

## FINALITA'

Esigenze prioritarie per la maggioranza dei soci CAI seniores sono (estratto dal "Quaderno dell'Escursionismo Senior" 2ª edizione 2021):

- Continuità dell'esperienza della montagna, indirizzata ad un momento particolare della vita.
- Appartenenza e **socializzazione** (il gruppo Seniores attrae e aiuta a vincere la solitudine).
- Autorealizzazione: bisogno di sentirsi utili. Ad esempio, colmando vuoti da fine attività lavorativa.

**Ricordiamo** alcune semplici norme di comportamento per la sicurezza e l'organizzazione (vedi anche: il "Quaderno ...", citato):

- Le attività sono aperte essenzialmente a tesserati CAI
- Si parte, si cammina e si arriva Insieme. Il capofila non può mai essere superato
- Per nessun motivo si può uscire dal gruppo (se non per impellenti necessità personali: in questo caso obbligatorio avvisare il responsabile più vicino). Con tale comportamento, il partecipante non fa più parte del gruppo e come tale non gode della copertura assicurativa CAI (**se socio**).
- L'eventuale caparra versata a qualsiasi titolo all'atto dell'iscrizione all'evento impegna il partecipante al saldo della quota; in particolare, l'iscrizione comporta l'impegno morale al pagamento della quota pullman. In caso di rinuncia - e nell'impossibilità di provvedere alla sostituzione - la quota di caparra pari al costo individuale del pullman e/o della eventuale caparra alberghiera sarà trattenuta.
- Coloro che mettono a disposizione la propria auto per i trasferimenti (ove previsti con questo mezzo) hanno diritto al rimborso delle spese, forfettariamente stabilito dal CAI in € 0.33 a km da suddividere fra i componenti dell'equipaggio.
- L'orario di arrivo a casa non può essere garantito.

Le nostre escursioni si svolgono, in prevalenza, in ambiente montano; ogni singola locandina riporta il dislivello di salita e di discesa; la tipologia del percorso (T, E, talvolta EE); il grado di affaticamento da **F1**=poco faticoso a **F5**=molto faticoso e il tipo di abbigliamento necessario. Ogni partecipante deve conoscere la propria preparazione e valutare le proprie capacità e i propri limiti. I responsabili dell'escursione hanno facoltà di escludere coloro che siano ritenuti non all'altezza del percorso o non equipaggiati in modo adeguato.

CAI Sezione "GRIGNE"-23826 Mandello del Lario (LC)  
Via Riva dell'Ospizio ang. via Monastero  
Tel. 3714757532 - sito internet: [www.caigrigne.it](http://www.caigrigne.it)  
e-mail [info@caigrigne.it](mailto:info@caigrigne.it)

Orari di apertura sede:

- Venerdì (non festivi) dalle: 21.00 alle 23.00
- Commissione Senior: Lunedì (non festivi) ore 14.30 - 16.30

Le escursioni saranno guidate, oltre che dal proponente, anche da B. Marconi (AE), D.Cannas (D.E.), L.Cantoni (D.E.), R.Rossetti (D.E.), D. Baj (D.E.), I. Bugana (D.E.), T. Venturino (D.E.)

**N.B.:** Qualora l'escursione programmata avesse la possibilità di effettuare un giro con minori difficoltà e fosse garantita la presenza di un accompagnatore, potrà essere costituito un secondo gruppo. Entrambe le escursioni avranno in comune almeno un punto di ritrovo intermedio (possibilmente la "sosta pranzo"). La locandina della singola escursione prevederà questa variante.

N.B. La Commissione si riserva di apportare variazioni al presente programma in caso di problemi logistici e/o meteorologici

Il programma è stato approvato dal Consiglio Direttivo Sezionale in data 13 gennaio 2025



## Club Alpino Italiano Sezione "Grigne" MANDELLO DEL LARIO Anno di fondazione 1924



# ANNO 2025



## GENNAIO

**Mercoledì 22**

Presentazione del programma 2025  
ASSEMBLEA SOCI GRUPPO "I SEMPREVIVI"

## FEBBRAIO

**Mercoledì 12**

SORGENTE FIUME LATTE -VEZIO (T)

**Mercoledì 19**

MALOJA - GREVASALVA  
CON LE RACCHETTE DA NEVE (P)

**Mercoledì 26**

TACENO - CICLABILE

## MARZO

**Mercoledì 05**

LUNGO IL SENTIERO DEI FORTI (T)

**Mercoledì 12**

SASSO di PREGUDA -SAN TOMASO

**Mercoledì 19**

LUNGO L'ADDA da PADERNO a TREZZO (P)

**MERCOLEDÌ 26**

DALÒ - LAGUNC

## APRILE

**Mercoledì 02**

ORTANELLA - CALIVAZZO

**Da Lunedì 07 a Giovedì 10**

MARINA di MASSA (P)

**Mercoledì 16**

VAL di MELLO

**Mercoledì 23**

ABBADIA - CAMPELLI

## MAGGIO

**Mercoledì 07**

DIGA di GLENO (P)

**Mercoledì 14**

COSTIERA dei CECH

**Mercoledì 21**

RIFUGIO RESEGONE dai Piani d'Erna

## MAGGIO

**Mercoledì 28**

**RADUNO REGIONALE SENIORES**

Sezione CAI di PIAZZA BREMBANA

MEZZOLDO - Alta Val Brembana (P)

## GIUGNO

**Mercoledì 04**

ANELLO del MONTE MUGGIO

**Mercoledì 11**

RIFUGIO MENAGGIO

**Mercoledì 18**

SENTIERO DEI FIORI - CAPANNA 2000

**Mercoledì 25**

ALPE LENDINE - OLMO

## LUGLIO

**Mercoledì 02**

RIFUGIO CRISTINA + LAGHETTO

**Mercoledì 09**

DIAVOLEZZA - Val FEIN - Munt PERS (P)

**Mercoledì 16**

VAL GROSINA - RIFUGIO MALGHERA

**Da Martedì 22 a Mercoledì 23**

RIFUGIO BRANCA - PIZZINI

**Mercoledì 30**

Passo JULIER-

Forcella dell'Agnello (P)

## SETTEMBRE

**Mercoledì 03**

RIFUGIO BENIGNI

**Mercoledì 10**

RIFUGIO BERTACCHI

**DOMENICA 14 TUTTICAI**

**Mercoledì 17**

SAN PIETRO - CORNIZZOLO

**Mercoledì 24**

TERRAZZAMENTI - SONDRIO

BERBENNO (T)

## OTTOBRE

**Mercoledì 01**

SENTIERO SUOR LAURA -VAL TARTANO

**Mercoledì 08**

GREENWAY - COLONNO

**Mercoledì 15**

LAGO ENDINE GAIANO (P)

**Mercoledì 22**

COMO-CASTELLO BARADELLO

**Mercoledì 29**

PIALERAL -TRAVERSATA BASSA

## NOVEMBRE

**Mercoledì 05**

VISITA PAVIA + CERTOSA (P)

**Mercoledì 12**

PRIM'ALPE -SECOND'ALP

**Mercoledì 19**

PRANZO di FINE ANNO

**Mercoledì 26**

*Proiezione foto escursioni 2025*

## DICEMBRE

**Mercoledì 10**

SCAMBIO di AUGURI

**Giovedì 11**

GIORNATA INTERNAZIONALE

DELLA MONTAGNA



(P) Pullman - (T) Treno - Mezzi propri le altre