

SEDE

"TORRE CIVICA"
Via Cusani, 2
20841 Carate Brianza (MB)

Tel.: +39 0362 992364
Fax: +39 0362 992364
info@caicaratebrianza.it
www.caicaratebrianza.it

 **Carate Brianza**

Pier Mauri Concept / Studio Merzagalli - Fotografie: F. Pier Mauri / Matteo Pozzi / Archivio CAI / Archivio Scuola di alpinismo Mario dell'Orto



CAI CARATE BRIANZA

2016 UN ANNO DI PROGRAMMI



ANCORA RISUONANO GLI ECHI DI UN INTENSO 2015 PASSATO INSIEME. UN 2015 CHE HA VISTO IL RIPE- TERSI DI APPUNTAMENTI TRADIZIONALI MA ANCHE DI NUOVE PROPOSTE PER MEGLIO ANDARE INCONTRO ALLE RICHIESTE DI TUTTI VOI. ULTIMO PROGETTO NATO NEL 2015 È STATO IL 1° CORSO FERRATE CHE HA VISTO COINVOLTA LA SCUOLA DI ALPINISMO. ORA, RIC-

CHI DI QUESTA POSITIVA ESPERIENZA, GLI ISTRUTTORI PROPORRANNO PER IL NUOVO ANNO IL 2° CORSO FERRATE, IL 55° CORSO DI ALPINISMO E IL 11° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA. TRA LE ALTRE ATTIVITÀ DELLA SCUOLA ANCHE GLI STAGE DI ARRAMPICATA PER I PIÙ GIOVANI. L'INIZIO DEL 2016 VEDRÀ RIPETERSI IL NATALE ALPINO NELLA SUA 56° EDIZIONE. L'ESCURSIONISMO, CON GITE CADENZATE OGNI MESE, DÀ LA POSSIBILITÀ A TUTTI NOI DI VIVERE LA MONTAGNA ATTRAVERSO LE DIVERSE STAGIONI. DALLA CIA- SPOLE, SCI-ALPINISMO E SCI DI FONDO SULLA NEVE, ALLE ALTE CIME NEL GRUPPO DEL MONTE BIANCO. NON MANCHERANNO I MOMENTI SOCIO-CUL- TURALI COME L'APPUNTAMENTO CON LE STELLE E L'ARENA DI VERONA. CONTINUEREMO LA RASSEGNA CINEMATOGRAFICA DEDICATA ALLA MONTAGNA. IL PERIODO INVERNALE- PRIMAVERILE CI PORTERÀ CON LO SCI-ALPIN- SMO SULLE INNEVATE CIME DELLE MONTAGNE. IL NUOVO GRUPPO DI MOUN- TAIN-BIKE PRESENTA UN INTENSO PROGRAMMA CHE VEDE UNA GITA OGNI MESE. LE PALESTRE DI MANTENIMENTO E DI ARRAMPICATA, CONTINUANO AD ESSERE DISPONIBILI PER NOI SOCI. IN SOMMA, ANCORA UNA VOLTA LA NO- STRA SEZIONE CERCA DI RENDERE L'ANNO A VENIRE, PIENO E INTENSO DI ATTIVITÀ. ECCO QUINDI CHE ANCHE QUEST'ANNO INTRODUCIAMO UNA NUOVA PROPOSTA PER I SOCI. SI TRATTA DI ITINERARI CHE SI SVOLGONO SU PERCORSI ATTEZZATI O MEGLIO CONOSCIUTI COME FERRATE. PROPOR- REMO 4 PERCORSI DI TUTTO RISPETTO INDIRIZZATI A CHI È APPASSIONATO DI QUESTA SPETTACOLARE ATTIVITÀ.

CONCLUDENDO, CONTIAMO DI VEDERVI PARTECIPARE NUMEROSI A TUTTI QUESTI APPUNTAMENTI. BUONA MONTAGNA A TUTTI.

ART. 1

COSTITUZIONE E FINALITÀ

1. IL CLUB ALPINO ITALIANO (C.A.I.), FONDATA IN TORINO NELL'ANNO 1863 PER INIZIATIVA DI QUINTINO SELLA, LIBERA ASSOCIAZIONE NAZIONALE, HA PER ISCOPO L'ALPINISMO IN OGNI SUA MANIFESTAZIONE, LA CONOSCENZA E LO STUDIO DELLE MONTAGNE, SPECIALMENTE DI QUELLE ITALIANE, E LA DIFESA DEL LORO AMBIENTE NATURALE.
(ESTRATTO DELLO STATUTO DEL C.A.I.)

Escursionismo

7 febbraio 2016

Ciaspolata e sci di fondo
Rifugio Maria Luisa
Piemonte

28 febbraio

Ciaspolata e sci di fondo
Brusson. Val D'Ayas
Val d'Aosta

13 marzo

Bocca di Magra. Tellaro
Liguria

10 aprile

Monte Castello di Gaino
Lombardia

22 maggio

Rifugio Curò. Valbondione
Lombardia

19 giugno

Gole del Cardinello. Madesimo
Lombardia

2-3 luglio

Festa del Rifugio Carate
Alta Valmalenco
Lombardia

18-19-20-21-22 luglio

Giro del Civetta
Dolomiti

24 luglio

Lago dei sette colori-Monte
Chaberton.
Piemonte

11 settembre

Colle del Gran San Bernardo
Val D'Aosta

2 ottobre

Lago Santo del Parmense
Emilia Romagna

24 dicembre

Salita in Grignetta
per il tradizionale brindisi.
Lombardia

Le iscrizioni alle gite si ricevono il venerdì sera in sede
CAI dalle ore 21,15 alle ore 22:30.
Ad ogni gita sarà presente una persona che darà indicazioni
sul percorso.



Il programma potrebbe subire variazioni in base alle condizioni
tecniche del percorso e del meteo.
Per motivi assicurativi è obbligatorio il tesseramento CAI
in regola con l'anno in corso o l'attivazione dell'assicurazione
giornaliera.
Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI
o scrivendo alla mail escursionismo@caicaratebrianza.it

SOCIO-CULTURALI

ATTIVITÀ

6 gennaio 2016 (mercoledì)
LA TRADIZIONE
Natale Alpino ad Albaredo.
(56° Edizione)

12 febbraio (venerdì)
LO STATUTO
Assemblea annuale dei soci.
Relazione e presentazione
attività 2015-2016, presso
l'Auditorium della BCC

12 maggio (sabato)
CIELO E STELLE (6° Edizione)
"Un anno di stelle cadenti"
Conferenza serale in sede
CAI

17 luglio (domenica)
LA CULTURA
"Aida" all'Arena di Verona

16 ottobre
LA CAMMINATA
"Carate, Tra il verde
e l'antico"
con i Marciacaratesi

30 ottobre
IL RICORDO
Santa Messa presso
la capanna Mara

13 novembre
GLI ANNIVERSARI
Pranzo sociale

16 dicembre (venerdì)
GLI AUGURI
Scambio degli auguri in sede
con panettone e spumante.
Consegna degli attestati e
distintivi per i soci 25,50°

6 gennaio 2017 (venerdì)
LA TRADIZIONE
Natale Alpino
(57° Edizione)

Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI
o scrivendo alla mail ↘ info@caicaratebrianza.it



sci alpinismo

10 gennaio 2016

Massa del Turlo.
Valsesia
Disl.1060mt /Diff. MS

17 gennaio

Colle D'Egua.
Valsesia
Disl. 1145mt / Diff BS

25 gennaio (lunedì)

Notturna con sci e ciaspole
Cimone di Margno.
Valsassina
Disl. 450mt / Diff. MS

31 gennaio

Pizzo Giezza.
Valbognanco
Disl. 1558mt / Diff. S

7 febbraio

Monte Zerbion.
Valtournenche
Disl. 1230mt / Diff. MS

14 febbraio

Pizzo Ruggia.
Valle Vigèzzo
Disl. 1062m / Diff. BSA

21 febbraio

Galihorn.
Zwischbergental (CH)
Disl. 1218mt / Diff. BSA

6 marzo

Monte Ouille.
Valle di Cogne
Disl. 1490mt / Diff. BS

13 marzo

Tamierhorn .
Valle Formazza
Disl. 1359mt / Diff. BSA

20 marzo

Bachenstock.
Meiental (CH)
Disl. 1500mt / Diff. BSA

3 aprile

Piz de la Margna.
Engadina (CH)
Disl. 1200m / Diff. OSA

10 aprile

Pizzo del Sole.
Alpi Ticinesi (CH)
Disl. 1500mt / Diff. OS

17 aprile

Rhènalhorn.
Alpi Ticinesi
Disl. 1860mt / BSA

24/25 aprile

Punta Grober.
Valle Anzasca



NB. altre gite potranno essere programmate e verranno definite in sede il venerdì precedente.

E' obbligatorio per la propria sicurezza durante ciascuna escursione, **essere dotati di apparecchio ART.Va., pala e sonda.** Possibili variazioni di programma in base alle condizioni di innevamento.

Per chi desiderasse programmare le proprie uscite, sono a disposizione in sede le carte topografiche da consultare per la scelta degli itinerari migliori.

Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI o scrivendo alla mail scialpinismo@caicaratebrianza.it

MOUNTAIN BIKE

5 marzo 2016 (sabato)

Meda-Montorfano.
Diff. tecnica - Facile
Diff. fisica - Facile

16 aprile (sabato)

Monti di Pasturo.
Diff. tecnica - Medio
Diff. fisica - Impegnativo

7 maggio (sabato)

Artavaggio e dintorni.
Diff. tecnica - Medio
Diff. fisica - Medio

5 giugno (domenica)

Passo del Giovo.
Rif. Sant'lorio
Diff. tecnica - Medio
Diff. fisica - Medio

24 luglio (domenica)

Ponte di Legno. Passo
delle Graole
Diff. tecnica - Impegnativo
Diff. fisica - Impegnativo

I partecipanti a questo programma devono essere autonomi dal punto di vista sia fisico che tecnico.

Gli spostamenti in auto vengono fatti con mezzi propri. Ad ogni gita sarà presente una persona che darà indicazioni sul percorso.

Il programma potrebbe subire variazioni in base alle condizioni tecniche del percorso e del meteo.

28 agosto (domenica)

Balconata del Cervino.
Valtournenche
Diff. tecnica - Impegnativo
Diff. fisica - Impegnativo

4 settembre (domenica)

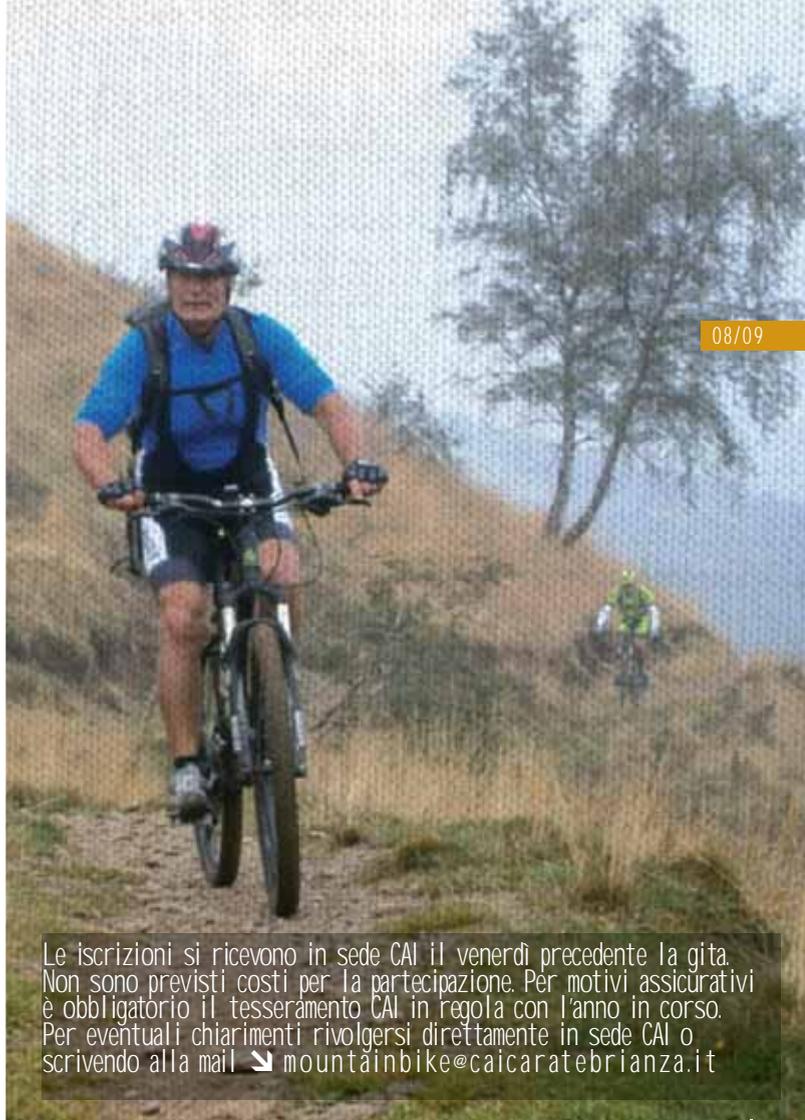
Monte Tremalzo. Garda
Diff. tecnica - Impegnativo
Diff. fisica - Medio -
Impegnativo

15 ottobre (sabato)

Autunno in Val Grosina.
Diff. tecnica - Impegnativo
Diff. fisica - Impegnativo

20 novembre (domenica)

Liguria. Parco del Beigua.
Diff. tecnica - Medio
Diff. fisica - Medio



Le iscrizioni si ricevono in sede CAI il venerdì precedente la gita. Non sono previsti costi per la partecipazione. Per motivi assicurativi è obbligatorio il tesseramento CAI in regola con l'anno in corso. Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI o scrivendo alla mail mountainbike@caicaratebrianza.it

FERRATE

Nel 2015 si è svolto il 1° Corso Ferrate organizzato dalla nostra scuola. Il successo avuto da questa esperienza ci ha portato a pensare che questa disciplina possa essere considerata a tutti gli effetti una vera e propria attività che raggruppa tante persone e fa vivere loro un'esperienza di tutto rispetto in ambito montano. Ci siamo accorti anche che esiste una richiesta da parte di molte persone sulla necessità di creare un gruppo consolidato di questi appassionati.

Per questi motivi abbiamo voluto proporre a tutti i soci un primo programma che ci vedrà impegnati su quattro caratteristiche ferrate tra la Lombardia, il Piemonte e la Liguria.

A queste gite, per escursionisti esperti alpinisti, possono partecipare i soci CAI che hanno i requisiti minimi necessari a partire dall'attrezzatura fino alla preparazione fisica e tecnica.

17 aprile 2016

Ferrata degli Artisti - Liguria
(moderatamente difficile)

29 maggio

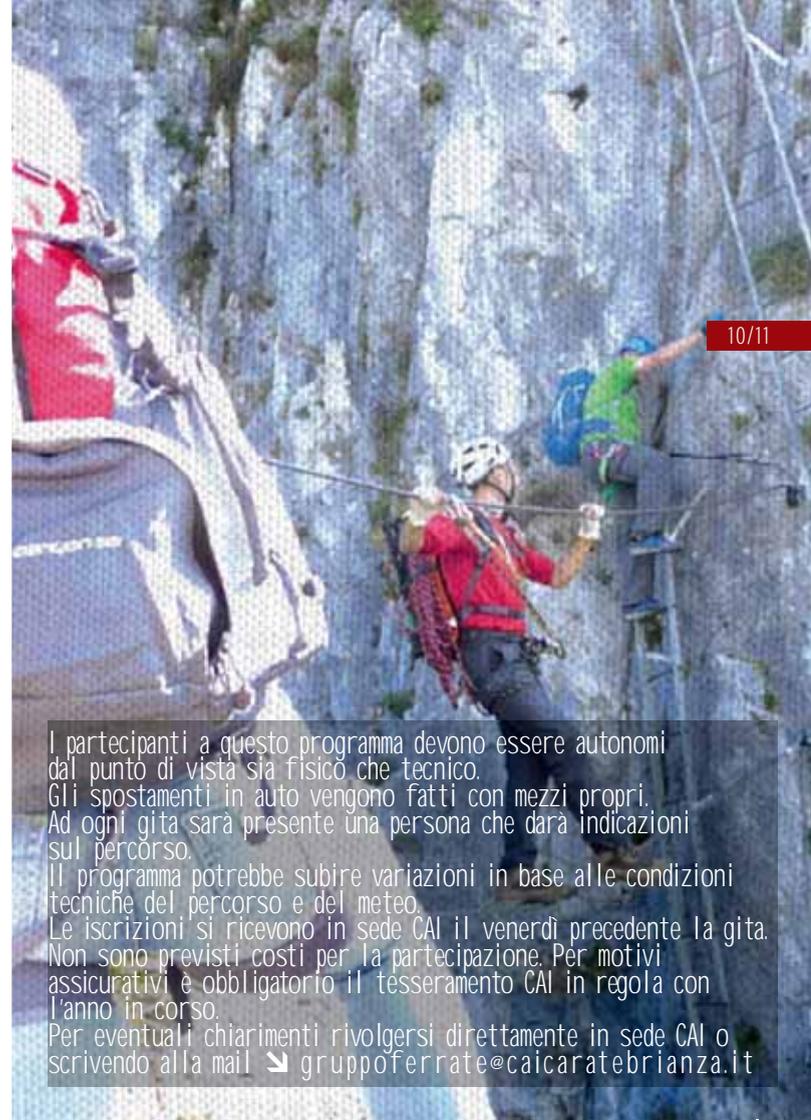
Ferrata Carlo Giorda - Piemonte
(moderatamente difficile)

19 giugno

Ferrata Madonna del Coren - Lombardia
(moderatamente difficile)

17 luglio

Ferrata del Sentiero dei Fiori - Lombardia
(moderatamente difficile)



I partecipanti a questo programma devono essere autonomi dal punto di vista sia fisico che tecnico.

Gli spostamenti in auto vengono fatti con mezzi propri.

Ad ogni gita sarà presente una persona che darà indicazioni sul percorso.

Il programma potrebbe subire variazioni in base alle condizioni tecniche del percorso e del meteo.

Le iscrizioni si ricevono in sede CAI il venerdì precedente la gita.

Non sono previsti costi per la partecipazione. Per motivi assicurativi è obbligatorio il tesseramento CAI in regola con l'anno in corso.

Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI o scrivendo alla mail gruppo ferrate@caicaratebrianza.it

55° CORSO DI ALPINISMO



15 gennaio 2016 (Venerdì)
Apertura iscrizioni
al 55° Corso di Alpinismo

2 marzo (Mercoledì)
Presentazione corso
Equipaggiamento e materiali

7 marzo (Lunedì)
Nodi ed assicurazioni
(Parte prima)

9 marzo (Mercoledì)
Nodi ed assicurazioni
(Parte seconda)

13 marzo (Domenica)
Manovre di corda

14 marzo (Lunedì)
Tecnica individuale
di arrampicata su roccia

17 marzo (Giovedì)
Tecnica individuale
di arrampicata su roccia

20 marzo (domenica)
Tecnica individuale di arrampicata

23 marzo (Mercoledì)
Alimentazione e medicina
in montagna

6 aprile (Mercoledì)
Allenamento e preparazione atletica

9 aprile (Sabato)
Prove di trattenuta

13 aprile (Mercoledì)
Pronto soccorso in montagna

27 aprile (Mercoledì)
BLS. Tecnica di emergenza
di primo soccorso

11 maggio (Mercoledì)
Procedimento in cordata

14-15 maggio (Sab. e Domenica)
Procedimento in cordata

18 maggio (Mercoledì)
Preparazione di una salita
e Meteorologia

22 maggio (Domenica)
Arrampicata in montagna

25 maggio (Mercoledì)
Neve, Valanghe e ARTVa

1 giugno (Mercoledì)
Morfologia e glaciologia ambiente
alpino

6 giugno (Lunedì)
Tecnica individuale ghiaccio

8 giugno (Mercoledì)
Manovre di corda su ghiaccio

12 giugno (Domenica)
Impostazione e tecnica individuale
su ghiaccio

22 giugno (Mercoledì)
Topografia ad orientamento

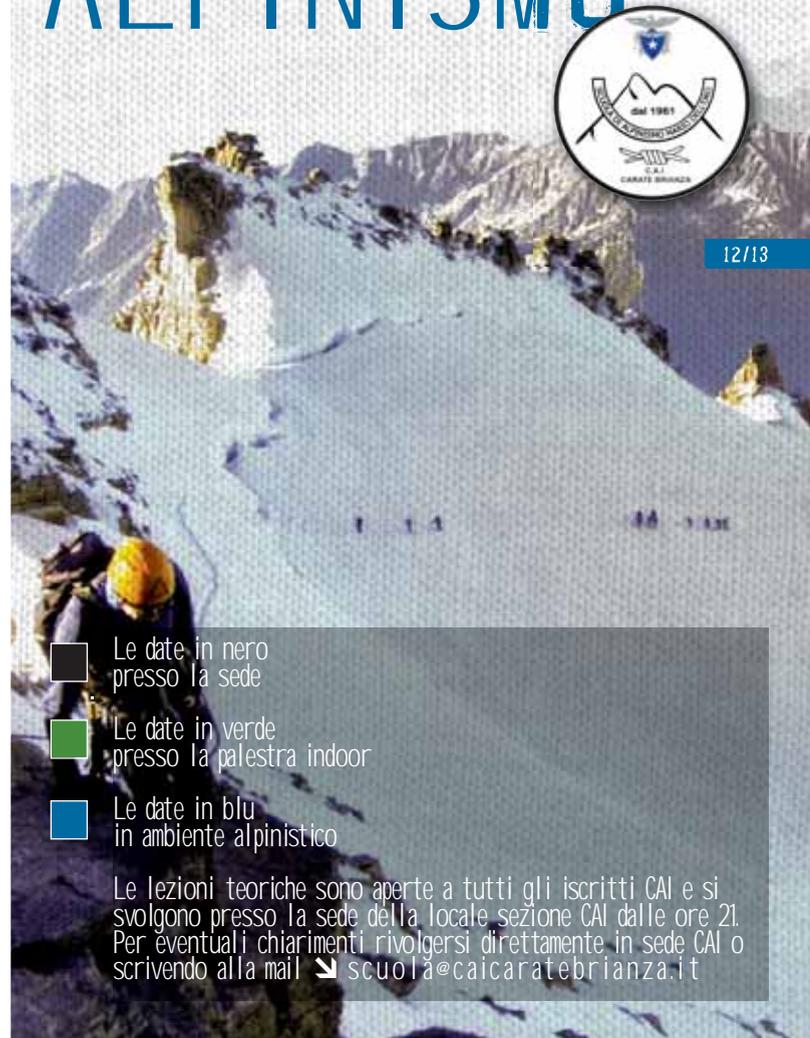
25-26 giugno (Sabato e Domenica)
Salita in alta montagna

29 giugno (Mercoledì)
Storia dell'Alpinismo

6 luglio (Mercoledì)
Flora, fauna e ambiente

9-10 luglio (Sabato e Domenica)
Arrampicata in ambiente

5 novembre
(Sabato) Cena di fine corso



12/13

- Le date in nero
presso la sede
- Le date in verde
presso la palestra indoor
- Le date in blu
in ambiente alpinistico

Le lezioni teoriche sono aperte a tutti gli iscritti CAI e si svolgono presso la sede della locale sezione CAI dalle ore 21. Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI o scrivendo alla mail scuola@caicaratebrianza.it

11° CORSO DI

10 giugno 2016 (Venerdì)
Apertura iscrizioni al 11° Corso
di Arrampicata Libera

2 ottobre (Domenica)
Arrampicata da primo di cordata
e allungamento

5 settembre (Lunedì)
Presentazione corso.
Equipaggiamento e materiali

3 ottobre (Lunedì)
Storia dell'arrampicata libera

7 settembre (Mercoledì)
Nodi 1 e tecniche di arrampicata 1.

4 ottobre (Martedì)
Arrampicata da primo di cordata
e tecniche di arrampicata 3

8 settembre (Giovedì)
Nodi 1 e tecniche di arrampicata 1.

8-9 ottobre (Sabato e Domenica)
Arrampicata in falesia

11 settembre (Domenica)
Arrampicata da secondo
di cordata

12 settembre (Lunedì)
Nodi 2. Materiale per arrampicata

13 settembre (Martedì)
Tecniche di arrampicata 2
e manovre di corda

18 settembre (Domenica)
Manovre di corda e arrampicata

26 settembre (Lunedì)
Nodi 3. Metodi di allenamento

27 settembre (Martedì)
Arrampicata da primo di cordata e
allungamento.

5 novembre (Sabato)
Cena di fine corso

ARRAMPICATA



14/15

- Le date in nero
presso la sede
- Le date in verde
presso la palestra indoor
- Le date in blu
in ambiente alpinistico

Le lezioni teoriche sono aperte a tutti gli iscritti CAI e si svolgono presso la sede della locale sezione CAI dalle ore 21. Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI o scrivendo alla mail ➡ scuola@caicaratebrianza.it

2° CORSO DI

9 giugno 2016 (Giovedì)
Presentazione 2° Corso Ferrate
e apertura iscrizioni

9 ottobre (Domenica)
Salita di una ferrata

6 settembre (Martedì)
Presentazione corso.
Storia delle ferrate.
Equipaggiamento e materiali

12 ottobre (Mercoledì)
Sicurezza e prevenzione

16 ottobre (Domenica)
Salita di una ferrata

14 settembre (Mercoledì)
Nodi

15 settembre (Giovedì)
Tecniche di assicurazione

18 settembre (domenica)
Movimento e catena
di assicurazione

21 settembre (Mercoledì)
Topografia ed orientamento.
Preparazione di una salita

25 settembre (Domenica)
Salita di una ferrata

28 settembre (Mercoledì)
Primo soccorso. Meteorologia

5 ottobre (Mercoledì)
Flora, fauna. Geologia

5 novembre (Sabato)
Cena di fine corso

FERRATE



16/17



Le date in nero
presso la sede



Le date in blu
in ambiente alpinistico

Le lezioni teoriche sono aperte a tutti gli iscritti CAI e si svolgono presso la sede della locale sezione CAI dalle ore 21. Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI o scrivendo alla mail scuola@caicaratebrianza.it

ARRAMPICATA

Anche quest'anno la nostra sezione, con la collaborazione della propria Scuola di Alpinismo "Mario dell'Oro", organizza questo interessante stage di arrampicata dedicato ai ragazzi/e delle scuole medie.

Si tratta di due appuntamenti pomeridiani, in cui gli istruttori della Scuola del CAI, insegneranno attraverso un programma ludico-didattico, la bellezza dell'arrampicata sulla parete verticale. Si effettuerà poi un'uscita pratica in falesia di arrampicata, dove i ragazzi/e potranno scalare su vere e proprie pareti di roccia.

I pomeriggi dedicati saranno:

Sabato 12 marzo 2016
Sabato 19 marzo

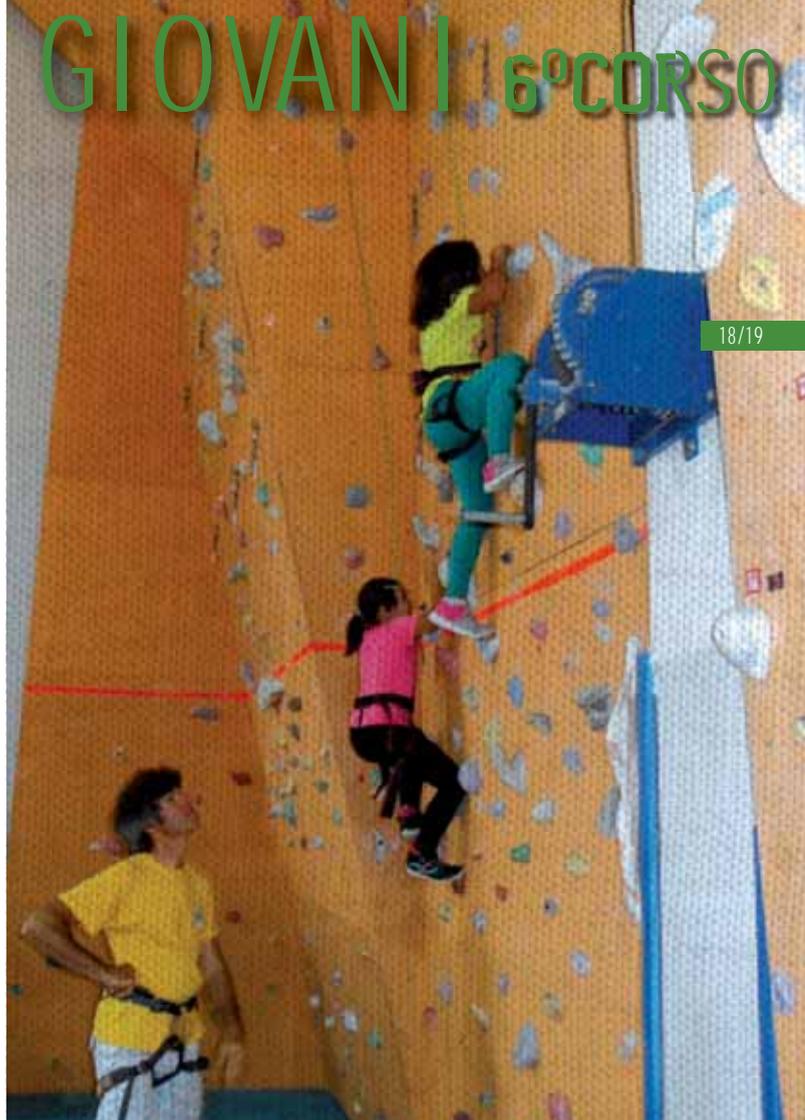
L'uscita pratica sarà:

Domenica 3 aprile

Le lezioni si svolgeranno presso il Palazzetto dello Sport di Carate Brianza dove i nostri istruttori assisteranno i ragazzi/e durante tutte le fasi di preparazione e svolgimento dell'attività proposta.

Ulteriori informazioni e dettagli, saranno forniti direttamente presso i plessi delle scuole medie di Carate.

GIOVANI 6° CORSO



IL NOSTRO RIFUGIO

"CAPANNA CARATE"

Apertura stagionale estiva
dal 15 giugno al 15 settembre 2016

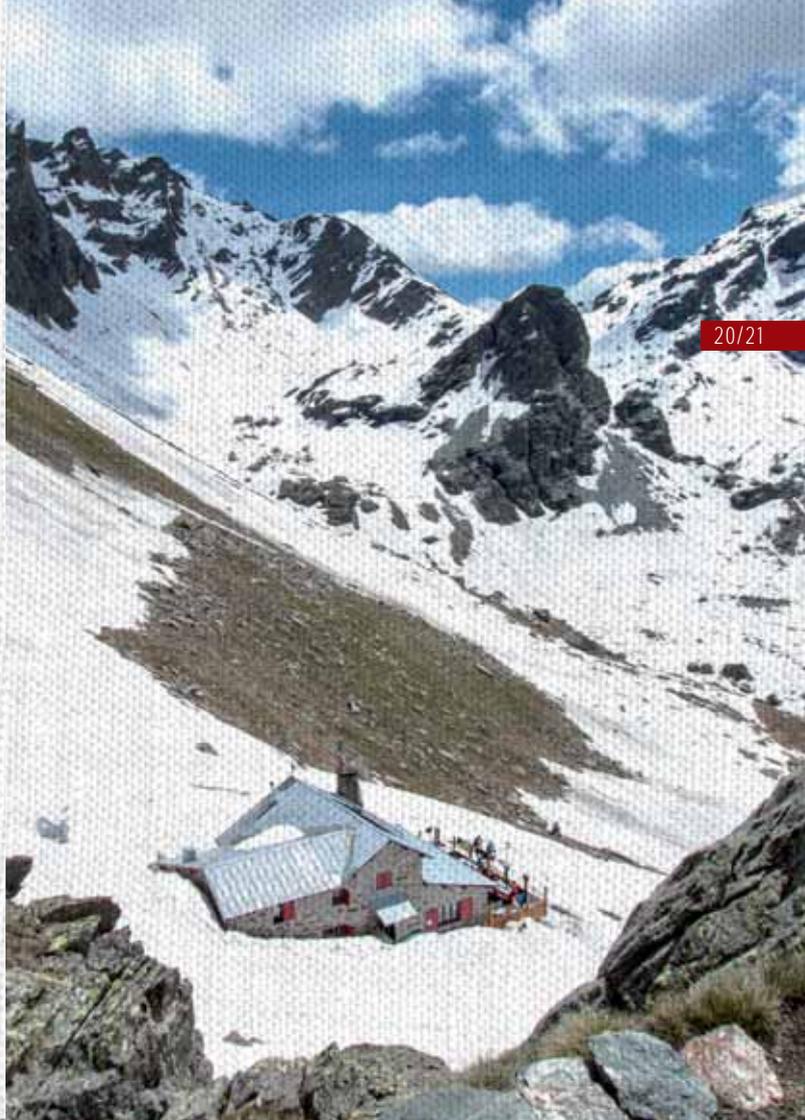
Telefono
+39 0342 452 560

www.rifugiocarate.it

Gestore:
Vanotti Francesca
Cell. 338 38 78 416

2-3 luglio 2016

Festa del Rifugio
"Capanna Carate"



LA CULTURA IN SEDE

Proiezioni cinematografiche

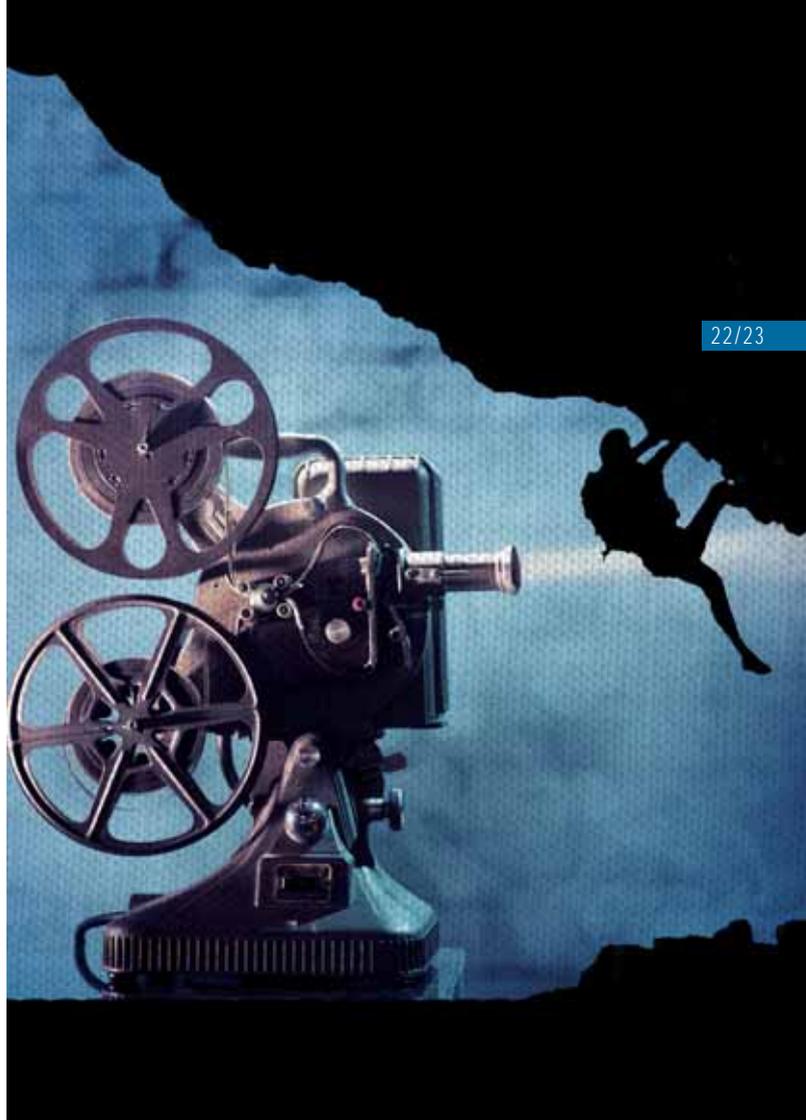
Continua l'appuntamento in sede con la cinematografia di montagna.

Dedicheremo un lunedì ogni mese alle ore 21, da marzo a novembre, a questa rassegna cinematografica con la proiezione di film e documentari riguardanti la montagna.

Sarà inoltre possibile proiettare anche i propri filmati e fotografie prendendo accordi con il responsabile delle serate.

Di seguito le date programmate:

- 21 marzo - Cerro Torre. David Lama.
- 18 aprile - Le grandi prime dei Ragni di Lecco
- 30 maggio - La Nord del Cervino. Omaggio alla parete
- 27 giugno - Mounts Saint Elias. Salita e discesa in sci
- 25 luglio - La Nord della Cima Grande. Alex Huber
- 19 settembre - Reel Rock. La Dura Dura e Triple Crown
- 31 ottobre - La Nord dell'Eiger. Storia e presente
- 28 novembre - Reel Rock. Real climbers.



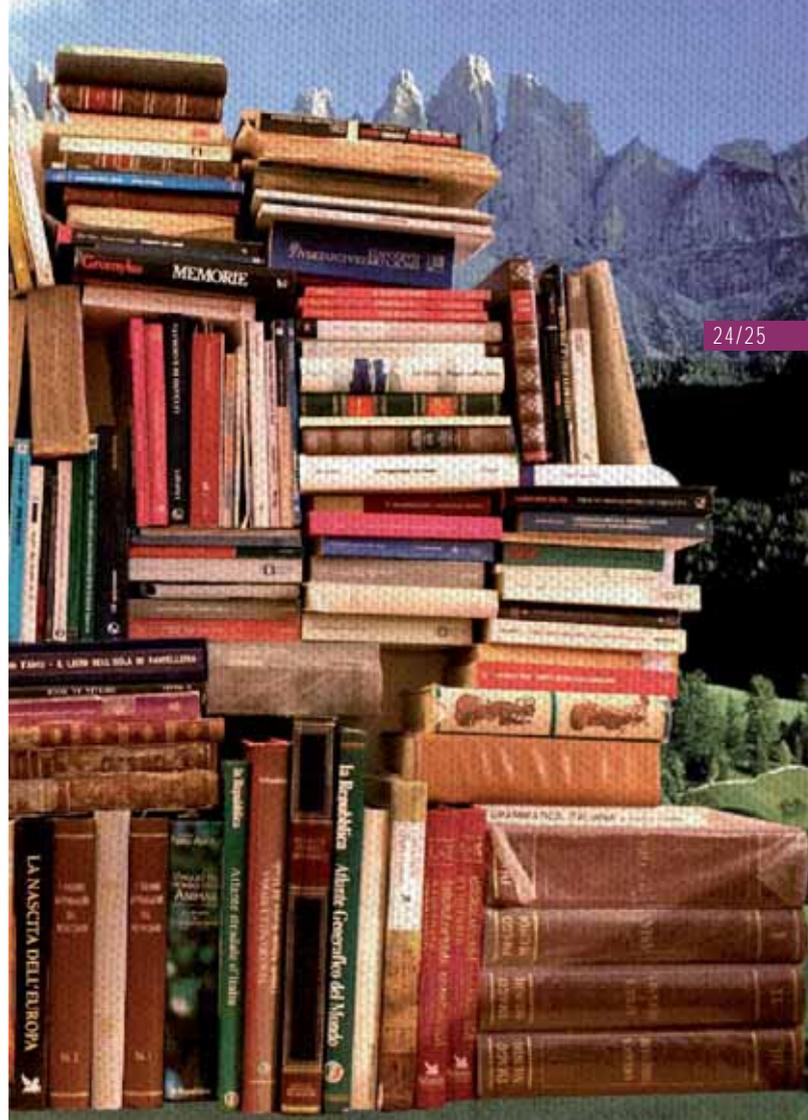
LA CULTURA IN SEDE

Sempre in aggiornamento la biblioteca sezionale.

A partire dal 2016, ogni mese verrà acquistato un nuovo libro che ci farà vivere la montagna attraverso diversi canali, quali l'alpinismo, la cultura, la storia e il divertimento.

I libri della biblioteca sono disponibili per i soci CAI sia per consultazione che per prestito.
In sede sono disponibili per la consultazione anche alcune riviste di settore come "Orobie" e "Montagna 360°"

Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI o scrivendo alla mail
✉ biblioteca@caicaratebrianza.it



PALESTRA DI ARRAMPICATA

Dal mese di ottobre 2015 ad aprile 2016 per i soci regolarmente iscritti, è attiva la palestra di arrampicata nei giorni di martedì e giovedì (dalle ore 21:00 alle ore 23:00) presso il Palazzetto dello Sport in Via XXV Aprile a Carate Brianza.

(Le iscrizioni si ricevono direttamente presso il Palazzetto dello Sport durante lo svolgimento dell'attività).



PALESTRA DI MANTENIMENTO

Dal mese di ottobre 2015 ad aprile 2016 per i soci regolarmente iscritti, è attiva la palestra di mantenimento nel giorno di martedì (dalle ore 21:00 alle ore 23:00) presso la Palestra della scuola elementare Romagnosi in Via Mazzini a Carate Brianza.

(Le iscrizioni si ricevono direttamente presso la palestra durante lo svolgimento dell'attività).



Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI o scrivendo alla mail info@caicaratebrianza.it

NORME DI SEZIONE

La Sezione del CAI di Carate Brianza si riserva di modificare i programmi riportati qualora sorgessero difficoltà organizzative.

Per qualsiasi gita, in Italia o all'estero, si richiede sempre il documento di identità in corso di validità.

In caso di mancata partecipazione alle escursioni, la quota versata per la prenotazione verrà interamente restituita solo se la disdetta avviene almeno 10 giorni prima della gita.

Le adesioni a tutte le nostre iniziative si ricevono solo ed esclusivamente presso la sede del CAI c/o "Torre Civica" in via Cusani, 2 a Carate Brianza.

Per informazioni rivolgersi alla Sede tutti i venerdì dalle ore 21:15 alle ore 22:30. (telefono 0362 992364).

La sezione CAI declina ogni propria responsabilità per eventuali incidenti verso persone o cose durante le varie attività.

POLIZZA ASSICURATIVA

Si informano tutti i partecipanti alle gite e manifestazioni organizzate dalla locale sezione CAI, che è in vigore, per i soci CAI, in regola con il tesseramento 2016, la polizza assicurativa (infortuni, soccorso alpino e responsabilità civile verso terzi), attivata automaticamente al rinnovo del bollino stesso.

La copertura assicurativa (infortuni e responsabilità civile) vale solo ed esclusivamente per i soci in regola con il tesseramento 2016 e per le sole attività istituzionali organizzate dal CAI.

La copertura assicurativa (soccorso alpino) vale anche in attività personale.

Per i non soci, è obbligatorio attivare la copertura assicurativa al momento dell'iscrizione alla gita.

È possibile attivare una copertura assicurativa anche per attività personale.

In sede è possibile ritirare un opuscolo con le principali informazioni riguardanti le polizze assicurative del CAI.

Maggior dettagli sulle polizze CAI possono essere visionate direttamente sulla home-page del CAI-Sede centrale: www.cai.it