C.A.I. - S.A.T.

SEZIONE DI ROVERETO

PROGRAMMA ATTIVITÀ 2019

Cassa Rurale di Rovereto

Gruppo Bancario Cooperativo
Cassa Centrale Banca

120 ANNI

1899 — 2019

C.A.I. - S.A.T.
SEZIONE DI ROVERETO
Corso Rosmini, 53

PROGRAMMA ATTIVITÀ
2019

Apertura sede
Dal lunedì al venerdi dalle ore 18.00 alle 19.00
tel./fax 0464 42 38 55

www.satrovereto.it
info@satrovereto.it

In copertina: alba al Rifugio Torre di Pisa (Latemar)

Carissimi Socie e Soci !

Con piacere il Consiglio Direttivo della nostra Sezione, dopo aver studiato insieme alle varie Commissioni il Programma per il 2019 lo presenta ai soci ed ai simpatizzanti. E' rappresentato il gusto dei proponenti, che sono nostri soci, ma rispecchiano quello che la nostra società desidera conoscere, visitare e immaginare. Le novità non mancano. Infatti viene proposto un vasto campionario di possibilità: 13 uscite domenicali, 12 uscite infrasettimanali (giovedì), 8 uscite per famiglie, uscite con ciaspole, 10 uscite neve/ghiaccio, 2 trekking in Italia e 1 all'estero e la seconda parte della Transiberiana da Irkutsk - Mongolia fino Vladivostok. Sfogliando queste pagine si possono trovare tutte le proposte con la descrizione di quanto ci si può aspettare per l'anno che sta per iniziare. Vorrei che venisse sfatata l'immagine di una SAT che pensa solo a specialisti di alta montagna. Questo è il pensiero di chi non ci conosce e vorrei che i cittadini di Rovereto provassero a frequentarci per verificare che la SAT è davvero per tutti.
Il tema della sicurezza è sempre tenuto in massima considerazione. Due aggiornamenti con la Scuola di Alpinismo e Scialpinismo "CASTEL CORNO" ed anche alcune serate culturali fanno riferimento a questo problema che è sempre di attualità.
Il Gruppo Sentieri della nostra zona è costantemente attivo nonostante i volontari siano tutti ultracinquantenni. E' urgente e necessario quindi un rinforzo da parte delle nuove generazioni. Mi appello alla generosità dei nostri giovani soci, al fine di non ritrovarci, fra non molto tempo, in carenza di operatori per la manutenzione dei sentieri. Sarebbe un peccato lasciar degradare un patrimonio sentieristico per mancanza di volontà di un ricambio generazionale.
Voglio però ringraziare tutti i soci che in qualche modo hanno collaborato alla realizzazione del programma il cui svolgimento sarà in parte demandato al nuovo Consiglio Direttivo che sarà eletto nel prossimo febbraio. Ringrazio anche tutti gli sponsor che hanno finanziato parte di questa spesa.
A tutti i soci e rispettive famiglie auguro Buone Feste ed un Buon 2019.

Excelsior!

Il Presidente
Bruno Lott

CONSIGLIO DIRETTIVO
triennio 2016 – 2018

PRESIDENTE	Lott Bruno
VICEPRESIDENTE	Maffei Roberto
SEGRETARIO	Scrinzi Michele
CASSIERA	Chiesa Rosanna
CONSIGLIERI	Baldo Andrea
	Consolati Mauro
	Tomasi Paolo
	Zandonati Michele
REVISORI DEI CONTI	Lombardi Daniele
	Baldessarini Paolo
	Cavalieri Michele

GRUPPI E COMMISSIONI

ALPINISMO GIOVANILE	Chiesa Rosanna
CULTURALE	Tomasi Paolo
ESCURSIONISMO	Spagnolli Bruno
FAMIGLIE	Baldo Andrea
GRUPPO GROTTE "E. Roner"	Ciaghi Rosj
GRUPPO SCIATORI	
SCUOLA DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "Castel Corno"	Manfrini Mauro
SENTIERI	Peratti Amedea

TESSERAMENTO

Quote sociale 2019 (inizio tesseramento 01.12.2018)

Soci Ordinari:	€ 43,00
Soci Familiari:	€ 22,00
Soci Giovani:	€ 14,00 (nati dal 2002 compreso)
Soci Giovani:	€ 9,00 quota ridotta secondo figlio
Soci Giovani:	gratuito dal terzo figlio in poi
Soci Ordinari Juniores:	€ 22,00 (nati dal 1994 al 2001)
Tessere nuovi soci:	€ 4,00

PERCHÈ ADERIRE ALLA SAT?

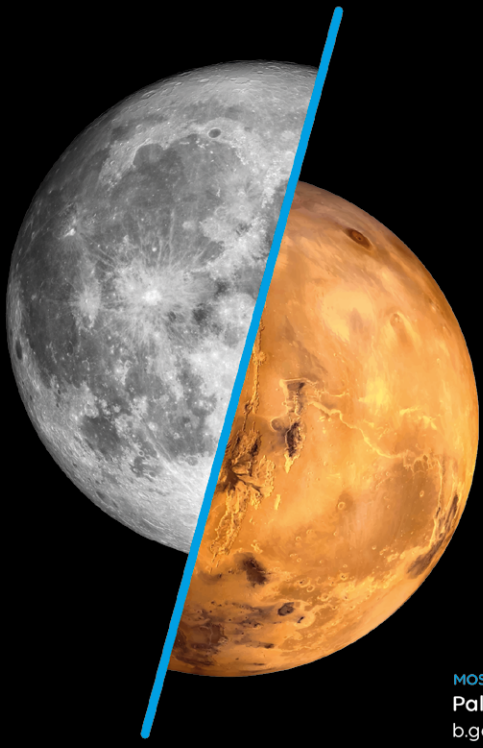
Da sempre l'iscrizione alla SAT ha rappresentato, per i trentini, l'ingresso nel mondo della montagna. Una scelta naturale per molti, tenuto conto come Trentino e Montagna rappresentino, nel vivere quotidiano, nella storia e nella cultura, un tutt'uno. La SAT, nata nel 1872, come intuizione di un'elite borghese, e non poteva essere per l'epoca altrimenti, è divenuta, nel tempo, un fenomeno di popolo. La sua presenza capillare sul territorio, il suo radicamento nella società, un ventaglio di attività che dall'alpinismo spazia alla produzione culturale e scientifica, all'attività giovanile, alla sentieristica, alla speleologia, all'escursionismo, all'attività ricreativa, alla difesa dell'ambiente, alla gestione di strutture alpine e alla prevenzione, hanno prodotto una realtà da cui il Trentino non può prescindere. Ma oltre all'orgoglio di essere satini, il sodalizio offre al suo iscritto un'ampia serie di opportunità:

- **Biblioteca della Montagna SAT**: mette a disposizione, per la consultazione, oltre 40.000 volumi, riviste specializzate, guide, cartine, VHS, CD ecc.
- **Archivio storico SAT**: possibilità di documentarsi sulla storia della SAT dal 1872 ad oggi.
- **Museo della SAT**: esposizione permanente di documenti, foto ed altro materiale.
- **Montagna SATinforma**: punto informativo per escursioni, trekking, strutture alpinistiche, iniziative culturali e scientifiche, corsi ecc.
- Partecipazione a tutte le **attività organizzate dalle Sezioni** (escursioni, serate culturali, prevenzione ecc.).
- **Copertura assicurativa** per **interventi di Soccorso alpino** ed elisoccorso (in Italia ed all'estero) in seguito ad incidenti in montagna sia durante l'attività individuale che di gruppo. Anche in Trentino l'intervento dell'elisoccorso prevede il pagamento di un ticket.
- **Copertura assicurativa** contro gli **infortuni** (rimborso spese mediche), durante le escursioni organizzate dalle Sezioni.
- **Sconto del 50%** per i **pernottamenti nei Rifugi** SAT, CAI e dei Club Alpini Esteri.
- **Abbonamento gratuito** alla stampa sociale del CAI
- **Abbonamento gratuito** alla stampa sociale della SAT: **Bollettino SAT** (trimestrale) più numeri speciali.
- **Sconto sulle pubblicazioni** edite dal CAI e CAI-Touring.
- Possibilità di **iscrizione a corsi di alpinismo, arrampicata libera, scialpinismo e speleologia** organizzati dalle Scuole SAT.

LA LUNA E POI?

50 anni dall'allunaggio: storia e prospettive dell'esplorazione spaziale

www.fondazionemcr.it



MOSTRA TEMPORANEA

Palazzo Parolari

b.go S.Caterina, 41

ROVERETO - TN

fondazione museo civico di rovereto

IN COLLABORAZIONE CON

ECLIPSE EVENTS

08 DICEMBRE 2018 › 21 LUGLIO 2019

CON IL SOSTEGNO DI

Comune di Rovereto

PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO

COMUNITÀ DELLA VALLAGARINA

CON IL PATROCINIO DI

asi agenzia spaziale italiana

PARTNER

SERVI

NASA

MUSEO STORICO
ITALIANO
DELLA GUERRA
ONLUS

SUI SENTIERI DELLA GRANDE GUERRA IN VALLAGARINA

A cent'anni dalla Prima guerra mondiale le montagne della Vallagarina conservano ancora molte tracce di quel drammatico evento, spesso recuperate grazie al lavoro di volontari e istituzioni pubbliche: le trincee e le gallerie del monte Pasubio e della Vallarsa; il forte di Pozzacchio; la valle di Terragnolo e il cimitero di Geroli; le prime linee e le retrovie sul monte Zugna; le postazioni italiane sul monte Baldo e quelle austro-ungariche della valle di Gresta.

Per informazioni dettagliate su proposte di visita ed escursioni **www.trentinograndeguerra.it**

RIFUGIO ALPE POZZA "V. LANCIA"

Il rifugio Vincenzo Lancia è situato nel gruppo del Pasubio in località Alpe Pozza a quota 1825 m nel comune di Trambileno. Inaugurato nel 1939, fu costruito, grazie all'idea di Amedeo Costa che lo volle intitolare all'industriale torinese fondatore dell'omonima casa automobilistica, su progetto dell'arch. Giovanni Tiella.
È accessibile dalla strada che sale dall'abitato di Giazzera, segnavia 101 (ore 2,40); sempre da Giazzera, segnavia 132, per sentiero che si stacca dal 101 (ore 2,10); dalla frazione di Anghebeni (Vallarsa) segnavia 102 per la Val dei Foxi e Bocchetta delle Corde (ore 4,00); da Valmorbia (Vallarsa) per il sentiero 122 dedicato a Franco Galli, Selletta Battisti e come sopra dalla Bocchetta delle Corde (ore 5,00).

Gestore: Bortoloso Paolo
Apertura: da giugno ad ottobre più altri periodi (vedi link del rifugio sul sito: **www.satrovereto.it**)
Posti letto: n. 64 + 4 nel locale invernale
Telefono: 0464 868068 – cell. 347 1600846 – Siamo su

RIFUGIO FINONCHIO "F.LLI FILZI"

Posto a quota 1603 m è intitolato ai fratelli Fabio e Fausto Filzi, martiri roveretani della prima guerra mondiale. Il rifugio, posto sul Monte Finonchio, è stato costruito negli anni 1929-30, dopo un primo tentativo di edificazione fermato dallo scoppio della prima guerra mondiale.
Danneggiato durante l'ultima guerra fu ricostruito, su progetto dell'arch. Pietro Marzani, ed inaugurato nel 1956.
Vi si accede dalla località Moietto con il sentiero 103 che passa da malga Finonchio (ore 2,10); dalla frazione di Guardia (Folgaria) con il sentiero 104B (ore 1,40); da Serrada (Folgaria) per la strada forestale, segnavia 104 (ore 1,20); da Pornal (Dieneri) segnavia 107 (ore 1,30). Il rifugio è stato ristrutturato nel 2014.

Gestore: Giovannini Alberto e Monica
Apertura: da giugno ad ottobre più altri periodi (vedi link del rifugio sul sito: **www.satrovereto.it**)
Posti letto: n. 13
Telefono: 0464 435620 - cell. 348 0439224

Una montagna di famiglie

ANNO 2019

FORMARSI E INFORMARSI... (incontri in sede)

19 gennaio 2019
Il Senso, il Desiderio e il Percorso

9 febbraio 2019
L'Organizzazione, le Regole, l'Equipaggiamento e l'Attrezzatura

30 marzo 2019
I Saperi, le Percezioni, le Emozioni e il Benessere

... ATTRAVERSO IL TERRITORIO (le uscite sul territorio)

3 marzo 2019
SULLE NEVI DELLO SCILIAR – Malga Tuff e lo Slittino
Per un'uscita invernale sulla neve, dal parcheggio del laghetto di Fiè, situato ai piedi del Massiccio dello Sciliar e circondato da boschi, si risale tra prato e bosco, con un intercalare di laghetti, magari ghiacciati, in direzione di Malga Tuff (1274 m slm) considerata la più bella malga dell'Alto Adige. Dopo una meritata pausa, magari approfittando dell'ospitalità e dell'ottima cucina locale, sarà possibile, per i più arditi, ridiscendere con la slitta sino al punto di partenza o, a piedi dalla strada forestale.
Tempo di percorrenza in salita 90 minuti, dislivello 220 m.

7 aprile 2019
SULLE STRADE DELLA FEDE – Il Sentiero nella Roccia e il Santuario di San Romedio
Per riscoprire il senso profondo e arcaico del camminare pellegrino, si parte dal Museo Retico del paesino di Sanzeno per iniziare una spettacolare e mozzafiato risalita del profondo canyon di San Romedio, costeggiando la gola profonda di un antico canale irriguo ottocentesco. La passeggiata si sviluppa in parte nella roccia e in parte su una passerella in legno, in totale sicurezza, con scorci di suggestiva bellezza, sino a giungere al solenne e misterioso "Santuario delle 5 chiese" al centro di una profonda e selvaggia forra e in cima a un picco roccioso alto quasi 100 metri.
Tempo di percorrenza in piano 90 minuti, dislivello 190 m.

19 maggio 2019
FORTE POZZACCHIO E LA VALLARSA – Piccoli alpinisti crescono Un' escursione diversa dalle solite, a metà tra scuola di arrampicata e escursione vera e propria. Arrivati nella paesino di Valmorbia e lasciati i mezzi, ci si inerpica su una traccia di sentiero che porta sino al Forte di Pozzacchio. Provvederemo a visitarne il percorso museale, sia esterno che interno. In alternativa e in collaborazione con la SAT di Vallarsa, sotto la vigile e attenta sorveglienza delle guide alpine della Scuola Alpinistica di Castel Corno, su una piccola e semplice parete di roccia i ragazzi (e perché no anche gli adulti!) si cimenteranno, con qualche semplice e breve passaggio di arrampicata in totale sicurezza. Al termine ci ritroveremo nella sede della Sat Vallarsa per una merenda assieme.
Tempo di percorrenza in piano 90 minuti, dislivello 120 m.

2 giugno 2019
SUL FRONTE DELLO ZUGNA – Sui luoghi della memoria
Sempre in simbiosi con la SAT di Vallarsa, come lo scorso anno, vogliamo considerare "l'andar per monti", qualcosa a portata di mano, senza spostarsi tanto in auto dalla città. Continuando idealmente l'escursione che abbiam fatto alla Grotta D. Chiesa, questa volta proseguiamo verso la direzione del Monte Zugna. Giunti in macchina alla località di Malga Tof, procediamo a piedi inerpicandoci nel bosco e seguendo il sentiero che incrocia la strada carrabile, in un susseguirsi di testimonianze belliche: le postazioni austriache e quelle italiane, il Trincerone, il Monumento ai caduti, i resti delle Trincee e gli acquartieramenti, la Chiesetta della Regina e i resti del Cimitero Austriaco. Giunti al Rifugio per la necessaria sosta, con possibile visita all'Osservatorio, si potrà proseguire verso il Parco della Pace e quindi alla Cima del Monte Zugna da cui godere un panorama mozzafiato.
Tempo di percorrenza in salita 180 minuti, dislivello 580 m.

17 giugno 2019
LE STELLE DEL PASUBIO – La cura dei Sentieri e la notte nel Rifugio
Un lunga passeggiata sulle propaggini nord del massiccio del Pasubio, alla scoperta delle testimonianze della Grande Guerra e alla ricerca delle emozioni del camminare sotto le stelle. Partendo il primo pomeriggio del sabato, si giunge in località Pian del Cheserle dove si lasciano le auto. Si risale sino al Rifugio Lancia e dopo essersi ripresi e gustato un' abbondante cena, per i più romantici, una breve passeggiata, sotto la luna piena, tra i sentieri dell'Alpe Pozza per rientrare in rifugio dove passare la notte. All'indomani rientro dai pratoni dell'Alpe Alba dove i più piccoli potranno provare l'ebrezza di ripristinare la segnaletica con esperti per la manutenzione dei sentieri della Sat.
Tempo di percorrenza in salita 210 minuti, dislivello 500 m.

8 settembre 2019
BIVACCO A MASO NARANC – Bambini in tenda e Genitori a nanna
Un'avventurosa chiusura della stagione estiva, sui terrazzamenti di Naranco affaccianti sull'estremità nord del Lago di Garda e sotto la quinta scenografica dei Monti Creino e Brugnolo. Giunti nella frazione di Pannone si lasciano le "giovani marmotte" che proseguiranno a piedi verso il Maso Naranc dove si appresteranno a svolgere tante attività ludico-didattiche e a prepararsi il proprio rifugio in tenda dove trascorreranno la notte in un luogo comunque sicuro. All'indomani gli indomiti genitori risaliranno i sentieri della Val di Gresta, da Nago per i più indefessi camminatori o, da Pannone per chi vuole fare una rilassante passeggiata, per recuperare i propri eroi e ritornare alla base.
Tempo di percorrenza in salita da Nago 230 minuti, dislivello 600 m.

22 settembre 2019
SAN GENESIO – L'Altopiano del Salto e il Sentiero delle Leggende
Superato il paese di San Genesio, si lasciano le auto nel parcheggio del Salto. Di qui ci si inerpica, attraverso una ripida salita nel bosco, sino a giungere all'Altopiano del Salto, famoso anche per i suoi larici e per i cavalli Avelignesi dalla folta chioma d'oro che è facile incontrare insieme a greggi di caprette. Qui sul piano intraprenderemo la passeggiata lungo il Sentiero delle 12 Leggende, che raccontano la storia immaginaria di queste terre. Dopo la pausa si potrà proseguire sino a Lavena, percorrendo in parte il sentiero E5 che porta da Oberstof in Germania sino a Bolzano. A ritroso il rientro.
Tempo di percorrenza in salita da Nago 110 minuti, dislivello 250 m

13 ottobre 2019
L'ORRIDO DEL LO' – Sui Sentieri degli Spalloni

Si giunge nel paesino di Campione, sulla riva ovest del Lago di Garda e si inizia la passeggiata in direzione nord, sui resti della vecchia strada gardesana, sino all'incrocio per Tremosine, nei pressi del vecchio porto. Da qui si inizia a risalire le rocce che incorniciano il lago, attraverso una serie di tornanti , sino alla sommità del Vallone di Lò, dove inizieremo a ridiscendere nel profondo solco dell'Orrido, costeggiando il torrente che ha modellato le rocce e le vasche che, in sequenza, crea. Nella conclusione del percorso si giunge nuovamente a Campione per il rientro.

Tempo di percorrenza in salita 110 minuti, dislivello 250 m

Coordinatori:
Rosanna Chiesa
Andrea Baldo
Nicola Barile

CORSI DI ARRAMPICATA

CORSO "A" PROPEDEUTICO PER GIOVANISSIMI 8/12 ANNI – Numero uscite: 4 pomeriggi da 4/5 ore – Zona svolgimento: Rovereto e Arco. Periodo: **settembre/ottobre**.

CORSO "B" PER RAGAZZI 13/17 ANNI – Numero uscite: 4 pomeriggi da 4/5 ore – Zona svolgimento: Rovereto e Arco. Periodo: **settembre/ottobre.**

I corsi saranno effettuati se si raggiunge il numero minimo di 6 persone. Obbligatoria iscrizione SAT.

PROGRAMMA CULTURALE 2019

SICURI SULLA NEVE – Valanga: prima e dopo
Scuola di Alpinismo – Scialpinismo Castel Corno
16 gennaio 2019
Sede SAT Rovereto

SCIALPINISMO IN BRENTA - ITINERARI ED ESPERIENZE
Omar Oprandi - Sergio Rosi
Sede SAT Rovereto

BANFF Film Festival
21 marzo 2019
Cinema Rosmini

SICUREZZA SEMPRE: DALL'ORIZZONTALE AL VERTICALE
Montagna e radio
Omar Oprandi
Sede SAT Rovereto

GESTIONE DELL'URGENZA IN MONTAGNA
Marco Cavana
Sede SAT Rovereto

SICUREZZA IN FERRATA
Giuliano Bressan - aggiornamento tecnico
Sede SAT Rovereto

LE MAPPE IN MONTAGNA: CARTE, APP & GPS
Gruppo Grotte E. Roner SAT Rovereto
Sede SAT Rovereto

PROGRESSIONE IN GHIACCIAIO
Scuola Alpinismo e Scialpinismo Castel Corno
aggiornamento tecnico - teoria:
Sede SAT Rovereto

SERATA SENTIERI
8 maggio
Sede SAT Rovereto

TRILOGIA ANTROPOLOGICA:

MONTANARI SI DIVENTA
Storia di un popolo libero. I Trentini
Ezio Amistadi
Sede SAT Rovereto

PER FORZA o PER SCELTA
Rilancio delle "Terre Alte"
Andrea Membretti
Sede SAT Rovereto

TRISTI MONTAGNE
Guida ai malesseri alpini
Cristian Arnoldi
Sede SAT Rovereto

CICLO FILM DI TERRITORIO: TERRITORI DI CONFINE - le minoranze linguistiche
Il vento fa il suo giro
Resina
De drai Jorzaitn
Sede SAT Rovereto

Musil in Bernstol
16 ottobre 2019 Massimo Libardi e Alessandro Fontanari
Sede SAT Rovereto
percorso letterario **20 ottobre 2019** L. Toller P. Tomasi

Nei mesi di febbraio – marzo e settembre – novembre saranno organizzate delle serate sull'escursionismo sezionale.
Le date sono soggette a possibili variazioni legate a motivi organizzativi o meteo e quelle mancanti saranno precisate sulle varie locandine.
Orario d'inizio delle serate: 20.30

banffmountainfestival.ca

BANFF CENTRE

MOUNTAN FILM FESTIVAL WORD TOUR

ITALIA

I MIGLIORI **FILM**
DI **MONTAGNA**
E **SPORT OUTDOOR**
DA **BANFF CANADA**

Valentine Fabre, Dent du Géant © Ben Tibbetts

21 MARZO 2019

ROVERETO (TN)

CINEMA ROSMINI
ORE 20.00

WWW.BANFF.IT

IN COLLABORAZIONE

SEZ. ROVERETO

Powerd by ITACA srl › The Outdoor Community #BEPARTOFIT

Domenica 30 giugno

MARMOLADA - AGGIORNAMENTO TECNICO

La montagna è un ambiente magnifico ma presenta alcuni pericoli.

Vivere la montagna in sicurezza ci dà la possibilità di ridurre i rischi e godere della sua bellezza.

La montagna attira sempre più appassionati che amano la neve, l'alta quota, la serenità e la tranquillità di boschi e prati.

L'ambiente in cui si cammina però può essere impervio e selvaggio e per questo occorre sempre prestare attenzione ed avere a disposizione la giusta attrezzatura e le conoscenze opportune.

La sezione in collaborazione con la Scuola di Alpinismo e Scialpinismo "Castel Corno" di Rovereto e Mori, organizza questa giornata per trasmettere ai soci di acquisire le giuste conoscenze per una frequentazione della montagna e dell'alta quota in sicurezza.

COMPORTAMENTO IN CASO DI INCIDENTE

CHIAMATA: lanciare 6 (sei) volte in un minuto (ogni 10 sec.) un segnale ottico od acustico; ripetere i segnali dopo un minuto.

RISPOSTA: lanciare 3 (tre) volte in un minuto (ogni 20 sec.) un segnale ottico od acustico; ripetere i segnali dopo un minuto.

È fatto obbligo a chiunque intercetti un segnale di soccorso di avvertire il posto di chiamata o la Stazione di Soccorso Alpino più vicina, o il custode del rifugio o le guide o le comitive che incontrasse. Fungono da posti di chiamata i rifugi con custode e tutte le località abitate di fondovalle.
Inoltre, per chiamare qualsiasi Stazione del C.N.S.A.S., si deve telefonare al **112**, indicando con precisione la località dove l'aiuto è richiesto.

SEGNALI CONVENZIONALI PER L'ELICOTTERISTA

RISPOSTA AFFERMATIVA
SI – *posizione in piedi con le braccia alzate, spalle al vento*
- OCCORRE aiuto
- atterrare qui
- risposte affermativa ad eventuali domande poste dai soccorritori

RISPOSTA NEGATIVA
NO – *posizione in piedi con un braccio alzato e uno abbasato, spalle al vento*
- NON serve soccorso
- non atterrare qui
- risposta negativa ad eventuali domande poste dai soccorritori

PAVIMENTI E RIVESTIMENTI

ILLUMINOTECNICA E DOMOTICA

ARREDO BAGNO E SANITARI

MOTORI PER TENDE TAPPARELLE E SCURI

arco22

SPAZIO ESPOSITIVO MATERIALI PER ARCHITETTURA

Via per Marco, 12/C
38068 Rovereto (Trento)
Tel. 0464 755009
Fax 0464 023855
info@arco22.it

www.arco22.it

SCALA DELLE DIFFICOLTÀ ESCURSIONISTICHE

Nelle schede degli itinerari viene indicato il livello di difficoltà come sotto riportato:

	DIFFICOLTÀ ESCURSIONISMO
T **turistico**	Itinerari su stradine, mulattiere o sentieri evidenti e ben marcati; non presentano difficoltà o problemi di orientamento Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.
E **escursionistico**	Itinerari che si svolgono su sentieri di ogni genere, oppure su evidenti tracce di passaggio in terreno vario (pascoli, detriti, pietraie). Possono svolgersi su pendii ripidi, dove tuttavia i tratti esposti sono in genere protetti o assicurati (cavi), possono avere singoli passaggi, o brevi tratti su roccia, non esposti, non faticosi né impegnativi grazie alla presenza di attrezzature (scalette, pioli, cavi) che però non necessitano di equipaggiamento specifico (imbrago, moschettoni, ecc). Richiedono un certo senso di orientamento, una certa esperienza e conoscenza dell'ambiente alpino, allenamento alla camminata oltre equipaggiamento e calzature adeguate.
EE **per escursionisti esperti**	Si tratta di itinerari generalmente segnalati ma che implicano una capacità di muoversi su terreni impervi e infidi, (pendii ripidi e/o scivolosi su erba o misti roccia ed erba o roccia e detriti) con tratti attrezzati e rocciosi. Necessitano di esperienza di montagna e buona conoscenza dell'ambiente alpino, passo sicuro e assenza di vertigini, tecnica di base e un equipaggiamento adeguato. Per i percorsi attrezzati è inoltre necessario conoscere l'uso di dispositivi di autoassicurazione (imbragatura, moschettoni, dissipatore, cordini).
EEA **per escursionisti esperti con attrezzatura**	Itinerari su vie ferrate o percorsi alpinistici attrezzati, dove la frequenza delle attrezzature, l'impegno fisico richiesto e la notevole esposizione rendono necessario l'uso di attrezzature per l'autoassicurazione e l'eventuale assicurazione reciproca.

EAI per escursionisti in ambiente innevato	Escursionismo in ambiente innevato. Richiede l'utilizzo di racchette da neve e sci da alpinismo, con percorsi evidenti, con facili vie d'accesso non impervie o su crinali aperti e poco esposti, con dislivelli e difficoltà generalmente contenuti che garantiscano sicurezza di percorribilità. L'impegno fisico rispetto alla stessa escursione percorsa in ambiente estivo, è più elevato.

LEGENDA COLORI TIPOLOGIA ESCURSIONI

SCIALPINISMO E CIASPOLE

ESCURSIONISTICHE

TREKKING

ALPINISTICHE

INFRASETTIMANALI

ESTRATTO DAL REGOLAMENTO ESCURSIONI

Tutti coloro che intendono partecipare debbono essere in regola con il pagamento della quota sociale relativa all'anno in corso. I minorenni possono partecipare alle escursioni solo se accompagnati dai genitori o da persona responsabile autorizzata.
Le iscrizioni si ricevono presso la Sede sezionale nell'orario di apertura al pubblico fornendo un numero telefonico o comunque un recapito, hanno inizio con il lunedì antecedente all'escursione, sono valide solo se accompagnate dalla quota stabilita e si chiudono di regola con il giovedì salvo disponibilità di ulteriori posti. Le iscrizioni telefoniche perdono validità se non avviene il pagamento entro il giovedì.
Dopo tale termine non verranno restituite, ad eventuali rinunciatari, le quote versate a meno che l'escursione, per motivi di forza maggiore, venga preventivamente annullata.
Il partecipante all'escursione deve leggere attentamente il programma ed uniformarsi alle sue indicazioni, particolarmente per ciò che riguarda le difficoltà del percorso, i dislivelli, i tempi di percorrenza e l'equipaggiamento. Sulla base di queste informazioni e della propria preparazione fisica deciderà l'opportunità di iscriversi.
Eventuali attrezzature particolari, specificatamente richieste dall'organizzazione tramite evidenziazione sui programmi, dovranno far parte dell'equipaggiamento dei partecipanti: comunque è sempre obbligatorio nelle escursioni sci alpinistiche e con le racchette da neve (ciaspole) essere muniti di ARTVA (apparecchio per la ricerca travolti da valanga), pala e sonda.
L'iscrizione è strettamente personale e comporta l'impegno a rispettare il presente Regolamento.
Il ritrovo per la partenza avviene con qualsiasi tempo, ricordarsi di verificare la regolare effettuazione dell'escursione visionando la bacheca o il sito www.satrovereto.it. La partenza ed il rientro delle escursioni avvengono per tutti i partecipanti in sede S.A.T, salvo diversa disposizione sul programma escursioni, rispettando l'orario stabilito. Non vengono effettuate fermate intermedie a domicilio. Prima di iniziare il viaggio di andata e quello di rientro il Coordinatore fa l'appello dei partecipanti e provvede all'assegnazione dei posti letto nei rifugi. All'ora stabilita dalla partenza del pullman non è tenuto ad attendere i ritardatari.
Le escursioni sono dirette da un Coordinatore, il quale, nel caso di escursioni impegnative o di comitive numerose, può avvalersi

di uno o più collaboratori. Nell'esercizio delle sue attribuzioni il Coordinatore deve adottare quegli accorgimenti e quelle precauzione che sono necessarie per la buona riuscita dell'escursione e per la prevenzione di eventuali incidenti. Sulla base di particolari esigenze egli ha la facoltà di ritardare l'orario di partenza o, in caso di proibitive condizioni atmosferiche, di sospendere l'escursione.
In caso di forza maggiore, o comunque quando ne ravvisi la necessità, può modificare l'itinerario programmato, escludere dall'escursione tutti coloro i quali, per palese incapacità o per inadeguato equipaggiamento, non siano ritenuti idonei ad affrontare le difficoltà del percorso.
Onde facilitare la prevenzione di inconvenienti o di infortuni, sempre possibili nel severo ambiente montano, i partecipanti alle escursioni debbono seguire le direttive del Coordinatore.
Non sono consentite deviazioni dai percorsi programmati, salvo esplicita autorizzazione del *Coordinatore, comunque sempre a proprio rischio e sotto la propria responsabilità*.
Nel corso delle escursioni, sugli automezzi e nei rifugi, il comportamento dei partecipanti deve esser ispirato al comune senso della morale e della buona educazione, tale comunque da non arrecare molestia al prossimo.
In considerazione dei rischi e pericoli inerenti lo svolgimento dell'attività alpinistica, ogni partecipante all'escursione esonera la S.A.T., il Coordinatore ed i collaboratori da ogni responsabilità per infortuni che dovessero verificarsi durante l'escursione sociale.

Si ribadisce ai gentili soci che l'iscrizione alle gite viene considerata impegnativa. Eventuali impedimenti straordinari sopravvenuti successivamente all'iscrizione dovranno essere comunicati tempestivamente dal socio, per permettere la corretta organizzazione dell'escursione.

Diamo valore alla parola data, alla stretta di mano, nel rispetto reciproco, come insegnano le nostre montagne.

OAKLEY®

OTTICA IMMAGINI

ROVERETO VIA F.LLI FONTANA 4/A 0464/420738

CALENDARIO ATTIVITÀ INVERNALI CIASPOLATE E SCIALPINISTICHE

GENNAIO
20 Sicuri sulla neve (Ski&Ciaspe) prove ARTVA
27 Freeride

FEBBRAIO
3 Sattelberg (Ski&Ciaspe)
22-23-24 Etna (Ski&Ciaspe)

MARZO
3 Sciabola (Ski&Ciaspe)
17 Piccola di Montecroce (Ski&Ciaspe)
24 Memorial De Paoli

APRILE
6-7 Traversata Cevedale

MAGGIO
19 Palla Bianca

GIUGNO
2 San Matteo

La partecipazione alle gite è riservata ai soci CAI-SAT in regola con il bollino 2018-2019 e che abbiano frequentato corsi di scialpinismo, nonché scialpinisti di provata esperienza. I partecipanti alle gite manlevano la sezione CAI-SAT di Rovereto da ogni responsabilità sulla conduzione dell'uscita, la cui conduzione è a carico dei partecipanti. La sezione si adopera per la logistica, gestione iscrizioni e al coordinamento dei viaggi per raggiungere la località prescelta. I partecipanti, con l'iscrizione all'uscita, conoscono e comprendono i rischi e i pericoli dell'ambiente innevato; nessuno dei partecipanti è da considerarsi "capo gita", bensì la sezione considera un referente nell'organizzazione.
Data e meta potranno subire variazioni in base alle condizioni meteo e nivologiche, anche di breve periodo.
Per la partecipazione all'uscita è obbligatoria la dotazione di sicurezza: pala, sonda e ARTVA e conoscerne l'uso.
È fortemente consigliato l'uso del casco.
Info: Sezione CAI-SAT Rovereto - 0464 42 38 55 - Paolo Tomasi - 338 43 71 466

Giovedì 21 marzo

ACQUE DI LESSINIA – PARCO DELLE CASCATE DI MOLINA (Prealpi Venete)

Il Parco delle Cascate è un'area protetta all'interno del più ampio Parco Regionale dei Monti Lessini. Oltre alle spettacolari cascate che si possono ammirare in tutta sicurezza passando su sentieri e passerelle ben protette, nel Parco sono ancora visibili gli antichi mulini recentemente restaurati, che ci permettono, con l'immaginazione, di fare un passo nel passato. A visita effettuata, ci sposteremo nel borgo di San Giorgio in Valpolicella. Questo borgo con la sua pieve lombardo/romanica, è stato inserito tra i borghi più belli d'Italia. A fianco della Pieve si trova il museo archeologico visitabile. Strada facendo si può programmare il pranzo nell'agriturismo "Al Casotto", sulla strada che da Molina porta a San Giorgio.

Dislivello in salita:	complessivo circa m 650
Dislivello discesa:	circa m 700
Tempo di percorrenza:	circa h 5 – 6
Difficoltà:	E
Coordinatori:	Cavalieri Marco

Dal 28 marzo al 4 aprile

TREKKING ALLE ISOLE AZZORRE

SPLENDIDE "ZATTERE" COPERTE DI FIORI IN MEZZO ALL'ATLANTICO.
In questo sperduto arcipelago al largo della costa portoghese, ultimo posto marittimo per i velisti prima di attraversare l'oceano, troveremo il clima mite delle aree temperate e i fiori dei più bei giardini europei, la natura rigogliosa dei tropici, la potenza dell'oceano. Nelle Azzorre si cammina nei boschi di conifere o tra i fiori tropicali oppure tra le piantagioni di Tè – le uniche in Europa - sui bordi di caldere vulcaniche inattive e tra sorgenti termali in mezzo alle foreste. I colori dominanti passano dal nero delle spiagge e dei muretti a secco che proteggono le coltivazioni, all'azzurro intenso o bianco delle distese di ortensie in fiore, al verde caldo dei prati fino al grigio di zone desertiche.

Difficoltà: T – E
Coordinatore: Daniela

Domenica 14 aprile

MONTE CENGIO - FORTE PUNTA CORBIN (Altopiano di Asiago)

L'escursione, ci porta, percorrendo la famosa strada "Granatiera" per gran parte scavata nella roccia, alla scoperta del Monte Cengio, 1347 m. uno dei più importanti caposaldi italiani durante la Grande Guerra. Il monte fu infatti baluardo dell'esercito italiano durante la Strafexpedition impedendo agli austriaci di giungere alla pianura e dilagare nel Veneto. Visiteremo poi il forte italiano Punta Corbin, la più grande e articolata fortezza di tutto l'altopiano, a picco sulla sottostante Val d'Astico. Splendidi panorami sulla Val d' Astico e sull'altopiano di Asiago.

Dislivello in salita:	m. 200
Dislivello discesa:	m. 250
Tempo di percorrenza:	6-6.30 ore
Difficoltà:	E - T
Coordinatore:	Brocca Agatino

Giovedì 18 aprile

DA PRADA ALTA A BRENZONE (Monte Baldo – Lago di Garda)

La gita si svolge sul versante lacustre del Monte Baldo meridionale interamente su antiche mulattiere.
Dal pianoro prativo di Prada Alta inizierà la splendida passeggiata verso il lago di Garda attraverso vari paesaggi e fasce di vegetazione.
Il percorso tocca antiche storiche contrade – particolarmente interessante il borgo medioevale di Campo – casolari, capitelli, chiesette e fontane, oltre a fenomeni geologici e incisioni vallive.

Dislivello in salita:	m. irrilevante
Dislivello in discesa:	m. 930 circa
Tempo di percorrenza:	4 - 5 Ore
Difficoltà:	E
Coordinatore:	Cavalieri Marco

Dal 27 aprile al 4 maggio

TREKKING IN SARDEGNA SELVAGGIO BLU… E ALTRO

DUE TREKKING IN SARDEGNA

Sono ormai passati sette anni dall'ultima entusiasmante esperienza della nostra Sezione nella bellissima Sardegna, e memori di quanto "assaporato", in tutti i sensi, quest'anno la nostra proposta si raddoppia. Si è pensato di proporre il classico trekking del "SELVAGGIO BLU" e per i meno alpinisti una settimana di camminate e visite all'interno del territorio sardo con base fissa. Queste le due proposte.

PROPOSTA ALPINISTICA.

Il "SELVAGGIO BLU" è un trekking itinerante di sei giorni effettivi di camminate all'interno di quel mondo, ancora selvaggio, che fino a pochi anni fa era dedito e conosciuto al solo mondo della pastorizia. Le varie tappe passano per ovili ancora quasi intatti, ripercorrono vecchi sentieri dove, in alcuni punti, sembra impossibile che animali avessero modo di passare, i carbonai potessero produrre ingenti quantità di carbone e portarlo nei centri per la vendita.

Buona parte dei percorsi sono su scogliere a picco sul mare cristallino, si dorme in tenda all'interno di sconosciute insenature, in riva al mare, sul selvaggio altopiano, visiteremo delle meravigliose grotte, e goderci delle spettacolari e strapiombanti calate in corda. È un vero paradiso per una vera avventura ancora possibile.

PROPOSTA TURISTICA.
Questa settimana avrà come base fissa Santa Maria Navarrese, località turistica in riva al mare al centro della costa EST della Sardegna. Da questa località partiranno i tour giornalieri illustrati nel programma. Anche in questa proposta si avrà comunque modo di visitare le bellezze nascoste di questo territorio. Panorami mozzafiato, vecchi ovili, calette e spiaggiette dove ammirare il mare stupendo, visitare le grotte con accesso dal mare. Non mancheranno i centri come Orgosolo e Mamoiada, il selvaggio Altopiano del Golgo, e naturalmente le specialità e il folclore Sardo. Santa Maria Navarrese si presta comunque anche a passare un po' di tempo in spiaggia per un buon relax.

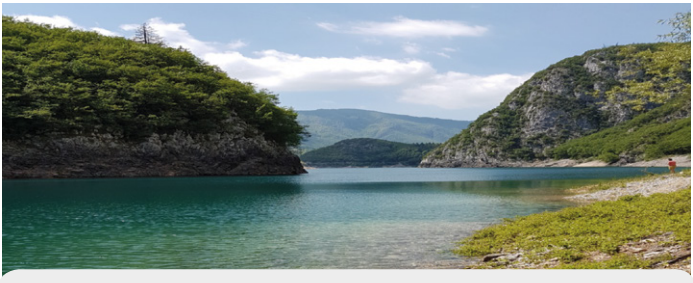
Difficoltà:	T-E EEA
Coordinatori:	Spagnolli Bruno - Marcolini Remo

Domenica 12 maggio

VIA REGIA

DAL PIAN DELLE FUGAZZE ALLA DIGA SPECCHERI (Gruppo Pasubio – Piccole Dolomiti)

Escursione alla scoperta dell'antica "Via Regia" della Vallarsa. Un antico percorso che collegava la pianura veneta (Schio) con la Valle dell'Adige, passando proprio dalla Vallarsa. La Via Regia, dal Pian delle Fugazze, seguiva il Rio della Busa, per giungere dove oggi c'è il bacino artificiale della diga di Speccheri. Da lì, probabilmente, puntava verso malga Siebe raggiungendo il versante ovest della valle sotto le Giare Larghe, per poi proseguire lungo la valle fino a Rovereto.
Si parte dal Pian delle Fugazze, per prati si scende nella parte bassa del Rio della Busa dove il bosco ha preso il sopravvento, ma si vedono ancora muretti a secco e tracce di selciato. L'invaso del lago di Speccheri - blocca il naturale cammino verso valle obbligando ad una deviazione che risalendo il bosco, dove è possibile vedere i cervi, porta al paese di Camposilvano. Visto il leone marciano sulla fontana, si sale a malga Fratte e al pian delle Fugazze per vedere il cippo confinario della «pietra favella», la grande roccia dove sono incisi gli antichi stemmi del confine fra Serenissima e Tirolo.



Dislivello in salita:	m. 500 circa
Dislivello in discesa:	m. 500 circa
Tempo di percorrenza:	5-5.30 ore
Difficoltà:	E
Coordinatori:	Tomasi Paolo Bellò Tarcisio

Giovedì 16 maggio

TRA BORGHI E COLLINE DEL PROSECCO

Ai piedi delle Prealpi Venete, tra Vittorio Veneto e Valdobbiadene, si estende una particolare forma di colline irte e seghettate, in file parallele con direzione E – O, composte per la maggior parte da sedimenti e agglomerati compressi di origine glaciale, coperte da una lussureggiante vegetazione di bosco ceduo.
La nostra camminata si snoderà tra il verde intenso di questi boschi, e i filari di vecchie viti coltivate in maniera "eroica" su pendii talmente ripidi che, in alcuni punti, la vite sembra proprio accarezzare "il morbido manto erboso su cui è piantata".
Ma non esiste solo la vite. Nel tempo l'uomo ha lasciato segni bellissimi, borghi tra i più belli d'Italia e notevoli opere d'arte. Dopo il pranzo, in una piacevole e panoramica trattoria, avremo modo di visitare la bellissima Abbazia di Follina e, tempo permettendo, il villaggio palafitticolo al lago di Revine.

Dislivello in salita:	m. 350 circa
Dislivello in discesa:	m. 350 circa
Tempo di percorrenza:	3.30-4 ore
Difficoltà:	E - T
Coordinatori:	Spagnolli Bruno Barbariol Gianpaolo

Giovedì 30 maggio

MERANO 2000 – SAN GENESIO
(traversata)

Questa è una delle più belle tappe del SENTIERO EUROPEO E 5. Dal parcheggio di Falzeben, con la telecabina si raggiunge la località Piffingher (m. 1817), da dove, in circa un'ora, si arriva al Rifugio Merano (m.1930). Da questo punto, seguendo le indicazioni per il Sentiero Europeo E5, in poco tempo si arriva al Passo della Croce (m. 2086), punto più alto del percorso, e da qui in poi con qualche sali-scendi, ma in costante discesa, tra distese praterie e fitti lariceti, numerosi punti ristoro, con costanti panorami a 360°, si arriva a San Genesio in prossimità del Ristorante Stella Alpina (m. 1200) circa.

Dislivello in salita:	m. 350
Dislivello discesa:	m. 1000
Tempo di percorrenza:	6.30-7 ore
Difficoltà:	E
Coordinatore:	Cavalieri Marco

TIPOGRAFIA BALDO

- STAMPA DIGITALE, OFFSET, TIPOGRAFICA
- STAMPA DIGITALE GRANDE FORMATO
  MANIFESTI
  PANNELLI
  STRISCIONI
- ADESIVI IN PVC

dal 1973

Via Paganini, 35/A • Rovereto • T/F 0464 43 48 43
info@tipografiabaldo.it • www.tipografiabaldo.it

DITTA

Chiesa Renzo

EDILIZIA
FERRAMENTA
GIARDINAGGIO

38068 Rovereto (Trento) - Viale Trento, 22
Tel/Fax 0464/413260

Dal 31 maggio al 13 giugno

TRANSIBERIANA ORIENTALE E MONGOLIA

Dopo l'entusiasmante esperienza del viaggio in TRANSIBERIANA nel mese di giugno 2017, da Mosca al Lago Baikal, 12 giorni e quasi 6 mila chilometri all'interno dell'immensa Siberia, sulla mitica ferrovia che collega il centro Europa con Vladivostok sulle sponde del mare del Giappone (Oceano Pacifico) 9300 chilometri di interminabili binari, la sezione SAT di Rovereto ha programmato per il 2019 di raggiungere la meta finale a completamento del SOGNO TRANSIBERIANO.
Siamo consapevoli che questa seconda parte è più impegnativa della precedente, una delle motivazioni all'apertura delle adesioni con buon anticipo sulle date di partenza, però con tutta certezza questa seconda parte appagherà notevolmente di più la nostra voglia di vedere, di conoscere, di assaporare quell'aria mistica dell'oltre orizzonte, oltre quell'opaca e invisibile siepe che si apre davanti al nostro desiderio di luce, di aprirci all'ignoto.

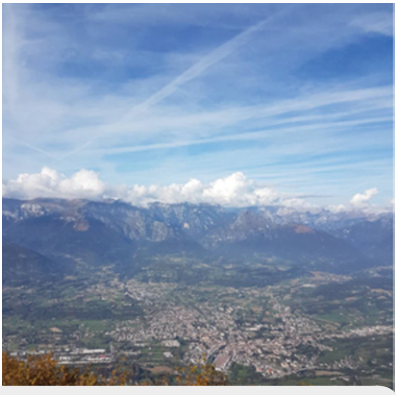
Quest'anno non ci limiteremo solo alla parte rimanente da vedere della Siberia, la meno conosciuta e frequentata, ma inizieremo il viaggio dalla selvaggia MONGOLIA dove passeremo i primi quattro giorni per lo più fuori dalle città, a contatto delle popolazioni che ancora oggi conservano un po' di "rustico".
Torneremo poi a IRKUTSK, da dove inizierà la vera e ultima parte di TRASIBERIANA costeggiando il Lago BAIKAL, con soste a ULANUDE, KHABAROVSK e infine VLADIVOSTOK.
Anche in questa parte non visiteremo solo le città, ma ancora una volta avremo la possibilità di essere a contatto della popolazione fuori dal "grande giro"
La sosta di una giornata a MOSCA, prima del volo che ci riporterà a casa, darà l'opportunità a tutti, chi per la prima volta o rivedere per altri, di gustare un po' di quell'atmosfera del tutto singolare che questa grandissima città esprime e rinnova ad ogni sua visita.

Difficoltà:	E-T
Coordinatore:	Spagnolli Bruno

Domenica 2 giugno

TRAVERSATA DA TOMO A QUERO MONTE TOMATICO 1595 m (Massiccio del Grappa)

Escursione sul monte Tomatico m. 1595 ultima cima ad oriente del Massiccio del Grappa che degrada fino alla sponda destra del fiume Piave. È una posizione dominante sopra la città di Feltre da cui si spazia dal Lagorai, Cima d'Asta, Pale di S. Martino le Vette Feltrine, monti dell'Agordino fino al Monte Pelmo e le Dolomiti Ampezzane; più a sud il monte Visentin e le Prealpi Trevigiane.
Con pullman fino a Tomo (fraz. di Feltre) m. 360 dove inizia il percorso per strada militare che con pendenza regolare arriva alla Casera Boemia. La Cima che si raggiunge in 15 minuti percorrendo ca. 130 m. di sentiero in salita, piuttosto marcata. La cima del Monte Tomatico è un osservatorio a 360° da cui, in giornate limpide si scorge il mare Adriatico.
Si scende per un tratto il sent. 841 poi all'incrocio il sent. 844 fino al successivo incrocio con il sent. 844b che arriva a Quero m. 288 dove attende il pullman per il rientro.



Dislivello in salita:	m. 1235
Dislivello discesa:	m. 1308
Tempo di percorrenza:	7,30 ore circa
Difficoltà:	**E**
Attrezzatura:	abbigliamento adeguato alla stagione - bastoncini
Coordinatori:	Lott Bruno - Brocca Agatino

Giovedì 13 giugno
LAGHETTI DEL MIGNOLO (2111 m) (Gruppo Adamello)

Dopo Bagolino, in Val Dorizzo, località Gaver, ci si inoltra nella Val Sanguinera e in Val Rondenino. Dalla malga Mignolo con breve dorsale, si giunge sull'erbosa cima del monte Mignolo (2111 m quota max).
Si scende passando dagli omonimi laghetti, tutti di origine glaciale. Ci si inoltra ora in discesa nella Val Mignolo, fino ad incrociare il sentiero di salita sotto malga Sanguinera, per giungere così al punto di partenza.

Dislivello in salita:	m. 950
Dislivello discesa:	m. 950
Tempo di percorrenza:	6 ore
Difficoltà:	**E**
Coordinatore:	Consolati Mauro

Domenica 23 giugno

PASSO TONALE – PASSO DEI POZZI RIFUGIO DENZA – STAVEL

(Gruppo Presanella)

ITINERARIO BASE: Partenza nei pressi del passo del Tonale, per stradina si scende al ponte sul torrente Presena. Si sale quindi fino all' ex forte Pozzi Alti. Sempre per sentiero ci si porta all'alpe dei Pozzi Alti per arrivare infine al Passo dei Pozzi. Discesa al rifugio Denza e quindi lungo la Val Presanella e la Val Stavel fino all'abitato di Stavel.

ITINERARIO BREVE: Fino al Forte come l'itinerario base. Dal Forte si sale al rif. Denza lungo il sentiero che sale da Stavel. Discesa come per l'itinerario base.

Dislivello in salita:	It. base m. 1104 - It. Breve m. 763
Dislivello in discesa:	It. base m. 1633 - It. Breve m. 1330
Tempo di percorrenza:	It. base 6-7 ore - It. Breve 5-6 ore
Difficoltà:	**EE-E** (escursionisti)
Coordinatore:	Consolati Mauro

Giovedì 27 giugno

S. ANTONIO DI MAVIGNOLA – LAGO VALAGOLA – LAGO ASCIUTTO PASSO BREGN DE L'ORS – VADAIONE (GIUSTINO) (Dolomiti di Brenta)

Dalla stazione intermedia dell' impianto funiviario che collega Madonna di Campiglio al Doss del Sabion, prendiamo la stradina per Valagola. Camminando a fianco del Sarca di Valagola, arriviamo prima alla malga e poco dopo al suggestivo Lago di Valagola (m. 1588) vera perla ai piedi delle chiare pareti del Brenta. Proseguendo sulla sponda destra, il sentiero si inerpica poi nella val Nardis fino alla piana del "Lago Asciutto" (m.1822) ai piedi della parete rocciosa dominata dal Rifugio XII Apostoli. Questo luogo è il residuo di un antico lago glaciale colmato nei millenni dai detriti rocciosi. Dopo il pranzo, passeremo dal passo Bregn de l'Ors (m. 1845), dalla Malga Bandalors (m. 1630) per poi scendere all'abitato di Vadaione mete finale della nostra traversata.

Dislivello in salita:	m. 700 circa
Dislivello discesa:	m. 1050 circa
Tempo di percorrenza:	6.30 - 7 ore
Difficoltà:	**E**
Coordinatore:	Spagnolli Bruno

Domenica 7 luglio
LAGHI DI SOPRANES
(Parco Naturale Gruppo di Tessa)

I Laghi di Sopranes (Spronser Seen) sono il più esteso gruppo lacustre d'alta quota dell'Alto Adige nel parco naturale più grande dell'Alto Adige, il Parco Naturale Gruppo di Tessa.
Il percorso ci porta dal paese di Velloi, sopra Merano, alla conca dei laghi e quindi, attraverso la forcella di Sopranes, lungo la Val Grande e la Val Plan, oppure lungo la Lazinsertal fino al paese di Plan in Val Passiria.
Stupendo il panorama che si gode sulla conca di Merano, la valle dell'Adige, e le Dolomiti. Escursione lunga anche se non particolarmente impegnativa, e che richiede passo sicuro e assenza di vertigini.
È allo studio un percorso alternativo adatto a tutti.

Dislivello in salita:	m. 1300
Dislivello in discesa:	m. 1150
Tempo di percorrenza:	8-9 ore
Difficoltà:	**EE**
Coordinatore:	Scottini Giuliano

Giovedì 11 luglio
PASSO SAN PELLEGRINO – RIFUGIO TARAMELLI (Gruppo dei Monzoni)

Dal Passo San Pellegrino (m. 1910), per segnavia 604, saliamo al Pas da le Sele (m. 2528) quota massima di questo itinerario. Dopo una breve sosta al rifugio omonimo, per la Val da le Sele, passando per il piccolo laghetto che porta lo stesso nome, arriviamo al vecchio e ultimo caratteristico rifugio "a cubo", rimasto ancora in attività, Torquato Taramelli ai Monzoni (m. 2045). Dopo una adeguata sosta pranzo, per segnavia 603, che scende nella valle dei Monzoni tra praterie e fitta pineta, arriveremo alla Malga Crocefisso (m. 1526), all'imbocco della val San Nicolò dove ci attende il pullman.

Dislivello in salita:	m. 620
Dislivello in discesa:	m. 1000
Tempo di percorrenza:	5.30-6 ore
Lunghezza del percorso:	11,5 km
Difficoltà:	**E**
Coordinatori:	Spagnolli Bruno

Giovedì 18 luglio

STRADA PRIMA ARMATA – 52 GALLERIE

(Pasubio – Piccole Dolomiti)

Escursione intersezionale con CAI Belpasso (CT) sui luoghi della Grande Guerra, da Bocchetta Campiglia al rif. Papa, lungo la Strada Prima Armata (52 Gallerie) che ci regala scorci suggestivi,sulle Piccole Dolomiti, il Pasubio, la Valle del Leogra. Numerosi cartelli esplicativi ci raccontano di eventi storici legati alla grande guerra ci accompagnano fino al Rif. Papa da dove comincia il ns. rientro attraverso la galleria d'Havet e la Valle del Fieno fino al Passo Pian delle Fugazze.

Dislivello in salita:	m. 720
Dislivello im discesa:	m. 850
Tempo di percorrenza:	5.30-6.30 ore
Difficoltà:	**E**
Coordinatore:	Scottini Giuliano - Brocca Agatino

Sabato e Domenica 20 – 21 luglio

MONTE DISGRAZIA (3678m)

(Alpi Retiche – Gruppo del Masino)

È la vetta più alta della Val Masino (3678m) e presenta salite di notevole interesse su ghiaccio e misto, il percorso che ci interessa è la via normale.
Primo giorno: dal parcheggio di Preda Rossa, attraversiamo il lungo pianoro e ci portiamo al versante nord-occidentale della valle, dove il sentiero sale con diversi tornanti, in direzione del rifugio Ponti (2559m). Cena e pernottamento.
Secondo giorno: dal rifugio si sale a nord su tracce, sul filo della morena. Si rimonta il ghiacciaio, sottostante la Sella di Pioda, e poi, raggiunta la sella (3387m) si procede sulla cresta Ovest/Nord-Ovest, che si percorre fino al raggiungimento della Vetta (3678m). Rientro per la stessa via di salita.
È allo studio un percorso alternativo adatto a tutti.

Dislivello in salita:	1° giorno: m. 650 - 2° giorno: m. 1120
Dislivello discesa:	1° giorno: irrilevante - 2° giorno: m. 1770
Tempo di percorrenza:	1° giorno: 3 ore - 2° giorno: 10-12 ore
Difficoltà:	1° giorno: **EE -** 2°giorno: **alpinistica**
Coordinatori:	Marcolini Remo - Righi Gianluigi

Giovedì 25 luglio

GARDECCIA - PASSO PRINCIPE RIF. ANTERMOIA – VAL DI DONA

(Gruppo del Catinaccio)

Dal Rifugio Gardecia (m.1948) raggiungiamo il Rifugio Vaiolet (m.2246), cuore dello straordinario Gruppo Dolomitico del Catinaccio. Dal rifugio, risaliremo la Valle del Vaiolet fino al Rifugio Passo Principe (m.2601) dove, girando nettamente a DX ai piedi delle pareti del Catinaccio di Antermoia, raggiungiamo il passo omonimo alla quota massima del percorso odierno di m.2770. Con lo stesso sentiero scenderemo nel Valon de Antermoia e dopo aver costeggiato il suggestivo lago, in breve saremo al rifugio Antermoia a m. 2496. Da questo punto raggiungiamo prima il Pas de Dona (m.2516), poi la località Camerloi (m. 2200), dove proseguiremo diritti attraverso gli stupendi prati della Val di Dona. Passato il rifugio stesso a m.2099, proseguiremo sempre in costante discesa fino a Fontanazzo m.1382 dove ci attende il pullman.

Dislivello in salita:	m. 725 circa
Dislivello discesa:	m. 1400 circa
Tempo di percorrenza:	6.30-7 ore
Difficoltà:	**E**
Coordinatore:	Spagnolli Bruno

PROFONDAMENTE LEGATO ALLA SUA TERRA
MARZEMINO D'ISERA "ETICHETTA VERDE"

CANTINA D'ISERA

Via al Ponte, 1 - 38060 - Isera (TN)
Tel. +39 0464 433795 - info@cantinaisera.it
Orario Vinoteca:
da Lunedì a Sabato 8.00 - 12.00 / 14.00 - 19.00

3-4-5 agosto
PIZZO BERNINA 4049 m – PIZZO PALÙ 3905 m
(Alpi Retiche Occidentali)

Tre giorni nel massiccio del Bernina con la salita alla vetta del Piz Bernina e la traversata dei tre Piz Palù, dove avremo modo di godere appieno del grande ambiente d'alta montagna della zona. L'itinerario si sviluppa fra tormentati ghiacciai, aeree creste nevose, tratti di pura arrampicata. Una traversata completa e varia sia dal punto di vista ambientale che da quello tecnico.

Sabato 3 agosto:

Trasferimento in pullman alla località Pontresina m 1822 in Svizzera e salita con funivia alla Chamanna Diavolezza m 2975. Dal Diavolezza si scende perdendo circa 300 metri sul Vadret Pers, si attraversa in direzione dell'ampio crestone della Fortezza. Una traccia e degli ometti attraverso la Vedretta di Morteratsch conducono ad uno sperone roccioso, alcuni passi di II e III. Si continua sul ghiacciaio alquanto tribolato e con alcuni saliscendi ai arriva al Rifugio Marco e Rosa m 3597.

Domenica 4 agosto: salita al Piz Bernina m 4049

Dal Rifugio Marco e Rosa si risale l'ampio pendio nevoso sopra-

stante normalmente lungo una buona traccia, inizialmente su pendenze moderate che si fanno via via maggiori salendo verso la cresta rocciosa della Spalla. La salita prosegue superando un primo modesto risalto roccioso arrivando alla base del tratto più impegnativo della salita. Raggiunta una catena di sosta si sale in diagonale per proseguire in verticale superando un muretto su piccoli ma buoni appigli (III-). Da qui la salita prosegue per rocce più semplici ma sempre ben protette con qualche chiodo o spit, fino a raggiungere per neve o facili rocce rotte, la vetta della Spalla del Bernina m 4021. Si scende brevemente fino al filo della sottile ed aerea cresta sud per seguirla e rimontare sulla parte opposta fino alle rocce (I-II) che si superano agevolmente per raggiungere la vetta del Piz Bernina m 4049.
Lunedì 5 agosto: traversata dei tre Piz Palù m 3900 / 3906 Dal rifugio Marco e Rosa ci si porta alla terrazza Bellavista e con un facile traverso si raggiunge il Passo Fuorch di Bellavista. Qui inizia la cresta rocciosa che su grosse e facili lame molto solide, porta alla vetta del Palù Occidentale.
Si scende brevemente lungo la cresta fino a quando non torna nevosa e prima su un filo di cresta abbastanza sottile e poi su largo e comodo pendio, si raggiunge la cima del Palù Centrale m 3905.Da qui si prosegue lungo il filo di cresta nevosa fino al Palù Orientale. Per la discesa si segue la via Fortezza, in parte su ghiacciaio, molto crepacciato che va superato con le dovute attenzioni, in parte su una cresta rocciosa a picco, fino alla base del pedio di sfasciumi alla destra del Piz Trovat. Da qui, abbandonato il ghiaccio, si diparte un sentiero che, con diversi saliscendi aggira il Piz Trovat e riporta al Rifugio Diavolezza.
Da qui con funivia si ritorna a Pontresina.
Difficoltà: trattasi di un percorso su ghiacciaio con passaggi su roccia che richiedono esperienza e capacità tecnica di muoversi su terreni misti.

Dislivello in salita:	1° giorno: m. 1000 - 2° giorno: m. 500 3° giorno: m. 500
Dislivello in discesa:	1° giorno: m. - 2° giorno: m. 500 3° giorno: m. 1300
Tempo di percorrenza:	1° giorno: 5 ore - 2° giorno: 6 ore 3° giorno: 8 ore
Difficoltà:	**alpinistica**
Coordinatore:	Chiesa Rosanna

Giovedì 8 agosto

PASSO PORDOI – RIF. BOÈ – VAL LASTIES (Gruppo del Sella)

Partendo dal Passo Pordoi (m. 2239), per segnavia 627 saliremo gradualmente la ghiaiosa valletta che porta alla Forcella Pordoi (m. 2829). Sul comodo e ondulato sentiero 627, Alta Via delle Dolomiti, senza particolari dislivelli sull' affascinante Altopiano del Sella, arriviamo al Rifugio Boè (m. 2873) per la sosta pranzo. Per segnavia 647 proseguiamo fino alla Sforcela d'Antersass (m. 2839) dove, girando a SX e passando per il laghetto delle Mesules, imboccheremo la dolomitica e selvaggia Val Lasties. Tra spettacolari pareti e distesi pianori, passeremo per il Plan de Siela (m. 2280) per arrivare successivamente al Pian Schiavaneis (m. 1875) dove concluderemo la camminata.

Dislivello in salita:	m. 700
Dislivello discesa:	m. 1000
Lunghezza percorso:	11 km
Tempo di percorrenza:	**6-6.30 ore**
Difficoltà:	**E**
Coordinatore:	Spagnolli Bruno

24 – 25 agosto

JOF FUART (2666m) – CAVE DEL PREDIL (Alpi Giulie)

Due giorni nelle Alpi Giulie con salita al Jof Fuart, da dove si gode uno splendido panorama sulla catena del Castrein , del Montasio, sul gruppo del Canin e più in la, in Slovenia il Mangart ed il Triglav. Alle Cave del Predil, visiteremo il museo minerario e l'attigua miniera,attiva già dal medioevo e chiusa nel 1990. Dopo il pernottamento al rifugio Corsi, per la via normale, con qualche tratto attrezzato raggiungeremo la cima del Jof Fuart e da lì scenderemo al rifugio poi per panoramico sentiero a Sella Nevea.

Dislivello in salita:	1° giorno: m. 1190 - 2° giorno: m. 930
Dislivello discesa:	1° giorno: m. 306 - 2° giorno: m. 1639
Tempo di percorrenza:	1° giorno: 4 ore - 2° giorno: 7 ore
Difficoltà:	1° giorno: **E** - 2° giorno: **EE**
Coordinatore:	Consolati Mauro

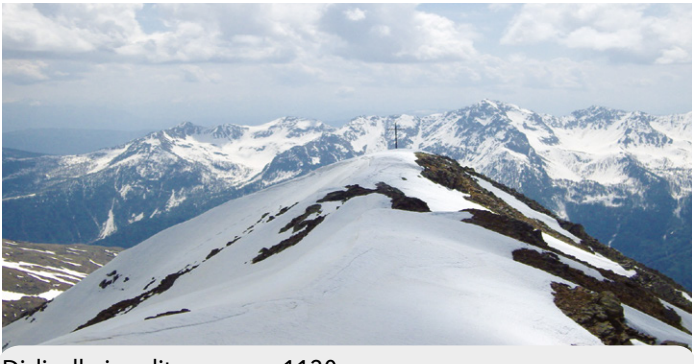
Giovedì 29 agosto
COL DI LANA m 2452 – CIMA SIEF m 2424
(Gruppo Col di Lana – Set Sass – Lagazuoi)

Itinerario molto panoramico e di grande interesse storico. Dal Rif. Valparola per pascoli e lungo le trincee della grande guerra ci si dirige verso il passo Sief e quindi in breve alla vetta di cima Sief da dove possiamo vedere l'intero sviluppo del percorso di cresta, in parte attrezzato che conduce alla vicina cima del Col di Lana (m.2452). Nei pressi della cima sorge Bivacco Col di Lana e una piccola Chiesa, eretta dagli Alpini a ricordo di tutti i caduti in quell'inutile guerra. Fantastico il paesaggio dalla cima, attorniata da Marmolada – Civetta – Pelmo – Tofane -Sella – Pordoi, solo per citare le cime più famose.

Dislivello in salita:	**m.** 700
Dislivello im discesa:	**m.** 700
Tempo di percorrenza:	6-7 ore
Lunghezza percorso:	12,5 km circa
Difficoltà:	**EE**
Coordinatore:	Scottini Giuliano

Domenica 8 settembre
GRAN LADRO – HOHER DIEB 2730 m (Gruppo Ortles - Cevedale)

Grande traversata dalla Val Venosta alla Val Martello.
Partiamo dalla Tarscheralm 1939 m per arrivare a Santa Valburga, passando per la cima del Gran Ladro, il Rontscher Berg, e il Peilstein. Dalla cima del Gran Ladro si godono meravigliosi panorami: i bei laghetti di Covolo (Koflraster Seen), la Catena delle Maddalene, i ghiacciai della Val Senales, la Palla Bianca, le Alpi dell'Ötztal (Gruppo di Tessa), l'Orecchia di Lepre, le Dolomiti col Gruppo del Sassolungo, Sella e perfino la Marmolada, la Catena del Lagorai, il Gruppo delle Dolomiti di Brenta e il Gruppo della Presanella.
Percorso abbastanza lungo, non molto impegnativo e che comunque richiede passo sicuro e assenza di vertigini.



Dislivello in salita:	**m. 1130**
Dislivello im discesa:	**m. 1920**
Tempo di percorrenza:	8-9 ore circa
Lunghezza percorso:	17 km
Difficoltà:	**EE**
Coordinatore:	Marcolini Remo

Giovedì 12 settembre
MONTE MAGGIO
DAL PASSO BORCOLA – AL PASSO COE
(Gruppo del Pasubio)

Dal passo Borcola (m 1207) prendiamo il sentiero E5 in direzione Monte Maggio. Il percorso sale rapidamente in un bel bosco di faggi fino ad una vecchia cava di marmo abbandonata. Ora, su sentiero, con moderata ma costante pendenza si sale fino al "M. Borcoletta" da dove con un lieve saliscendi e recuperando un centinaio di metri di quota si arriva in poco meno di un'ora alla cima del monte Maggio (m 1853).
Dalla cima si gode un ampio panorama sulla valle di Terragnolo, verso la valle di Posina e il Pasubio. Per il rientro, in direzione Nord-ovest scendiamo con facile al Passo Coe dove ci aspetta il pullman per il rientro.

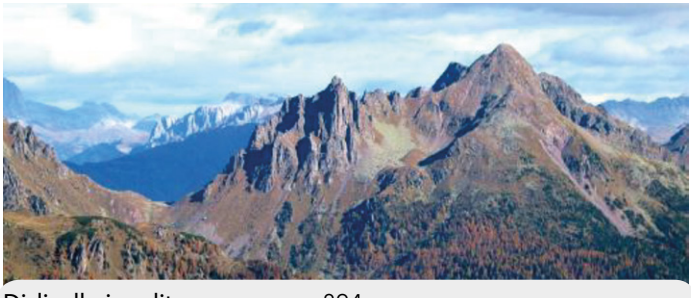
Dislivello in salita:	m. 650
Dislivello im discesa:	m. 250
Tempo di percorrenza:	5-5.30 ore
Difficoltà:	E
Coordinatore:	Cavalieri Marco

Domenica 22 settembre

TRAVERSATA DA ZIANO MONTE CAURIOL 2494 m – CAORIA

(Gruppo Lagorai)

Bella ed interessante escursione attraverso luoghi che furono teatro di epici scontri fra soldati italiani e soldati austroungarici durante la Grande Guerra. Gran parte del tracciato venne realizzato dai militari. Con pullman fino a Ziano (Val di Fiemme) poi un pullmino ci porterà al Rif. Cauriol m. 1587, punto di partenza dell'escursione. Strada sterrata per Malga Sàdole m. 1600 fino a Pian de le Madalene m. 1698. Inizia la mulattiera che sale verso il Passo di Sàdole sent. 320 ma prima del Passo, a sx il sentiero, che pur ben tracciato, richiede una certa attenzione, verso il Monte Cauriol dalla cui cima (m. 2494) si domina, oltre alla Cima d'Asta che è di fronte, parte del Lagorai, la Valle del Vanoi, la Val di Fiemme ed un ampia veduta sulle Pale di S. Martino e le Vette Feltrine. La discesa prima del Passo Sàdole m. 2056 si riprende il 320 che, passando per Malga Laghetti m. 1582, prosegue fino al Rif. Refavaie m. 1116 dove attende il pullman per il rientro. La località Refavaie si trova a 6 Km da Caoria.



Dislivello in salita:	m. 894
Dislivello im discesa:	m. 1378
Lunghezza del percorso:	12 km circa
Tempo di percorrenza:	7.00 ore
Difficoltà:	**EE**
Coordinatore:	Lott Bruno

Giorgio Gomme
di Tiecher Tiziano

Via Don Muratori, 38068 Z.A. Cornalè d'Isera (TN)
Tel./fax 0464 43 61 70 - P.IVa 01348580224
www.giorgiogomme.it

BERTOLINI OCEA
IMPIANTI S.R.L.

impianti elettrici e meccanici

Viale Giovanni Caproni, 9
38068 Rovereto -TN Italy
Tel. 0464 439551
info@bertoliniocea.it
www.bertoliniocea.it

SGS

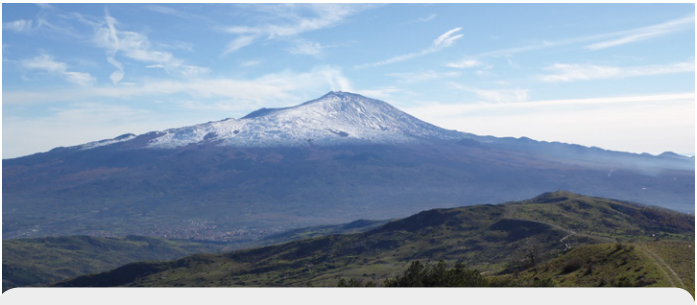
SOA Nord Alpi
Organismo di Attestazione

Dal 5 al 12 ottobre

TREKKING IN SICILIA

(Sicilia nord-orientale: Nebrodi - Etna – Peloritani)

Visiteremo la parte più selvaggia e recondita dell'isola, su sentieri e mulattiere poco battute. In modo da poter apprezzare le più nascoste bellezze naturalistiche (e architettoniche) che questo splendido luogo offre. Attraversando le lussureggianti faggete nebroidee avremo modo di conoscere l'ambiente umido del famoso "appennino siculo", e avventurandoci per le gole peloritane potremo ammirare dall'alto il dirimpettaio Aspromonte di cui i Peloritani costituiscono il proseguimento nell'isola. Ciò ci darà modo anche di godere della vista dell'impetuoso Stretto di Messina e delle vicine isole Eolie. Il nostro itinerario ci condurrà infine sui neri deserti lavici etnei, che risaliremo da sentieri poco noti. Affronteremo ad esempio la famosa "Serra delle Concazze" che costituisce la spina dorsale del vulcano e che è un bellissimo balcone naturale sulla altrettanto famosa "Valle del Bove". Il percorso ci permetterà di conquistare il cratere centrale dell'Etna e quindi il "tetto" della Sicilia. Da lì la vista spazia in tutte le direzioni. Tra un' escursione e l'altra naturalmente non mancheremo di visitare borghi antichi, castelli, trattorie tipiche dove gustare prelibati piatti tradizionali... e perché no qualche bella spiaggia.



Difficoltà: **T - EE**

Coordinatori: Brocca Agatino – Beltrami Luca

WEGHER
IL GRUPPO PER LA SICUREZZA

T. 0464 433330
www.wegher.it

Viale Caproni, 18
38068 Rovereto TN

AKU
trekking & outdoor footwear

CALZATURE DA MONTAGNA E PER IL TEMPO LIBERO

DEVOLD®
NORWAY 1853

ABBIGLIAMENTO IN LANA MERINO

Giovedì 17 ottobre
MONTE FIOR
MONTE CASTELGOMBERTO – MONTE SPIL
(Altopiano di Asiago – Gruppo delle Melette)

Escursione alle Melette di Gallio, costituenti durante la Prima Guerra mondiale il settore chiave della difesa dell'Altopiano di Asiago e famose per essere state sfondo della vicenda narrata nel volume di Emilio Lussu "Un anno sull'Altopiano". Sul ns. percorso immerso nella natura troveremo inoltre diverse malghe dove si producono ancora ottimi formaggi. Il Monte Fior (1824 m.), punto panoramico eccezionale con visione completa a 360°. Sulla conca Altopianese con in primo piano Gallio, poi Asiago, Camporovere, Canove, oltre a una magnifica panoramica di tutta la zona alta, Portule, Cima Larici, Cima XI e XII, Ortigara, Caldiera. A nord si staglia Castelgomberto e sullo sfondo il gruppo del Brenta e la catena del Lagorai.

Dislivello in salita:	m. 490
Dislivello in discesa:	m. 800
Tempo di percorrenza:	6-7 ore
Difficoltà:	E
Coordinatori:	Brocca Agatino

Domenica 20 ottobre

PERCORSO MUSILIANO

(Val dei Mocheni)

Passeggiata in valle del Fersina tra letteratura storia e natura nei luoghi di Musil. Il tema dell'escursione è lo scrittore austriaco Robert Musil che nel maggio 1915, durante la Grande Guerra, fu a Palù del Fersina come tenente dell'esercito austroungarico. La sua permanenza nella valle e l'elaborazione dei diari scritti durante quel periodo gli diede, successivamente, lo spunto per comporre la novella "Grigia" e poesie.
L'escursione parte dall'Istituto Culturale Mocheno e prevede delle tappe all'interno del paese di Palù del Fersina: Òlt Schualhaus, Pfòrrhaus, Kriagstros, Kirch, Batister, Gruab, Indertol, Pèrng, Filzerhof, FeldKapelle. In questo percorso ci accompagnerà Leo Toller, operatore culturale dell'Istituto Mocheno. Questo il percorso turistico, cui si potrà aggiungere un percorso ulteriore fino ad una cima o al rifugio Sette Selle, in quanto alcune descrizioni musiliane riguardano anche alcune zone delle creste. Il tutto condizionato dalla tempistica o dal meteo. Il periodo scelto ci farà apprezzare il cambio di colori del bosco. Presso l'istituto sono disponibili due libri molto interessanti: Musil "Grigia" e Musil en Bersntol: la grande esperienza della guerra in Valle dei Mòcheni.

Coordinatori: Tomasi Paolo
Toller Leo

ALTRI APPUNTAMENTI

16 febbraio
ASSEMBLEA ORDINARIA
27 ottobre
CASTAGNATA

9 novembre
S. MESSA DEFUNTI

17 novembre
PRANZO SOCIALE

13 dicembre
AUGURI DI NATALE

2019

Gennaio

L		7	14	21	28
M	1	8	15	22	29
M	2	9	16	23	30
G	3	10	17	24	31
V	4	11	18	25	
S	5	12	19	26	
D	6	13	20	27	

Febbraio

L		4	11	18	25
M		5	12	19	26
M		6	13	20	27
G		7	14	21	28
V	1	8	15	22	
S	2	9	16	23	
D	3	10	17	24	

Maggio

L		6	13	20	27
M		7	14	21	28
M	1	8	15	22	29
G	2	9	16	23	30
V	3	10	17	24	31
S	4	11	18	25	
D	5	12	19	26	

Giugno

L		3	10	17	24
M		4	11	18	25
M		5	12	19	26
G		6	13	20	27
V		7	14	21	28
S	1	8	15	22	29
D	2	9	16	23	30

Settembre

L		2	9	16	23	30
M		3	10	17	24	
M		4	11	18	25	
G		5	12	19	26	
V		6	13	20	27	
S		7	14	21	28	
D	1	8	15	22	29	

Ottobre

L		7	14	21	28
M	1	8	15	22	29
M	2	9	16	23	30
G	3	10	17	24	31
V	4	11	18	25	
S	5	12	19	26	
D	6	13	20	27	

Marzo

L		4	11	18	25
M		5	12	19	26
M		6	13	20	27
G		7	14	21	28
V	1	8	15	22	29
S	2	9	16	23	30
D	3	10	17	24	31

Aprile

L	1	8	15	22	29
M	2	9	16	23	30
M	3	10	17	24	
G	4	11	18	25	
V	5	12	19	26	
S	6	13	20	27	
D	7	14	21	28	

Luglio

L	1	8	15	22	29
M	2	9	16	23	30
M	3	10	17	24	31
G	4	11	18	25	
V	5	12	19	26	
S	6	13	20	27	
D	7	14	21	28	

Agosto

L		5	12	19	26
M		6	13	20	27
M		7	14	21	28
G	1	8	15	22	29
V	2	9	16	23	30
S	3	10	17	24	31
D	4	11	18	25	

Novembre

L		4	11	18	25
M		5	12	19	26
M		6	13	20	27
G		7	14	21	28
V	1	8	15	22	29
S	2	9	16	23	30
D	3	10	17	24	

Dicembre

L		2	9	16	23	30
M		3	10	17	24	31
M		4	11	18	25	
G		5	12	19	26	
V		6	13	20	27	
S		7	14	21	28	
D	1	8	15	22	29	

8 dicembre 2019

Appuntamento pre-natalizio

VISITA AL SANTUARIO MADONNA DELLA CORONA

CENTRO SPORT 97 FITNESS

Palestra SPORT97 di GIORI F. & C. snc
Viale Trento, 32 - 38068 Rovereto (TN)
Tel. 0464 414144 - e-mail: f.giori@dnet.it
www.palestrasport97.com

Orari: lunedì e giovedì 8.00 - 22.00
martedì, mercoledì e venerdì 8.00 - 21.00
sabato 8.00 - 12.30

LA PALESTRA OFFRE

Percorsi rieducativi
Percorsi fitness individuali

CORSI DI GRUPPO

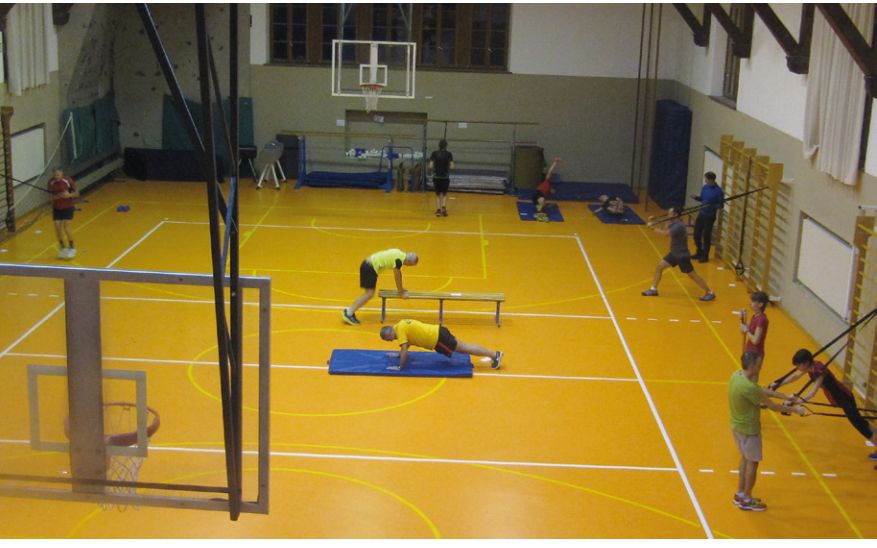
Power training, Gags, Kettlebell, Cross Training, Trx, Fitboxe, Body Pump, Power Bound, Circuit Training, Pilates, Core Stability, Pancafit

CORSO DI GINNASTICA PRESCIISTICA

Presso la palestra di via S.G. Bosco a Rovereto riparte il collaudato e apprezzato corso di ginnastica presciistica e di mantenimento fino a primavera.
Giorni e orari da definire.
Referente **Andrea Baldo**.

Per informazioni e prenotazioni:
in sede SAT ore 18 -19
oppure telefonando allo 0464 423855 oppure via mail:
andreabaldo@yahoo.it.

Iscrizioni dal settembre 2019.
Le lezioni inizieranno in ottobre 2019.



LA SPELEOLOGIA
l'affasciante e misterioso mondo delle grotte

Il mondo delle grotte non è meno affascinante di quello delle vette. Nel cuore della terra, ove pure esiste una vita, la speleologia offre spettacoli di grande appagamento estetico, scientifico e tecnico. Il GRUPPO GROTTE "E. RONER" opera in ambito ipogeo con ricerche, esplorazioni, pubblicazioni, manifestazioni e corsi di speleologia aperti a tutti. Il gruppo è disponibile ad accompagnare in grotta chi fosse interessato.
Per eventuali chiarimenti o per soddisfare qualsiasi curiosità in campo speleologico il Gruppo Grotte "E. Roner" è a disposizione, tutti i martedì e giovedì per attività tecnica e per riunione di gruppo, presso la sede SAT di Rovereto, dalle ore 21.00.

Giugno – luglio: 13° corso di introduzione al torrentismo
Ottobre: 37° corso di introduzione alla speleologia
Referente: Rosj Ciaghi – cell. 340 353 1636
www.gruppogrotte.it

SCUOLA DI ALPINISMO e SCIALPINISMO
per chi vuole vivere la montagna a 360 gradi

Affrontare la montagna in libertà ma con consapevolezza.
La Scuola Castel Corno ha come obiettivo quello di trasmettere attraverso dei corsi specifici la conoscenza delle tecniche base per affrontare la montagna con la maggior sicurezza possibile. Nei 50 anni di attività ogni singolo istruttore ha cercato di trasmettere l'esperienza, la conoscenza e le tecniche maturate in anni di attività alpinistica. Affrontare un'esperienza comune in montagna durante un corso, accompagnare nelle prime esperienze alpinistiche giovani e non, entusiasti nel far nuove esperienze, è alla base delle soddisfazioni personali che ogni singolo istruttore cerca. Andar per monti con la Scuola non vuol dire solo sapere muoversi consapevoli delle proprie capacità e conoscere le tecniche più adatte ad ogni tipo di terreno, ma anche saper rispettare, tutelare e difendere l'ambiente montano.

Direttore: Mauro Manfrini - cell. 328 214 0756

GRUPPO SCIATORI

Il "GRUPPO SCIATORI C.A.I. S.A.T. ROVERETO", gruppo tecnico della Sezione, le cui origini risalgono al lontano 1927, è specializzato nell'insegnamento dello sci alpino ed è affiliato alla F.I.S.I. (Federazione Italiana Sport Invernali) da oltre 60 anni. L'attività è rivolta a tutti coloro che desiderano praticare tale sport, dai principianti agli agonisti. Rimane obiettivo principale quello di avvicinare e appassionare bambini e ragazzi alla pratica di questo splendido sport con un occhio di riguardo all'educazione e al rispetto dell'ambiente e della montagna, in cui esso si svolge.
Al momento l'attività è in fase di definizione.

GRUPPO SENTIERI
Un lavoro in buona compagnia che lascia il segno…

Da qualche anno orami, presso la Sezione, è attivo un gruppo di volontari che, con passione e competenza, mette a disposizione tempo e lavoro per garantire la percorribilità, in tutta sicurezza, dei sentieri in carico alla Sezione.
Il lavoro fin qui svolto è stato notevole ed i risultati molto apprezzati dagli escursionisti.
Tale riconoscimento sprona questi "custodi dei sentieri" a continuare la propria opera con ispezione ed interventi di manutenzione costanti, al fine di garantire nel tempo l'efficienza di questo prezioso patrimonio.
Per tutti coloro fossero interessati a questo tipo di attività, il gruppo si riunisce ogni primo mercoledì del mese alle ore 20,30 presso la sede di Rovereto.

Referente: Amedea Peratti – cell. 339 179 6773

INDICE ESCURSIONI

Giovedì 21 marzo
ACQUE DI LESSINIA – PARCO DELLE
CASCATE DI MOLINA (Prealpi Venete) p. 26

Dal 28 marzo al 4 aprile
TREKKING ALLE ISOLE AZZORRE p. 27

Domenica 14 aprile
MONTE CENGIO - FORTE PUNTA CORBIN
(Altopiano di Asiago) p. 28

Giovedì 18 aprile
DA PRADA ALTA A BRENZONE
(Monte Baldo – Lago di Garda) p. 29

Dal 27 aprile al 4 maggio
TREKKING IN SARDEGNA Selvaggio blu… e altro p. 30

Domenica 12 maggio
VIA REGIA - Dal PIAN DELLE FUGAZZE alla DIGA SPECCHERI
(Gruppo Pasubio – Piccole Dolomiti) p. 32

Giovedì 16 maggio
TRA BORGHI E COLLINE DEL PROSECCO p. 33

Giovedì 30 maggio
MERANO 2000 – SAN GENESIO (traversata) p. 34

Dal 31 maggio al 13 giugno
TRANSIBERIANA ORIENTALE e MONGOLIA p. 36

Domenica 2 giugno
TRAVERSATA DA TOMO A QUERO MONTE TOMATICO 1595 m (Massiccio del Grappa) p. 38

Giovedì 13 giugno
LAGHETTI DEL MIGNOLO - 2111 m (Gruppo Adamello) p. 39

Domenica 23 giugno
PASSO TONALE – PASSO DEI POZZI - RIFUGIO DENZA – STAVEL (Gruppo Presanella) p. 40

Giovedì 27 giugno
S. ANTONIO DI MAVIGNOLA – LAGO VALAGOLA – LAGO ASCIUTTO - PASSO BREGN DE L'ORS – VADAIONE (Giustino) (Dolomiti di Brenta) p. 41

Domenica 7 luglio
LAGHI DI SOPRANES (Parco Naturale Gruppo di Tessa) p. 42

Giovedì 11 luglio
PASSO SAN PELLEGRINO – RIFUGIO TARAMELLI (Gruppo dei Monzoni) p. 43

Giovedì 18 luglio
STRADA PRIMA ARMATA – 52 GALLERIE (Pasubio – Piccole Dolomiti) p. 44

Sabato e Domenica 20 – 21 luglio
MONTE DISGRAZIA 3678 m (Alpi Retiche – Gruppo del Masino) p. 45

Giovedì 25 luglio
GARDECCIA - PASSO PRINCIPE RIF. ANTERMOIA – VAL DI DONA (Gruppo del Catinaccio) p. 46

3-4-5 agosto
PIZZO BERNINA 4049 m – PIZZO PALÙ 3905 m
(Alpi Retiche Occidentali) p. 48

Giovedì 8 agosto
PASSO PORDOI – RIF. BOÈ – VAL LASTIES (Gruppo del Sella)
p. 50

24 – 25 agosto
JOF FUART (2666 m) – CAVE DEL PREDIL (Alpi Giulie)
p. 51

Giovedì 29 agosto
COL DI LANA m 2452 – CIMA SIEF m 2424
(Gruppo Col di Lana – Set Sass – Lagazuoi) p. 52

Domenica 8 settembre
GRAN LADRO – HOHER DIEB 2730 m
(Gruppo Ortles - Cevedale) p. 53

Giovedì 12 settembre
MONTE MAGGIO DAL PASSO BORCOLA – AL PASSO COE
(Gruppo del Pasubio) p. 54

Domenica 22 settembre
TRAVERSATA DA ZIANO - MONTE CAURIOL 2494 m – CAORIA
p. 55

Dal 5 al 12 ottobre
TREKKING IN SICILIA (Sicilia nord-orientale: Nebrodi - Etna – Peloritani) p. 57

Giovedì 17 ottobre
MONTE FIOR - MONTE CASTELGOMBERTO – MONTE SPIL
(Altopiano di Asiago – Gruppo delle Melette) p. 59

Domenica 20 ottobre
PERCORSO MUSILIANO (Val dei Mocheni) p. 60

Finito di stampare
nel mese di dicembre 2018
dalla Tipografia Baldo s.n.c. di Rovereto (TN)

CORPO NAZIONALE
SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO

Servizio Provinciale Trentino
Zona Trentino Meridionale
Stazione Vallagarina

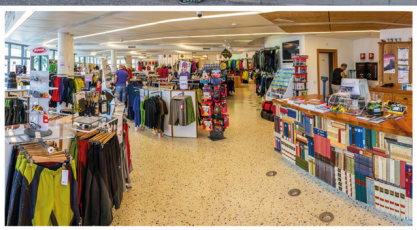
SOCCORSO ALPINO
numero unico di chiamata emergenza

Bollettino Meteo
Bollettino valanghe

0461 238939

Rispetta la montagna e il suo ambiente

ALPSTATION®
ISERA



MONTURA
The Ergonomic Equipage

ALPSTATION ISERA

Loc. Le Fosse 2, 38060 Isera (TN)
Tel.: +39 0464 750140
isera@alpstation.it
www.alpstation.it | www.montura.it

Orari di apertura:
Lunedì 15:00 - 19:00
Martedì - Sabato 9:00 - 12:30
e 15:00 - 19:00

searching a new way