza dal Passo Costalunga (1752 m.), dove parcheggiamo nei pressi dell'hotel Savoy. Dalla stazione a valle della seggiovia Pra di Tori parte il segnavia 17, che seguiremo fino alla stazione a monte dell'impianto, transitando per la bella radura verde dei Prati di Latemar. Dalla stazione a monte, a fianco del casottino in legno, si nota l'indicazione Pulpito. La traccia sale a zig zag nel bosco sino a giungere sotto un evidente ripetitore. Si continua su terreno aperto arrivando ad una bella selletta panoramica. A dx di questa gli ultimi metri di salita (breve tratto con cavo metallico) consentono di conquistare il Pulpito a 2329 m.

Sulla vetta è stato attrezzato un terrazzino dotato pure di panca in legno per godere in sicurezza dello splendido panorama. Il ritorno avviene sulla stessa via di salita, fino alla stazione a monte della seggiovia. Qui scegliamo di seguire il sentiero Forestale De La Nores che attraversa, in leggera salita, congiungendosi con il 517B proveniente dalla Forcella Piccola del Latemar. Continuiamo su questo sentiero passando a fianco di Malga Vallace (1993 m.), situata in posizione molto panoramica, ed in breve torniamo al passo di Costalunga.

25-26/07
SAB-DOM

POLLUCE E CASTORE 4223 m.

Alpinismo

Massiccio Monte Rosa	
Staffal - Gressoney-la-Trinitè	Rifugio Quintino Sella
1600 m	12 ore
PD	Alpinismo
Parcheggio piscine Sabato ore 06:00	Giorgio Busoli - 3687630182 Bruno Scrivanti - 3666431749

Il "Castore", con i suoi 4.226 metri di altitudine, è la meta preferita dagli alpinisti che soggiornano al rifugio Sella. Più alto del "Polluce", con il quale forma il massiccio dei Gemelli, non presenta una salita con grandi difficoltà tecniche.
Le piccole creste da superare per raggiungere la vetta sono molto divertenti ed il panorama in vetta è grandioso, potendo ammirare il gruppo del Breithorn, il Cervino, il Gran Combin il massiccio del Monte Bianco e il Gran Paradiso ed i più vicini Lyskamm Occidentale ed Orientale, nonché le principali vette del Monte Rosa con la Punta Dufour e Nordend , la punta Gnifetti, la Punta Parrot e la Pyramide Vincent. A nord il panorama si apre sulle montagne svizzere del Vallese mentre a sud si può vedere il Monviso.
La via si snoda sul Ghiacciaio del Felik per dirigersi in direzione Nord verso Punta Perazzi e in seguito Punta Felik da dove si riprende il percorso in cresta con alcuni saliscendi su una divertente cresta per arrivare finalmente sulla cima del Castore.

31-07/02-08
VEN - DOM

TREKKING GRAN PARADISO

Escursionismo

Alpi Graie - Alpi del Gran Paradiso	
Da definire	Da definire
Da definire	Da definire
E - EE	Escursionistico
Parcheggio piscine Da definire	Bruno Scrivanti - 3666431749 Giuliana Ghiraldini - 3939840339

Per quest'anno si è deciso di adottare nuovamente un'organizzazione che consenta a tutti di partecipare, utilizzando un punto base fisso e muovendosi giornalmente su itinerari diversi in zona.

Riproponiamo il Gran Paradiso che non si è potuto fare negli anni precedenti.

Il programma verrà comunicato nei primi mesi del 2026 e saranno confermati i posti, le adesioni e raccolte le caparre; pertanto, al fine di definire itinerari adeguati a tutti i partecipanti, si raccomanda di manifestare il proprio interesse quanto prima agli organizzatori.

29-30/08
SAB - DOM

CIMA PLEM - 3182 m.

Alpinismo

Adamello	
Ponte del Guat	Rifugio Tonolini
930+750 m	2,5+7,5 ore
EEA	Escursionismo + kit da ferrata
Parcheggio piscine Sabato ore 07:00	Ilaria Gialdini - 3497201515 Simone Pezzaioli - 3462205607

La Cima di Plem con i suoi 3182 metri è una cuspide di granito al cospetto dell'Adamello. Spartiacque tra la Conca del Baitone e la Valle del Miller, si inserisce in un ambiente severo ed affascinante, fatto di gande detritiche, enormi blocchi di granito, laghi alpini e radi pendii erbosi.

PIZZO ARERA - 2512 m.

Escursionismo

06/09
DOM

Alpi Orobie	
Località Plassa (BG)	Rifugio Capanna 2000
776 m E - 1325 EE	8 ore
E - EE	Escursionismo
Parcheggio piscine Domenica ore 06:00	Guerrino Zagni - 3477834505 Mauro Bettoncelli - 3387774871

Da Plassa si procede in direzione rifugio Capanna 2000, prima su asfalto, poi per sentiero in parte nel bosco fino al parcheggio del rifugio.
Da qui si sale lungo il costone erboso con radi alberi fino al pianoro di Capanna 2000 dove si fermerà chi fa solamente la parte escursionistica.
Per la cima si prosegue salendo dal crestone sud, molto ripida, zigzagando fino a raggiungere l'anticima, 2400 m. Si risale una crepatura nella roccia attrezzata, fare attenzione alla possibile caduta di sassi, fatto questo passaggio il percorso risale bruscamente fino alla cima a volte con necessità di aiutarsi con le mani. Rientro per lo stesso percorso.

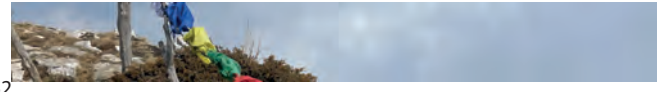
09/09
MERC

MONTE LOBBIA - 1672 m.

Escursionismo

Lessinia Orientale	
Campofontana (VR)	-
550 m	5 ore
E	Escursionismo
Parcheggio piscine Mercoledì ore 07:00	Silvano Tosini - 3356179740 Claudio Carretta - 3402535801

Da Campofontana, si prosegue per poche centinaia di metri sulla strada verso la contrada Pagani. La contrada Pagani, tipica contrada Cimbra, a m.1260, è il nucleo abitato più alto del comune di Selva di Progno e della Lessinia. Bellissima la settecentesca fontana coperta a laste di calcare rosso veronese. Interessanti altre architetture come le giazzare, suggestivi gli affreschi opera della religiosità popolare. Strordinarie le steli di pietra che si trovano lungo i sentieri e ai margini dei confini, sono le opere d'arte religiosa più tipiche della cultura cimbra, le più antiche sono del duecento.
Oltrepassato il bellissimo nucleo di case storiche, ci si inoltra su un sentiero erboso che sale progressivamente verso la cima del M.Lobbia, passando accanto ad alcune malghe d'alpeggio ed un laghetto per l'abbeveraggio del bestiame.
Raggiunta la Cima Lobbia m.1672, il panorama si allarga a nord: di fronte il gruppo del Carega, mentre molto più lontani si intravedono: Lagorai, Vette Feltrine, Pale di San Martino e ancora più in là i monti dell' Alpago.
Si continua con vari piccoli saliscendi lungo la cresta su traccia ripida fino alla cima del M.Porto e poi si scende nuovamente ad una selletta, per poi continuare verso il M.Telegrafo m.1562. Panorama molto vasto verso sud fino agli Appennini e a Ovest verso il gruppo del Monte Baldo. Da qui un sentiero di cresta scende piuttosto deciso verso la strada asfaltata che riporta al parcheggio.



RIFUGIO E MONTE TORSOLETO - 2708 m

Escursionismo

20/09
DOM

Prealpi Lombarde Alpi Orobie

Loveno

Rifugio Torsoleto

1050 + 314 m

6/8 ore

EE

Escursionismo

Parcheggio piscine
Domenica ore 06:30

Mauro Bettoncelli - 3387774871
Oliviero Tedoldi - 3683893482

Il Rifugio Torsoleto è situato sulle pendici meridionali dell'omonimo monte (m. 2708). E' dedicato alla memoria di Battistino Bonali e Giandomenico Ducoli, morti l'8 agosto del 93 durante la scalata della parete nord del Monte Huascaran in Perù. Il rifugio è gestito dall'Operazione Mato Grosso, un movimento di volontari che dal 1967 lavorano gratuitamente in favore dei poveri di Brasile, Bolivia, Ecuador e Perù. Il ricavato dalla gestione è devoluto interamente alle loro necessità.

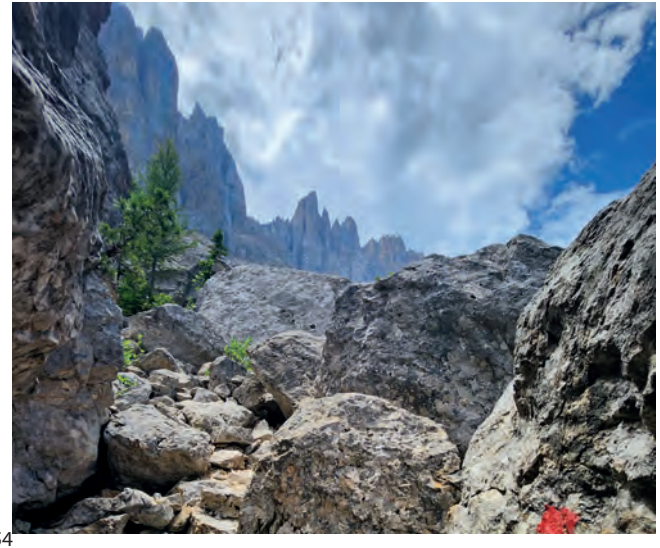
23/09
MERC

LABIRINTO DEL LATEMAR

Escursionismo

Alpi Dolomitiche- Val d'Ega	
Lago di Carezza	-
570 m	6 ore
E	Escursionismo
Parcheggio piscine Mercoledì ore 06:30	Giuliana Ghiraldini - 3939840339 Silvano Tosini - 3356179740

Partendo dal lago di Carezza, attraverseremo la foresta del Latemar fino al labirinto roccioso, originato da un'enorme frana oltre due secoli fa. Tra gole, pertugi ed enormi massi avremo scorci magnifici sul Latemar e Catinaccio; il rientro sarà ad anello, che ci ricondurrà allo spettacolare lago di Carezza, originatosi anch'esso dalla frana.



FERRATA MAURIZIO - 1900 m.

Alpinismo

04/10
DOM

Prealpi Bergamasche Val Seriana	
Conca dell'Alben	-
600 m	4 ore
EEA	Escursionismo + kit da ferrata
Parcheggio piscine Domenica ore 06:00	Mauro Bettoncelli - 3387774871 Luciano Guidetti - 3286542867

La Ferrata Maurizio è una bella ferrata che si sviluppa sul versante nord del Monte Croce vicino il Monte Alben in provincia di Bergamo. La ferrata è divisa in due grosse sezioni: la prima un lungo e faticoso sentiero attrezzato di avvicinamento e la seconda prettamente verticale e atletica. La Ferrata non presenta punti particolarmente difficili tuttavia è esposta e richiede buon allenamento.

11/10
DOM

MONTE PALO - 1461 m.

Escursionismo

Prealpi Bresciane

Lodrino

750 m

EE

Parcheggio piscine
Domenica ore 07:00

Rifugio Nasego

5 ore

Escursionismo

Filippo Cerpelloni - 3473218589
Mariachiara Aguzzi - 3208768271
Domenico Pizzetti - 3381309205

Percorso ad anello con partenza dal Parco degli Alpini di Lodrino, che si sviluppa lungo sentieri immersi nella natura, offrendo scorci panoramici sulle valli circostanti.
L'itinerario compie il giro della Corna di Caspai e del Monte Palo, attraversando boschi, pascoli e tratti di dorsale che regalano vedute suggestive sulle Prealpi bresciane.
Dopo circa tre ore di cammino si raggiunge il Rifugio Nasego, punto ideale per una sosta e per ammirare il paesaggio dall'alto.
Il sentiero è sempre ben segnalato, mai esposto e senza particolari difficoltà tecniche, adatto quindi anche a escursionisti con un buon passo ma senza necessità di esperienza alpinistica.
Un itinerario piacevole e vario, perfetto per chi desidera trascorrere una giornata tra natura, quiete e panorami d'altura.

MONTE VISIOLO - 2369 m.

Escursionismo

18/10
DOM

Alpi Orobie

Passo della Presolana

Rifugio Cassinelli 1568 m

1100 m

6 ore

EE

Escursionismo

Parcheggio piscine
Domenica ore 06:30

Oliviero Tedoldi - 3683893482
Luciano Guidetti - 3286542867

Il Monte Visolo è un massiccio calcareo, formato da guglie e pilastri. Ultima cima a est della catena della Presolana, offre panorami unici che spaziano dalla Val Seriana al Lago d'Iseo e dalla Val di Scalve ai ghiacciai dell'alta Val Camonica.

Partenza dal Passo della Presolana dove è possibile lasciare la macchina e proseguire a piedi. Imboccare il sentiero CAI 315 che conduce alla Baita Cassinelli. Da qui, prendere il sentiero 316 a sinistra che porta al Monte Visolo. Il percorso, ripido e con numerose svolte, deve essere seguito fino a quota 1800 m circa. È necessario in questo punto effettuare un traverso verso destra e proseguire in salita che permette di guadagnare quota e raggiungere il Monte Visolo. La discesa si può fare seguendo il percorso dell'andata, oppure effettuando un giro ad anello passando per il bivacco città di Clusone.

ASSEMBLEA DEI SOCI

20/03
VEN

Da definire | Informazioni in sede

L'Assemblea generale dei soci è l'organo sovrano della Sezione; essa rappresenta tutti i soci e le sue deliberazioni vincolano anche gli assenti o i dissenzienti. Hanno diritto di intervenire all'Assemblea ed hanno diritto di voto tutti i soci maggiorenni in regola con il pagamento della quota sociale per l'anno 2026. I minori di età possono assistere all'assemblea.
Non è consentita la rappresentanza per delega.
L'ordine del giorno sarà reso noto tramite "La Piccozza", il sito web, la bacheca esterna, oltre ad essere disponibile in sede.

Tutte le informazioni verranno comunicate per tempo.

EVENTI

Da definire | Informazioni in sede

Durante il corso dell'anno, verranno proposti eventi sociali e culturali, organizzati sia dalla sezione che dal comune, come ad esempio la "giornata del paesaggio", la "festa dello sport" , "cai cinema", e tanti altri.
Negli anni è emerso che tipologia di evento, data, luogo e orari sono sempre stati variabili in base al meteo, alla disponibilità ed altri fattori. Pertanto verranno pubblicati man mano sul sito e comunicati ai soci.

Tutte le informazioni verranno comunicate per tempo.

CASTAGNATA

08/11
DOM

Da definire | Informazioni in sede

Tradizionale evento di fine stagione con eventuale passeggiata per trascorrere insieme alcune ore in compagnia, gustando un buon pranzo che terminerà con le immancabili caldarroste.
Saranno molto graditi dolci fatti in casa preparati con tanta cura dalle nostre escursioniste e, perché no, dai nostri escursionisti dalla vena pasticcera...

Tutte le informazioni verranno comunicate per tempo.

AUGURI DI FINE ANNO

11/12
VEN

Da definire | Informazioni in sede

Tradizionale incontro per lo scambio degli auguri per le prossime festività natalizie e per il nuovo anno.
Per rallegrare la serata, il Consiglio Direttivo mette a disposizione bevande e dolci per un Happy Hour serale prolungato.
Tutti i soci sono invitati a partecipare.

Tutte le informazioni verranno comunicate per tempo.

TARIFFARIO CAI 2026

La campagna associativa 2026 si basa su uno strumento informatico, che porta notevoli miglioramenti alle procedure ma che costituisce un trattamento dati dei soci indipendente dal precedente sistema. Pertanto siete tutti invitati (nuovi e vecchi soci) a prendere visione e a sottoscrivere l'informativa sulla privacy.
Indispensabile è la vostra collaborazione per verificare la correttezza di tutti i dati inseriti nel sistema informativo oppure a fornire quelli mancanti, come per esempio codice fiscale o email.
Vi aspettiamo in sede per rinnovare la vostra adesione alla Sezione CAI di Castiglione delle Stiviere, in Via Perati 15, il mercoledì (da gennaio ad aprile) e il venerdì (tutto l'anno) dalle 21:00 alle 23:00.
Rinnovate il bollino entro e non oltre la fine di marzo 2026, per mantenere tutti i vantaggi del socio, coperture assicurative comprese.
Le tariffe sono state confermate dall'Assemblea dei Soci nella seduta 2025.
Il bollino 2026 costa:

soci ordinari	€ 45,00
soci familiari	€ 25,00
soci juniores (18÷25 anni)	€ 25,00
soci giovani (sotto 18 anni)	€ 16,00

Il costo della tessera, una tantum quando si diventa soci, è di € 5,00. Il socio ordinario, con due o più figli minori iscritti al CAI, dal secondo minore paga € 9,00.
Ricordiamo ai nuovi tesserati che la copertura assicurativa decorre qualche giorno dopo il versamento della quota, non il giorno successivo!!
I soci possono consultare in sede ed avere in prestito i libri e le guide della ben fornita biblioteca sezionale, che è costantemente aggiornata anche con le pubblicazioni della sede centrale del CAI.

Ricordatevi anche delle vostre amiche e dei vostri amici, coinvolgeteli nel mondo montanaro ed invitateli ad associarsi al CAI.

PARTECIPAZIONE ALLE ATTIVITÀ

I NON SOCI possono partecipare alle nostre escursioni programmate solo dopo aver comunicato la loro adesione e versato in sede il premio per le coperture assicurative entro il venerdì che precede l'evento. Ricordiamo che è obbligatorio fornire il codice fiscale e sottoscrivere l'informativa sul trattamento dei dati personali.

NON SONO ACCETTATE DEROGHE !

(Vedere coperture e massimali sul sito www.cai.it)

I soci che non hanno rinnovato il bollino annuale sono privi di copertura assicurativa e sono equiparati ai non soci.

Tutti i partecipanti alle escursioni sono tenuti ad attenersi scrupolosamente alle regole di comportamento stabilite nel Regolamento per la partecipazione alle escursioni sociali approvato dal Consiglio Direttivo l'8/11/2011. In particolare, nelle gite di più giorni è obbligatoria la prenotazione anticipata entro i termini definiti dagli accompagnatori.
Al raduno per la partenza gli accompagnatori saranno muniti di apposito elenco con il quale dovranno accertare la regolarità dei partecipanti ed escludere senza esitazione gli irregolari.

I SOCI devono portare con sé la tessera del Club Alpino Italiano valida per l'anno in corso da esibire nei rifugi dove poter usufruire di prezzi di favore.

I trasferimenti alle località delle escursioni e ritorno a Castiglione si effettuano con mezzi propri.

N.B. Ai partecipanti alle uscite ESCURSIONISTICHE si consiglia di dotarsi di un set minimo di attrezzatura individuale, composto da moschettoni a ghiera e cordini. Per maggiori dettagli consultare il sito internet della sezione o rivolgersi agli accompagnatori.

REGOLAMENTO PER LA PARTECIPAZIONE ALLE ESCURSIONI SOCIALI

Regolamento approvato dal Consiglio Direttivo della Sez. CAI di Castiglione delle Stiviere nella riunione dell'08/11/2011

Scopo

Frequentare la montagna è il compito fondamentale del nostro sodalizio. Le escursioni sociali sono un servizio che la Sezione fornisce ai soci ed ai non soci, finalizzato a far conoscere, rispettare ed amare la montagna. L'obiettivo è trascorrere, responsabilmente insieme, parte del tempo libero in serena ed allegra compagnia a contatto con la natura, muovendosi in ambienti con differenti livelli di fatica e difficoltà, nello spirito dello stare bene insieme.

Presupposto

I soci e i non soci che intendono partecipare all'escursione devono informarsi sulle difficoltà tecniche e valutare l'opportunità di parteciparvi, in base alla propria condizione fisica. Devono inoltre essere in possesso della attrezzatura tecnica adeguata alle difficoltà dell'escursione.

Regole

La partecipazione all'escursione comporta la conoscenza integrale e l'accettazione incondizionata del presente Regolamento.

Doveri

I partecipanti devono attenersi scrupolosamente alle disposizioni degli Accompagnatori. Devono rimanere in gruppo, evitando di sopravanzare gli Accompagnatori, al fine di evitare lo sfaldamento del gruppo nonché possibili errori di direzione. Devono mantenere un comportamento disciplinato nei confronti degli Accompagnatori e degli altri partecipanti, nel rispetto dei principi dell'etica alpinistica. Devono usare la massima prudenza, specialmente su percorsi esposti e pericolosi, evitando di compiere azioni che possano mettere a rischio l'incolumità propria ed altrui. I partecipanti non devono allontanarsi dal gruppo senza prima aver ottenuto il consenso degli Accompagnatori. Non devono effettuare alcuna deviazione dai percorsi stabiliti dagli Accompagnatori. Non devono danneggiare e cogliere fiori e piante, non devono disturbare gli animali selvatici, ma possono osservarli e/o fotografarli a debita distanza. Devono rispettare gli orari stabiliti nei rifugi. Devono riportare sempre a valle i rifiuti anche quando frequentano i rifugi. Devono collaborare per la buona riuscita dell'escursione.

Organizzazione

Gli Accompagnatori sono soci che operano a titolo gratuito per il raggiungimento della meta da parte di tutti i partecipanti nelle migliori condizioni di sicurezza. Predispongono con cura ed attenzione il programma dell'escursione tenendo presente l'evoluzione delle condizioni meteorologiche. Scelgono il percorso e curano il rispetto degli orari, la sistemazione sui mezzi di trasporto e nei rifugi. Informano i partecipanti circa l'equipaggiamento più idoneo, le caratteristiche del percorso, la presenza o meno di punti di ristoro, le varie difficoltà e, specificatamente, li guidano sull'intero itinerario ponendo attenzione alle loro esigenze. Promuovono nei partecipanti lo spirito di aggregazione per un armonico e gradevole svolgimento dell'escursione.

Possono stabilire, sulla base di proprie valutazioni tecniche e/o organizzative, di limitare il numero di partecipanti. Gli Accompagnatori possono, a loro insindacabile giudizio, modificare o annullare l'escursione per ragioni di sicurezza, tecniche (maltempo, difficoltà impreviste, condizioni dei partecipanti), logistiche, od altre. Possono inoltre prendere i provvedimenti che ritengono opportuni per il miglior esito dell'escursione.

Le escursioni si intendono compiute al raggiungimento della meta prevista e ritorno ai mezzi di trasporto. Le ascensioni programmate alle cime sono, in ogni caso, realizzabili a discrezione degli Accompagnatori che valutano le condizioni meteorologiche e del terreno, le cordate affidabili ed altri fattori che influiscono sulla sicurezza dei partecipanti. I partecipanti che, diversamente da quanto stabilito, decidono di effettuare l'ascensione od altro itinerario, assumendosi ogni responsabilità per tale decisione, possono procedere solo dopo aver informato gli Accompagnatori e purché ciò non sia in contrasto con il regolare svolgimento della escursione.

Gli Accompagnatori hanno la facoltà di escludere dall'escursione coloro che non hanno adeguata preparazione o equipaggiamento; palesino uno stato di salute precario; non si attengano alle disposizioni impartite; mettano a repentaglio la sicurezza propria o di altri compiendo gesti avventati ed irresponsabili; decidano di abbandonare il gruppo volontariamente per seguire un percorso diverso da quello stabilito; siano causa

disaggregante del gruppo.

Logistica

Le iscrizioni all'escursione devono essere eseguite entro il venerdì antecedente, direttamente in sede o contattando gli Accompagnatori. Le prenotazioni alle escursioni di più giorni devono pervenire, alla sede o agli Accompagnatori, almeno 20 giorni prima dell'inizio dell'escursione per organizzare il pernottamento nei rifugi. In quest'ultimo caso può essere richiesto il versamento di una caparra. In caso di ritardo nella prenotazione gli Accompagnatori si riservano la facoltà di accettare o meno l'adesione.Il ritrovo per la partenza, secondo l'orario stabilito per ciascuna escursione, avviene anche nel caso di condizioni meteorologiche sfavorevoli. Gli Accompagnatori decidono eventuali variazioni.

Responsabilità

I giovani sono i benvenuti alle escursioni sociali, ma se minori di età devono essere accompagnati od affidati a persona adulta, salvo per le escursioni specifiche di Alpinismo Giovanile al cui regolamento si rimanda.

I soci, in regola con il pagamento annuale del bollino, godono della copertura assicurativa per il Soccorso Alpino, la Responsabilità Civile e gli Infortuni secondo le polizze sottoscritte dal CAI Centrale. I NON SOCI devono provvedere alle coperture assicurative comunicando in sede la loro adesione ed i dati necessari per l'assicurazione versando contestualmente il premio, pena l'esclusione dall'escursione. I soci non in regola con il pagamento del bollino sono equiparati ai non soci.

PROGRAMMA 2026

CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di
CASTIGLIONE DELLE STIVIERE

Via Perati, 15
46043 Castiglione d/S (MN)

www.caicastiglione.it

castiglionestiviere@cai.it

caicastiglione

#ag_castiglione