

**GRUPPO MALTRAINSEM: PROGRAMMA APRILE 2013**

Data	Destinazione	Descrizione	Punto di partenza escursione	Ore	Disl.m	Ore	Disl.m	Ore	Quota	Attrezzatura	FATICA	Diffic. CAI
				↑	↑	↓	↓	totali	max.m			
03-apr	RIFUGIO TIRONI CONSOLI	Trekking sulla Costiera del Palio con vista sul versante Nord del Resegone e sui rilievi della Valle Imagna e della Val Taleggio. Chi lo desidera può prolungare l'escursione al Passo Grassello prima di raggiungere il rifugio	Da Morterone	1.15	330	1.00	330	2.15	1385	abbigliamento media mont. - bastoncini - scarponcini	F2	E
				2.30	550	2.00	550	4.30	1400	abbigliamento media montagna bastoncini - scarponi-ciaspole	F3	E
10-apr BUS	CAMOGLI-PORTOFINO - S.MARGHERITA LIGURE	A: Bella escursione che costeggia tutto il promontorio su un sentiero attrezzato sospeso sopra il mare, in alternativa,	Itinerario A: Camogli-Batterie-S.Fruituoso-Base "0" -Portofino. Bus per S.Margherita	---	450	---	450	4.30	300	Scarponcini-bastoncini giacca antivento	F2	EE
		B: Escursione su sentiero nella macchia mediterranea del promontorio di Portofino con squarci panoramici sul mare	Itinerario B: Camogli-Gaixella-Pietre Strette-S.Fruituoso- Base "0 "- Portofino. Bus per S.Margherita	---	550	---	500	4.10	450	Scarponcini-bastoncini giacca antivento	F2	E
17-apr	RIFUGIO M.CONSIGLIERE, CON I RAGAZZI DEL "SEME"	Accompagnamo i ragazzi del SEME sul monte Cornizzolo. Facile escursione con panorami su Lecco e i laghi della Brianza.	Da Alpe Carella	1.30	600	1.00	600	2.30	1240	abbigliamento media montagna bastoncini -scarpe trekking	F1	T
24-apr BUS	BICICLETTATA DA PESCHIERA A MANTOVA	Facile percorso pianeggiante che costeggia il fiume Mincio circondato dalla fertile pianura mantovana .	L'escursione ciclistica partirà da Peschiera per raggiungere Mantova.Lunghezza percorso di andata 46 km	---	10	---	10	2.30	---	Abbigliamento da cicloturismo	F2	T
	VISITA TURISTICA DELLA CITTA' DI MANTOVA	Nel pomeriggio visita alla città dei Gonzaga e per chi lo desidera ritorno a Peschiera in bicicletta.		---	---	---	---	---	---	Abbigl.da città e scarpe comode da passeggio	---	T
30- apr Martedì	SENTIERO DEL VIANDANTE DA VEZIO A DERVIO	Terza tappa del sentiero che costeggia la riva dx del Lario e che nel passato è stata una importante via di comunicazione fra il Milanese e la Svizzera.  Questo sentiero passa dentro e fuori i centri abitati fino alla Valtellina ripercorrendone la storia e le tradizioni	Dalla stazione di Varenna si sale verso la frazione Vezio da dove inizia il sentiero  Il ritorno alla stazione di Varenna sarà con il treno. Lunghezza percorso 11 km.	---	450	---	450	4.30		abbigliamento media montagna bastoncini -scarpe trekking	F2	T/E

I dislivelli corrispondono alla differenza di altitudine tra i punti di partenza e di arrivo dei singoli tratti. Il livello di fatica, da F1 (minimo) a F5 ( massimo) è valutato soggettivamente sulla base dell'impegno fisico previsto per l'escursione. Le difficoltà tecniche sono riportate secondo la classificazione CAI. Il programma può subire modifiche per ragioni meteo o organizzative.

**GRUPPO MALTRAINSEM: PROGRAMMA MAGGIO 2013**

Data	Destinazione	Descrizione	Punto di partenza escursione	Ore	Disl.m	Ore	Disl.m	Ore	Quota	Attrezzatura	FATICA	Diffic. CAI
				↑	↑	↓	↓	totali	max.m			
08-mag	MONTI E CASE DI NAVA " FORCOLETTE "	Panoramica escursione sui prati degradanti del Monte Crocione sotto le pareti del Sasso S.Martino con viste sul Lario.	Con il battello traghettiamo da Bellaggio a Cadenabbia (200 m) e si segue l'indicazione per S. Martino	2.00	600	1.30	600	3.30	842	Abbigliamento media montagna bastoncini - scarponcini	F2	E
15-mag	VISITA AL CASTELLO DI MONTECUCCOLO	Giro turistico gastronomico al borgo medievale di Montecuccolo e visita al suo castello che domina tutto il Frignano ( MO ) Nel pomeriggio visita ad un caseificio	Da Pavullo nel Frignano	1.30	150	1.00	150	2.30	873	Abbigl.media mont. - bastoncini - scarponcini	F2	E
22-mag	LE GALLERIE DEL TRECCIOLINO	Il sentiero scavato nella roccia è una spettacolare opera di ingegneria costruita per servire le dighe fra la Val Codera e la Valle dei Ratti	Partenza da Verceia e arrivo a Novate Mezzola. ( * include 2h in piano )	2.00	700	1.00	700	5.00*	930	Abbigl.media mont. - bastoncini - scarponcini-torcia elettrica	F3	E
29-mag BUS	XXII RADUNO SENIORES MONTE POIETO	Un suggestiva escursione che attraversa un ambiente quasi dolomitico per raggiungere la vetta del Monte Cornagera ( 1240 m ) da dove si aprono panorami sulla pianura bergamasca. Successivamente si raggiungera il Monte Poieto ( 1360 m ) luogo del raduno seniores	Da Aviatico	2.00	550	1.00	550	3.00	1340	Abbigl.media mont. - bastoncini - scarponcini	F2	E

I dislivelli corrispondono alla differenza di altitudine tra i punti di partenza e di arrivo dei singoli tratti. Il livello di fatica, da F1 (minimo) a F5 ( massimo) è valutato soggettivamente sulla base dell'impegno fisico previsto per l'escursione. Le difficoltà tecniche sono riportate secondo la classificazione CAI. Il programma può subire modifiche per ragioni meteo o organizzative.

Edizione 1 del 07/04/13

**GRUPPO MALTRAINSEM: PROGRAMMA GIUGNO 2013**

Data	Destinazione	Descrizione	Punto di partenza escursione	Ore	Disl.m	Ore	Disl.m	Ore	Quota	Attrezzatura	FATICA	Diffic. CAI
				↑	↑	↓	↓	totali	max.m			
02/09-giu	SETTIMANA ESCURSIONISTICA IN BASILICATA	Escursioni nelle Murge Materane, nelle Dolomiti Lucane, sul MontePollino e lungo il litorale jonico. Visita dei Sassi e delle chiese rupestri di Matera e dei resti archeologici della Magna Grecia	Soggiorno nell'hotel Ti Blù di Marina di Pisticci	---	---	---	---	---	---	---	---	---
12-giu	RIFUGIO ALPE PIAZZA	Tranquilla escursione al rifugio posto sotto il crinale che unisce il Monte lago e il Monte Baitriana.	Albaredo : strada provinciale del Passo S.Marco	1.45	486	1.15	486	3.00	1836	Abbigl.media mont. - bastoncini - scarponcini	F2	E
	MONTE PISELLO	Facile ascesa alla vetta della montagna di Talamona		2.45	922	1.45	922	4.30	2272		F3	E
19-giu BUS	RIFUGIO CALVI	Escursione in Alta Val Brembana ,al confine con la Val Seriana, nel centro di una conca fra le più belle dell'arco Orobico. I rifugi sono circondati dalle vette del Pizzo del Diavolo, del Diavolino e del Grabiasca. Il rif.Calvi si stova sopra il lago Rotondo	Da Carona  * 2 ore di traversata in piano	2.45	785	2.30	785	5.15	2015	Abbigl.media mont. - bastoncini - scarponcini	F3	E
	TRAVERSATA DAL RIF.CALVI AL RIF.LONGO			2.45	900	2.30	900	7.00*	2026		F4	E
26-giu BUS	RIFUGIO PIAN DEL SOLE	Escursione in alta Val di Scalve nella Conca del Polzone alla base dell'imponente parete Nord della Presolana. Zona ricca di minerali e di fossili.	Da Colere	1.45	580	1.15	580	3.00	1591	Abbigl.media mont. - bastoncini - scarponcini	F2	E
	RIFUGIO ALBANI	Vista sui monti dell'alta valle: Cimon della Bagozza, Pizzo Camino, Venerocolo e Campelli		2.30	910	2.15	900	4.45	1935		F3	E

I dislivelli corrispondono alla differenza di altitudine tra i punti di partenza e di arrivo dei singoli tratti. Il livello di fatica, da F1 (minimo) a F5 ( massimo) è valutato soggettivamente sulla base dell'impegno fisico previsto per l'escursione. Le difficoltà tecniche sono riportate secondo la classificazione CAI. Il programma può subire modifiche per ragioni meteo o organizzative.