# CLUB ALPINO ITALIANO CARATE BRIANZA

# 2022

**1. Il Club Alpino Italiano (C.A.I.), fondato 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.)*

Ci siamo lasciati alle spalle un 2021 che, pur con minore impatto del 2020, ha influenzato molte delle nostre attività a causa della pandemia. Fortunatamente in chiusura anno, qualche segnale di ripresa ci ha dato la forza di presentarci per il 2022 con la passione e l'entusiasmo che ci ha sempre contraddistinti.
Alcuni programmi che pensavamo di svolgere sono stati forzatamente cancellati, ma ora li vogliamo riproporre e spinti da questo ottimismo che ci fa dire che "andrà tutto bene", proponiamo nuove attività. Ripartiamo dal progetto "speleologia" che vuole proporre qualcosa aperto a tutti con visite guidate in miniere e grotte. Una nuova proposta per tutti noi è quella di unirci al gruppo locale caratese chiamato "Lambeer Walking" che ci accompagnerà con gite domenicali definite come "Nordic Walking" o meglio in italiano, lunghe camminate con i bastoncini.
Vista l'esperienza positiva nel 2021, di un altro "Selvaggio Blu" in Sardegna, abbiamo pensato di proporre altri trekking in più giorni dalla Svizzera, alle Dolomiti, alla Sardegna.
Non mancherà il tradizionale appuntamento con la festa del rifugio il 2-3 luglio. Riprenderemo l'immancabile staffetta Carate-Campo Moro che in questi due anni non abbiamo potuto fare per la nota situazione pandemica.
Altra novità che la sezione vuole proporre ai propri soci, è una serata dedicata al BLS "Basic Life Support".
Potremo insieme vedere e capire cosa fare in alcuni casi di emergenza, sperimentando direttamente anche su manichino questa tecnica di rianimazione.
Per il resto continuano le proposte a soci e amici di tutte le età che vogliono vivere la montagna a 360°. Il gruppo dello sci-alpinismo ripropone un momento di formazione e cultura dedicato alla sicurezza in ambiente innevato oltre ad un ricco programma di salite.
Anche l'escursionismo non è da meno.
Con grande entusiasmo si propongono nuove gite per tutti i gusti.
La cultura farà tappa con l'Arena di Verona.
Il gruppo di mountain bike rinnova le proposte con appuntamenti mensili così pure come il gruppo ferrate.
Anche l'esperienza della disciplina "acquatica" proposta negli anni precedenti, con nuove gite per emozionarsi con il "canyoning" e l' "hydrospeed" sui torrenti di montagna.
La Scuola di Alpinismo "Mario Dell'Oro" continua la sua intensa attività organizzando più corsi: il 59° di Alpinismo, il 16° di Arrampicata Libera, il 7° di Ferrate. Per non perdere la preziosa esperienza dell'arrampicata con i giovani, pensiamo di ritornare attivi non appena le condizioni sanitarie lo permetteranno.
La palestra di arrampicata è sempre a disposizione dei soci. La cultura in sede continua con le nuove proposte di libri e DVD sulla montagna da poter consultare o prendere in prestito. Insomma, ancora una volta, tante occasioni per poterci incontrare e godere delle meraviglie che ci offre la montagna.
Riproponiamo a luglio il fine settimana "adrenalinico" per gli escursionisti, gli appassionati di mountain-bike, i ferratisti e chiunque voglia fare un'emozionante esperienza, con il doppio appuntamento che ci vedrà impegnati, tutti insieme, con la discesa in rafting cavalcando le onde della Dora Baltea in Valle D'Aosta.

*E' d'obbligo ricordare l'importante incontro con i soci per l'Assemblea annuale.*
*Anche se da poco svolta quella del 2021, siamo già pronti con il nuovo appuntamento per Venerdì 25 febbraio 2022. E' uno degli eventi più importanti per la nostra sezione.*
*Condivideremo insieme le relazioni di quanto fatto nel 2021 ma soprattutto ci verrà illustrato il programma 2022. È un momento particolare a cui, tutti noi soci, dovremo attivamente partecipare.*
Vi aspettiamo numerosi.
Buona montagna a tutti!

**Il Consiglio del CAI di Carate Brianza**

# Capanna Carate
# Il nostro rifugio

**Apertura stagionale**
**estiva dal 15 giugno al 15 settembre 2022**

**2-3 luglio 2022**
**FESTA DEL RIFUGIO**

+39 0342 452560
rifugiocarate2636@gmail.com

**Gestore del rifugio: Schenatti Alessandro**
**Cell: +39 349 634 0781**

**NOVITA' 2022**
**Apertura stagionale primaverile**
**nei weekend di marzo e aprile.**

Per info contattare il gestore del rifugio

*Coordinate Satellitari GPS:*
*46.33012 N 9.901805 E*

CLUB
ALPINO
ITALIANO

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

Per motivi assicurativi è obbligatorio il tesseramento CAI in regola con l'anno in corso o l'attivazione dell'assicurazione giornaliera.

E' obbligatorio per legge e per la propria sicurezza, essere dotati di apparecchio A.R.T.Va., Pala e Sonda, durante tutte le escursioni in ambiente innevato.

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:
→ **info@caicaratebrianza.it**

# Sci alpinismo

**12 gennaio 2022**
(sede CAI)
Serata sulla sicurezza in ambiente innevato

**15 gennaio**
Giornata sulla sicurezza in ambiente innevato
Pratica su terreno

**18 gennaio**
Notturna
Meta da stabilire
in base all'innevamento

**23 gennaio**
Mount Rous
3242 mt. Valle D'Aosta
(Disl. 1292 mt/ Diff. BS)

**30 gennaio**
Corno Brunni
2862 mt. Valle Formazza
(Disl. 1134 mt/ Diff. BSA)

**6 febbraio**
Mont Roisetta
3334 mt. Valle D'Aosta
(Disl. 1229 mt/ Diff. BS)

**13 febbraio**
Pizzo Pioltone
2610 mt. Valle Bognanco
(Disl. 1510 mt/ Diff. BS)

**16 febbraio**
Notturna
Meta da stabilire
in base all'innevamento

**27 febbraio**
Marschollorn
2963 mt. Svizzera
(Disl. 1270 mt/ Diff. BS)

**6 marzo**
Pizzo Tambò
3279 mt. Val Chiavenna
(Disl. 1370 mt/ Diff. BSA)

**13 marzo**
Piz Beverin
2998 mt. Svizzera
(Disl. 1510 mt/ Diff. BS)

**20 marzo**
Piz Sarsura
3178 mt. Svizzera
(Disl. 1750 mt/ Diff. BSA)

**27 marzo**
Poncione di Brag
2864 mt. Svizzera
(Disl. 1305 mt/ Diff. BSA)

**3 aprile**
Piz Rondadura
3016 mt. Svizzera
Disl. 1101 mt/ Diff. BS)

**10 aprile**
Troume des Boucs
3263 mt. Valle D'Aosta
(Disl. 1563 mt/ Diff. BS)

**24-25 aprile**
Adula. Svizzera
(Diff. BSA)

***10 maggio*** *(martedì sera sede CAI)*
*Serata dedicata al BLS. Emergenza di primo soccorso.*

***23 e 24 luglio***
*Week-end "Adrenalinico"*

- *Sabato 23*
  *Attività varie di Escursionismo, Ferrate, Mountain-Bike, Canyoning, Hydrospeed*
- *Domenica 24*
  *Tutti insieme con "Rafting sulle rapide della Dora Baltea in Valle D'Aosta a Prè Saint Didier"*

Le iscrizioni alle gite si ricevono il venerdì sera in sede CAI dalle ore 21,00 alle ore 22,30 versando l'intera quota di partecipazione.

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.

E' obbligatorio per legge e per la propria sicurezza, essere dotati di apparecchio A.R.T.Va., Pala e Sonda, durante tutte le escursioni in ambiente innevato.

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

# Escursionismo

**23 gennaio 2022**
Gita sulla neve
Prato Valentino
Teglio (SO)

**20 febbraio**
Gita sulla neve
Rifugio Cristina
Valmalenco
Campo Franscia (SO)

**13 marzo**
Traversata Passo del
Turchino-Arenzano (GE)

**10 aprile**
Montisola
Lago d'Iseo (BS)

**15 maggio**
Rifugio G. Jervis
Ceresole Reale (TO)

**12 giugno**
Rifugio Gattascosa
Val Bognanco (VB)

**2-3 luglio**
Festa del rifugio
alla Capanna Carate

**18 settembre**
Rifugio
Duca degli Abruzzi
Cervinia (AO)

**23 ottobre**
Traversata
Marsaglia-Bobbio
Val Trebbia (PC)

**24 dicembre**
Scambio degli auguri
in cima alla Grignetta
Lecco (LC)

## Trekking di più giorni

**Maggio**
Selvaggio blu
in Sardegna

**Luglio**
Clariden (CH)
(3 giornate)

**Settembre**
Dolomiti
(4 giornate)

I trekking di più giorni si effettueranno con la collaborazione di una guida alpina. I programmi dettagliati saranno disponibili sulla nostra home-page.

***10 maggio*** *(martedì sera sede CAI)*
*Serata dedicata al BLS. Emergenza di primo soccorso.*

***23 e 24 luglio***
*Week-end "Adrenalinico"*

- *Sabato 23*
  *Attività varie di Escursionismo, Ferrate, Mountain-Bike, Canyoning, Hydrospeed*
- *Domenica 24*
  *Tutti insieme con "Rafting sulle rapide della Dora Baltea in Valle D'Aosta a Prè Saint Didier"*

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.

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 → **gruppoferrate@caicaratebrianza.it**

# Ferrate

**27 febbraio 2022**
Ferrata dell'Infernone
Biella

**20 marzo**
Ferrata Angelino
al Monte Generoso
Mendrisio CH

**3 aprile**
Ferrata Pisetta
Sarche (TN)

**15 maggio**
"Ferrata delle aquile"
Andalo (TN)

**12 giugno**
Ferrata degli Alpini
alla Pietra di Bismantova
(RE)

**23-24 luglio**
Week-end "Adrenalinico"

(Sabato):
Ferrata
"Guide di Gressoney" e
"Josè Angster-F1"(VDA)

(Domenica):
Rafting sulla Dora Baltea
a Prè Saint Didier (VDA)

**30-31 luglio**
(Sabato e Domenica)
Ferrata Jegihorn e Gemmi
(Saas-Grund)
Vallese (CH)

**11 settembre**
Ferrata
Falcipieri al Pasubio (VI)

**9 ottobre**
Ferrata
Deanna Orlandini.
Crocefieschi (GE)

**6 novembre**
Ferrata Walserfall
(VB)

**23 dicembre**
(venerdì)
Ferrata in notturna
"Gamma1"
Lecco

***10 maggio*** *(martedì sera sede CAI)*
*Serata dedicata al BLS. Emergenza di primo soccorso.*

***23 e 24 luglio***
*Week-end "Adrenalinico"*

- *Sabato 23*
  *Attività varie di Escursionismo, Ferrate, Mountain-Bike, Canyoning, Hydrospeed*
- *Domenica 24*
  *Tutti insieme con "Rafting sulle rapide della Dora Baltea in Valle D'Aosta a Prè Saint Didier"*

# Mountain bike

**26 marzo 2022**
(Sabato)
Meda-Montorfano
Meda (CO)
Giro classico dal cuore della Brianza fino al triangolo lariano

**24 aprile**
Monte Pian Nave
Mesenzana (VA)
Giro in Valtravaglia e salita al Monte Pian Nave

**8 maggio**
I tre laghi: dal Lago di Garda alla Valle di Ledro
Riva del Garda (TN)
Bel percorso dal Lago di Garda a quello d'Ampola

**5 giugno**
Monte Morion
Lignan (AO)
Giro in Val St. Barthélemy e salita al Mont Morion

**17 Luglio**
I Monti della Luna
Cesana Torinese (TO)
Giro in Alta Val Susa

**23-24 luglio**
Week-end "Adrenalinico"

(Sabato):
Giro MTB in Valle d'Aosta

(Domenica):
Rafting sulla Dora Baltea a Prè Saint Didier (VDA)

**14 agosto**
Il giro delle dodici vallate
Livigno (SO)
Percorso attraverso il Parco Nazionale Svizzero e il Parco dello Stelvio

**4 settembre**
Monte Guglielmo
Cislano (BS)
Uno dei giri più panoramici dell'area del lago d'Iseo

**23 ottobre**
Giro dei Castelli di Tirano
Tirano (SO)
Itinerario tra chiese, castelli, torri e reperti archeologici in Valtellina

**13 novembre**
Monte Falò
Invorio Superiore (NO)
Giro in Alto Vergante e salita al Monte Falò

***10 maggio*** *(martedì sera sede CAI)*
*Serata dedicata al BLS. Emergenza di primo soccorso.*

***23 e 24 luglio***
*Week-end "Adrenalinico"*

- *Sabato 23*
  *Attività varie di Escursionismo, Ferrate, Mountain-Bike, Canyoning, Hydrospeed*
- *Domenica 24*
  *Tutti insieme con "Rafting sulle rapide della Dora Baltea in Valle D'Aosta a Prè Saint Didier"*

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.

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 → **info@caicaratebrianza.it**

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.

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 → **info@caicaratebrianza.it**

# Canyoning

**22 Maggio 2022**
Discesa canyoning
in Valsesia (VC)

**19 giugno**
Discesa canyoning
in Valbodengo (SO)

**23-24 luglio**
Week-end "Adrenalinico"

(Sabato):
Canyoning e Hydrospeed
in Valle d'Aosta

(Domenica):
Rafting sulla Dora Baltea
a Prè Saint Didier (VDA)

# Speleologia miniere e grotte

Nuova e meravigliosa esperienza che il CAI Carate propone ai propri soci.
Fare speleologia in miniere e grotte significa vedere ambienti storici e ambienti dove la natura è ancora intatta.
Concrezioni di vario tipo e fauna ci attendono per essere osservati nel loro splendore.

**15 giugno 2022**
(Mercoledì)
Sede CAI Carate
Serata divulgativa
sull'attività di speleologia
in miniere e grotte

**26 giugno**
Miniere di Dossena
Paglio (BG)

**24 luglio**
Miniera Fura
Pisogne (BS)

**25 settembre**
Grotta Europa
Bedulita
Valle Imagna (BG)

**23 ottobre**
Miniera 4 ossi
Pisogne (BS)

***10 maggio*** *(martedì sera sede CAI)*
*Serata dedicata al BLS. Emergenza di primo soccorso.*

***23 e 24 luglio***
*Week-end "Adrenalinico"*

- *Sabato 23*
  *Attività varie di Escursionismo, Ferrate, Mountain-Bike, Canyoning, Hydrospeed*
- *Domenica 24*
  *Tutti insieme con "Rafting sulle rapide della Dora Baltea in Valle D'Aosta a Prè Saint Didier"*

# Nordic Walking

Altra nuova proposta da parte della nostra sezione.
Alcuni nostri soci, già da diversi anni si cimentano in un'attività sportiva chiamata "Nordic Walking".
La camminata nordica è un tipo di attività fisica e sportiva che si pratica utilizzando bastoni simili a quelli utilizzati nello sci di fondo.
Questo camminare per lo più su terreni in piano, aiuta a mantenere una forma fisica in perfette condizioni.

In collaborazione con il gruppo caratese dei "Lambeer Walking", anche la nostra sezione vuole partecipare a questa iniziativa.

Gli appuntamenti con i "Lambeer Walking" si ripetono ogni seconda domenica del mese.

**13 marzo 2022**

**10 aprile**

**8 maggio**

**12 giugno**

**10 luglio**

**11 settembre**

**9 ottobre**

**13 novembre**

All'interno del gruppo sarà poi possibile accordarsi per ulteriori appuntamenti anche a cadenza settimanale e per "nordicate" di maggior impegno ("transumanze").
Per ulteriori informazioni contattare Pier (333 7562545)

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.

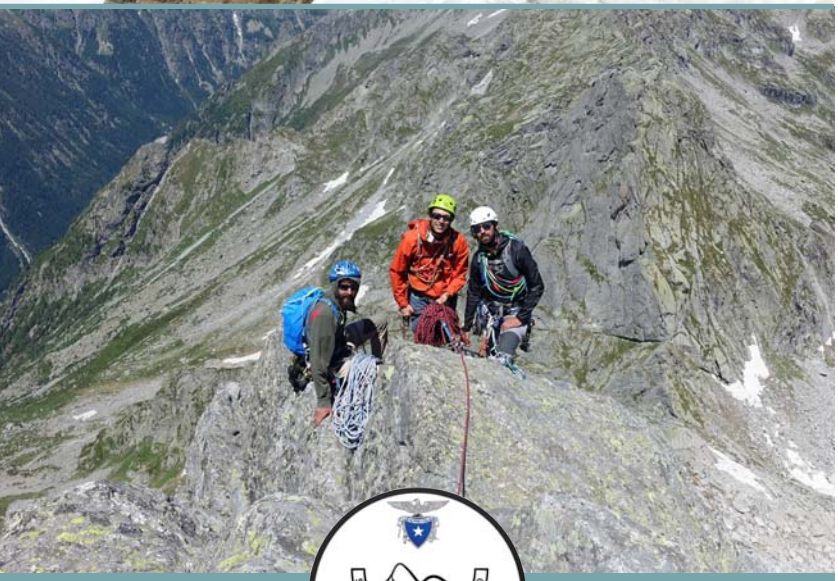
Il programma potrebbe subire variazioni in base alle condizioni tecniche del percorso e del meteo.

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

***10 maggio*** *(martedì sera sede CAI)*
*Serata dedicata al BLS. Emergenza di primo soccorso.*

***23 e 24 luglio***
*Week-end "Adrenalinico"*

- *Sabato 23*
  *Attività varie di Escursionismo, Ferrate, Mountain-Bike, Canyoning, Hydrospeed*
- *Domenica 24*
  *Tutti insieme con "Rafting sulle rapide della Dora Baltea in Valle D'Aosta a Prè Saint Didier"*



dal 1961
SCUOLA DI ALPINISMO MARIO MERLONI
C.A.I.
CARATE BRIANZA

Le date in **grigio** presso la sede.
Le date in **blu** presso la palestra indoor.
Le date in **verde** in ambiente alpinistico.
Le lezioni teoriche si svolgono presso la sede della locale sezione CAI dalle ore 21:00.
Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI o scrivendo alla mail:
→ **scuoladialpinismo@caicaratebrianza.it**

# 59° Corso di Alpinismo

**2 marzo 2022** (Mercoledì)
Programma 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

**16 marzo** (Mercoledì)
Tecnica individuale
di arrampicata su roccia

**24 marzo** (Giovedì)
Tecnica individuale
di arrampicata su roccia

**27 marzo** (Domenica)
Tecnica individuale
di arrampicata su roccia

**30 marzo** (Mercoledì)
Preparazione di una salita
e Meteorologia

**6 aprile** (Mercoledì)
Procedimento in cordata

**10 aprile** (Domenica)
Procedimento in cordata

**13 aprile** (Mercoledì)
Allenamento e
preparazione atletica

**20 aprile** (Mercoledì)
Alimentazione e medicina

**23 aprile** (Sabato)
Prove di trattenuta

**27 aprile** (Mercoledì)
Pronto soccorso
in montagna

**4 maggio** (Mercoledì)
Topografia ed orientamento

**7 maggio** (Sabato)
Topografia ed
orientamento sul terreno

**11 maggio** (Mercoledì)
Flora , fauna e ambiente

**15 maggio** (Domenica)
Arrampicata

**18 maggio** (Mercoledì)
Morfologia e glaciologia

**25 maggio** (Mercoledì)
Tecnica individuale
ghiaccio

**6 giugno** (Lunedì)
Neve, valanghe e ARTVa

**8 giugno** (Mercoledì)
Manovre di corda su
ghiaccio

**11/12 giugno**
(Sabato e Domenica)
Impostazione, tecnica
su ghiaccio e salita
in alta montagna

**22 giugno** (Mercoledì)
BLS.
Emergenza di primo
soccorso.
Il CAI e la sua struttura

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

**6 luglio** (Mercoledì)
Storia dell'Alpinismo

**16/17 luglio**
(Sabato e Domenica)
Arrampicata in ambiente

**19 Novembre**
Cena di fine corso

# 16° Corso Arrampicata libera

**3 giugno 2022** (Venerdì)
Apertura iscrizioni del 16°Corso di Arrampicata Libera

**12 settembre** (Lunedì)
Programma corso
Equipaggiamento e materiali

**19 settembre** (Lunedì)
Nodi 1 e tecniche di arrampicata 1

**20 settembre** (Martedì)
Nodi 1 e tecniche di arrampicata 1

**25 settembre** (Domenica)
Arrampicata da secondo di cordata

**26 settembre** (Lunedì)
Nodi 2. Materiale per arrampicata

**27 settembre** (Martedì)
Tecniche di arrampicata 2 e manovre di corda

**2 ottobre** (Domenica)
Manovre di corda e arrampicata

**3 ottobre** (Lunedì)
BLS. Emergenza di primo soccorso. Il CAI

**8 ottobre** (Sabato)
Prove di trattenuta e arrampicata

**10 ottobre** (Lunedì)
Nodi 3
Metodi di allenamento

**11 ottobre** (Martedì)
Arrampicata da primo di cordata e allongiamento

**16 ottobre** (Domenica)
Arrampicata da primo di cordata e allongiamento

**17 ottobre** (Lunedì)
Storia dell'arrampicata libera

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

**22-23 ottobre**
(Sabato e Domenica)
Arrampicata in falesia

**19 Novembre**
Cena di fine corso

dal 1961
SCUOLA DI ALPINISMO MARIO DELL'ORO
C.A.I.
CARATE BRIANZA

Le date in **grigio** presso la sede.
Le date in **blu** presso la palestra indoor.
Le date in **verde** in ambiente alpinistico.
Le lezioni teoriche si svolgono presso la sede della locale sezione CAI dalle ore 21:00.
Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI o scrivendo alla mail:
→ **scuoladialpinismo@caicaratebrianza.it**

# 7° Corso di Ferrate

**7 aprile 2022** (Giovedì)
Presentazione e apertura iscrizioni del 7° Corso Ferrate "Elio Vergani" (sede CAI ore 21:00)

**5 maggio** (Giovedì)
Programma corso
Storia delle ferrate
Equipaggiamento e materiali

**12 maggio** (Giovedì)
Vestizione materiale da ferrata e nodi

**19 maggio** (Giovedì)
Tecniche di progressione e assicurazione

**22 maggio** (Domenica)
Movimento e catena di assicurazione

**26 maggio** (Giovedì)
Topografia
ed orientamento
Preparazione di una salita

**5 giugno** (Domenica)
Salita di una ferrata

**9 giugno** (Giovedì)
Flora, fauna. Geologia

**16 giugno** (Giovedì)
Primo soccorso
Meteorologia

**19 giugno** (Domenica)
Salita di una ferrata

**23 giugno** (Giovedì) BLS.
Emergenza di primo soccorso. Il CAI

**30 giugno** (Giovedì)
Sicurezza e prevenzione

**10 luglio** (Domenica)
Salita di una ferrata

**19 Novembre**
Cena di fine corso



dal 1961
SCUOLA DI ALPINISMO MARIO DELL'ORO
C.A.I.
CARATE BRIANZA

Le date in **grigio** presso la sede.
Le date in **verde** in ambiente alpinistico.
Le lezioni teoriche si svolgono presso la sede della locale sezione CAI dalle ore 21:00.
Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI o scrivendo alla mail:
→ **scuoladialpinismo@caicaratebrianza.it**

# Arrampichiamo con i giovani

Il programma di arrampicata dedicato ai giovani ha subìto uno stop forzato dalle attuali normative per il contenimento della pandemia Covid-19.

La programmazione di questi incontri sia in palestra indoor che outdoor, riprenderanno non appena si ripristineranno le condizioni di sicurezza adeguate.

## 10° corso arrampicata introduzione

Due appuntamenti pomeridiani in palestra di arrampicata, in cui gli istruttori della Scuola del CAI, insegneranno attraverso un programma ludico-didattico, la bellezza dell'arrampicata sulla parete verticale.
Un ulteriore appuntamento con un'uscita pratica in falesia di arrampicata, dove i ragazzi/e potranno scalare su vere e proprie paretidi roccia.

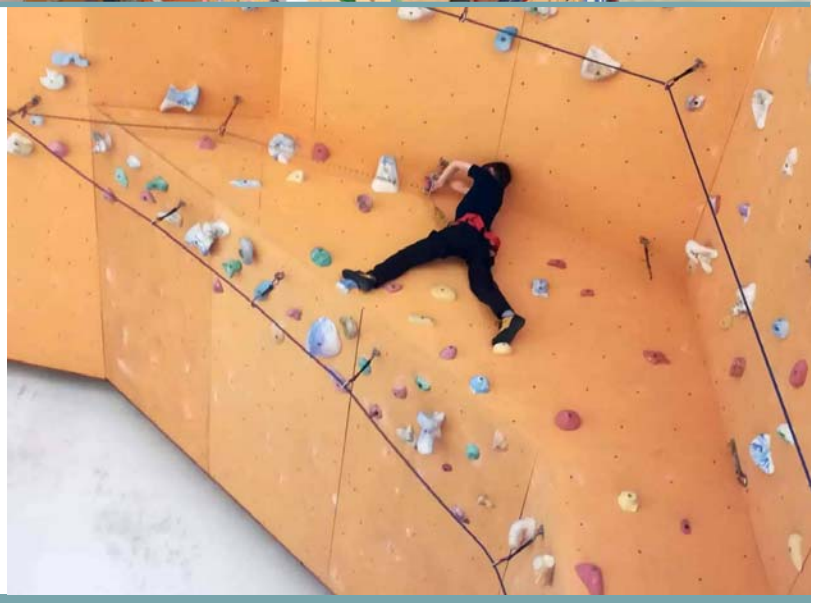
## 7° stage di arrampicata [scuole elementari]

Due appuntamenti pomeridiani, dedicati ai bambini delle scuole elementari.
Nel progetto "Condividiamo" anche il CAI offre la possibilità di far provare le emozioni dell'arrampicata ai bambini/e delle nostre scuole elementari.
Passeremo alcune ore in palestra di arrampicata indoor, giocando e scalando insieme.

## 4° stage di arrampicata con "il Mondo di Emma"

Programma che prevede alcuni incontri in palestra di arrampicata indoor, con i ragazzi del "Mondo di Emma".

 7° stage di arrampicata Scuole elementari
4° stage di arrampicata "Il Mondo di Emma"



# Palestra di arrampicata

Dal mese di ottobre 2021 ad aprile 2022 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).

Per la stagione 2022-2023, la palestra riprenderà a partire dal 4 ottobre 2022.

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

# Attività socio-culturali

**25 febbraio 2022**
(Venerdì)
**LO STATUTO**
Assemblea annuale
dei soci.
Relazione e presentazione
attività 2021-2022

**10 maggio** (Martedì)
(Giovedì sera sede CAI)
Serata dedicata al BLS.
Emergenza di primo
soccorso

**9 luglio** (Sabato)
**LA CULTURA**
"La traviata" di Verdi
all'Arena di Verona

**15 luglio** (Venerdì)
**CAMMINATA NOTTURNA**
"11° Camminata
lungo il Lambro"
con i Marciacaratesi

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

**30 ottobre**
**IL RICORDO**
Santa Messa presso
la capanna Mara

**20 novembre**
**GLI ANNIVERSARI**
Gita turistica e
"Pranzo Sociale"

**16 dicembre** (Venerdì)
**GLI AUGURI**
Scambio degli auguri
in sede con panettone
e spumante

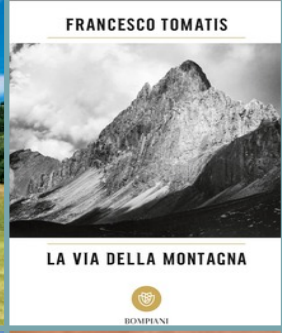
Consegna degli attestati
e distintivi per i soci
25° e 50°

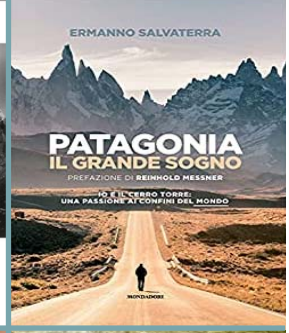
Per eventuali chiarimenti rivolgersi direttamente in sede CAI
o scrivendo alla mail → info@caicaratebrianza.it

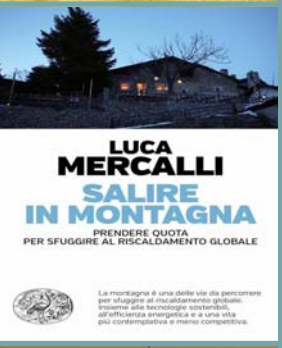
# La Cultura in sede

Libri e riviste sulla montagna.

Sempre in aggiornamento la biblioteca sezionale.
Continua anche l'informazione sui nuovi acquisti, tramite la news-letter mensile.
Nella nuova vetrina all'ingresso della sede CAI, è possibile trovare gli ultimi acquisti.
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", "Montagne 360°", "Montagne Meridiani".



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 prenotazioni 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 21:00 alle ore 22:30.

Nei mesi di gennaio, febbraio e marzo, la sede sarà aperta anche il martedì dalle 21:00 alle 22:30

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

# Norme Covid-19

Fino alla cessazione dello stato di emergenza epidemiologica, l'accesso e la partecipazione alle attività sezionali sia al chiuso che all'aperto, sono consentite a:

- Soggetti in possesso di green pass "rafforzato";

- Soggetti di età inferiore ai 12 anni;

- Soggetti esenti dalla campagna vaccinale, sulla base di idonea certificazione medica.



# Polizza assicurativa

Si informano tutti i partecipanti alle gite e manifestazioni organizzate dalla locale sezione CAI, che è in vigore, per i soci C.A.I., in regola con il tesseramento 2022, 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 2022 e per le sole attività istituzionali organizzate dal C.A.I.

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

È possibile attivare una copertura assicurativa per attività personale, valida anche per gli impianti sciistici. Chiedere informazioni in sede.

In sede è possibile ritirare un opuscolo con le principali informazioni riguardanti le polizze assicurative del C.A.I. Maggior dettagli sulle polizze CAI possono essere visionate direttamente sulla home-page del CAI-Sede centrale: www.cai.it



BCC CREDITO COOPERATIVO Carate Brianza

CLUB ALPINO ITALIANO

# TORRE CIVICA


**Via F. Cusani, 2**
**20841 Carate Brianza / MB**
**C. F. 83050960158**

**0362 687621**

**info@caicaratebrianza.it**

**CAI Carate Brianza**


**www.caicaratebrianza.it**

**Apertura:**
**tutti i venerdì**
**ore 21,00 / 22,30**

Nei mesi di
Gennaio,
Febbraio
Marzo,
anche il martedì


Fotografie: Archivio CAI / Scuola di Alpinismo "Mario dell'Oro" / Pier Mauri Concept © 2022