



Club Alpino Italiano

RIVISTA

della
SEZIONE LIGURE

Tariffa regime libero - Poste Italiane SpA - Spedizione in abbonamento postale - 70% - DCB Genova - Tassa pagata

Rivista della Sezione Ligure del CAI - Quota Zero - Numero 1 del 2025





Sci alpinismo

Sci di fondo

Discesa

Telemark

Racchette
da neve

Laboratorio
specializzato

NUOVO
E-COMMERCE

CAVALLO CENTRO SPORT



il negozio di fiducia



Trekking

Tende e articoli
da campeggio

Abbigliamento ed
attrezzatura per montagna
e tempo libero

Pesca

Via Cuneo, 13 - Tel 0171.269309 - BORGO SAN DALMAZZO (CN)

www.cavallosport.it - info@cavallosport.it



www.cailiguregenova.it
redazione@cailiguregenova.it

DIRETTORE EDITORIALE
Giorgio Aquila

DIRETTORE RESPONSABILE
Paolo Gardino

CAPOREDATTORE
Roberto Schenone

REDAZIONE
Sara Fagherazzi
Matteo Graziani
Stefania Martini
Giulia Mietta
Marina Moranduzzo
Gian Carlo Nardi

IMPAGINAZIONE
e GRAFICA
zenestrin design

CTP e STAMPA
Arti Grafiche Litoprint Srl
Genova

Tiratura 2500 copie

Numero chiuso in data
29 aprile 2025

In copertina:
Trekking tra le vigne
dell'isola di Pico
Foto di Gaia Gobbo

Autorizzazione del
Tribunale di Genova
numero 7/1969

Abbonamento annuale
Cinque Euro

EDITORIALE 3

Giorgio Aquila

LA GRANDE MONTAGNA 4

Un Trekking sull'Alto Atlante *Domenico Guerrera*
La sostanza dei sogni *Roberta Bertola e Lara Tropia*

IL VIAGGIO, LA SCOPERTA 10

Trekking, trekking, trekking *Gaia Gobbo*

SCUOLE E GRUPPI 16

Alla scoperta del buio *Sylvia Mondinelli e Giuliano Rimassa*

SACCO IN SPALLA 22

In Two The Beigua GOA Canyoning
A caccia di immagini nel finalese *Patrizia Lanna*

PUNTO DI VISTA 28

Intellettuali e Alpinismo *Lorenzo Bonacini*
Raccontare un'altra Genova *Roberto Schenone*

UNIVERSO CAI 34

La "dis-abilità" dell'altro arricchisce la nostra "normalità"! *Marta Campomenosi e Marco Rivara*

LA MONTAGNA ENIGMISTICA 36

IN BIBLIOTECA 38

Una libreria, una vita *Paolo, Titta, Lella e Luisa Noce*
Ottomila dal divano *Recensione di Marina Moranduzzo*

QUOTAZERO 42

Notiziario della Sezione *a cura di Stefania Martini*

Alba con nubi lenticolari su
Genova (14 gennaio 2025).
Foto di Sonia Pagano



Editoriale

Giorgio Aquila

Cari soci ed amici del CAI Sezione Ligure Genova, in conclusione del primo anno in cui la nostra sezione ha fatto parte del Terzo Settore, il Bilancio di esercizio 2024 è stato redatto con Stato Patrimoniale, Rendiconto Gestionale e Relazione di Missione, come da specifiche regole e istruzioni da rispettare. Nella Relazione di Missione, che contiene tutte le informazioni utili a fornire una corretta interpretazione del bilancio, vengono indicate le modalità di perseguitamento delle finalità statutarie.

L'elenco delle attività nelle quali si sono impegnati i nostri circa duecento volontari è una formidabile prova della vitalità del nostro sodalizio pertanto ritengo opportuno estrapolare e proporsi in calce quanto è stato inserito nella relazione.

- Tutte le Scuole ed i Gruppi hanno svolto attività a pieno ritmo, saturando i posti disponibili nei corsi e nelle uscite, con grande soddisfazione dei partecipanti.
- Le serate culturali, proposte il giovedì sera, hanno avuto un buon riscontro nella partecipazione di numerosi soci.
- Abbiamo incoraggiato i soci ad acquisire titoli e qualifiche di istruttori e accompagnatori, mettendo a disposizione fondi per rimborsare almeno parzialmente le spese sostenute dai corsisti.
- A Genova, ad ottobre 2025, avremo il Congresso Nazionale degli istruttori di alpinismo, sci alpinismo, sci escursionistico e alpinismo giovanile che le nostre Scuole si sono impegnate ad organizzare e la Sezione a sostenere.
- Notevoli miglioramenti sono stati effettuati nell'organizzazione della comunicazione sui social ma dobbiamo ancora impegnarci per eliminare alcune criticità nella gestione delle e-mail.
- La Commissione Rifugi, composta da 11 volontari, ha seguito come sempre tutte le problematiche relative alla gestione ed all'affidamento di 6 rifugi e 3 bivacchi.
- La consegna delle "Aquila" ai soci con an-

zianità nel nostro sodalizio non è stata effettuata durante l'assemblea in cui è stato approvato il bilancio, come di consuetudine in questi ultimi anni, ma è stato deciso di programmare una apposita manifestazione verso la fine dell'anno in modo da dare alla cerimonia un ruolo più centrale e significativo.

Per l'anno 2025 si prevede di proseguire nel perseguitamento delle finalità statutarie mantenendo gli equilibri economici e finanziari che ci consentano di svolgere regolarmente le attività. Un grosso impegno finanziario è sempre richiesto dalla gestione dei rifugi cui cerchiamo di far fronte con la partecipazione a bandi CAI e/o bandi proposti da ENTI regionali o nazionali.

Mi auguro di riuscire a far fronte ai problemi che si presenteranno, confidando come sempre nella collaborazione e nella competenza dei nostri Soci.

Excelsior!

Dettaglio delle attività di interesse generale svolte nel 2024

- **Scuola di Alpinismo "B. Figari"**: 2 corsi di alpinismo (uno di alpinismo base ed uno di arrampicata libera) con un totale di 45 allievi e 18 uscite.
- **Scuola di Alpinismo Giovanile "Giacomo Ghigliotti"**: Un corso con 7 uscite (una in collaborazione con la scuola di alpinismo "Figari" ed una con il Gruppo Speleo "Martel") cui hanno partecipato 14 ragazzi oltre a un trekking estivo di 3 o 4 giorni con 10 ragazzi. Nell'ultimo trimestre sono state effettuate tre gite per i "vecchi" e "nuovi" ragazzi.
- **Scuola Escursionismo Intersezionale "tra Monti e Mare"**: È iniziata l'attività nel 2024 e sono stati organizzati tre corsi con un totale di 70 partecipanti.
- **Scuola di Scialpinismo "Ligure"**: 2 corsi di scialpinismo (uno base ed uno avanzato) con un totale di 52 allievi e 21 uscite in ambiente

continua a pagina 41...

Marocco

Un Trekking sull'Alto Atlante

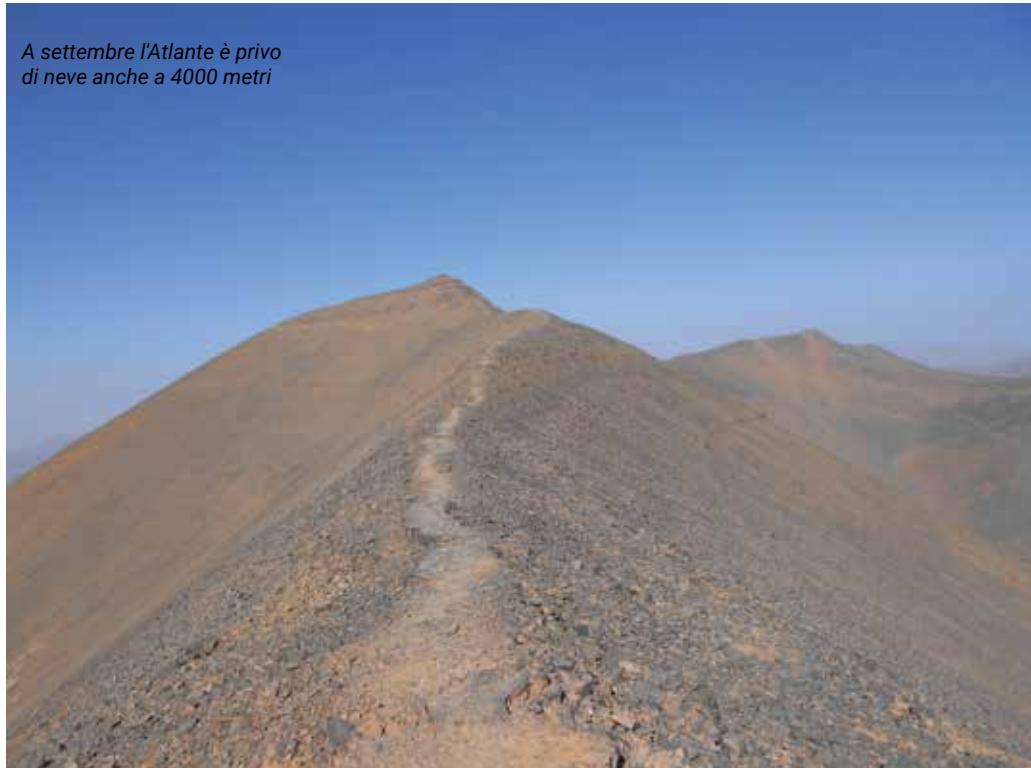
Domenico Guerrera

E già da diverso tempo che l'idea di compiere un trekking sulla catena dell'Alto Atlante mi stuzzicava, ma per una serie di impedimenti vari, non ultimo il devastante terremoto del settembre 2023 che aveva colpito la regione di Marrakech-Safi, avevo sempre dovuto rinunciarvi. Quest'anno, dopo aver convinto facilmente due cari amici, Angelo e Andrea, ad accompagnarmi in quest'avventura, ho contattato un'agenzia a Marrakech e abbiamo fissato per l'ultima settimana di maggio l'inizio di un trekking da compiere su quella catena montuosa che costituisce l'ossatura della regione che gli Arabi chiamano Maghreb e gli europei il "paese di Berberia".

Si potrebbe obiettare: ma perché recarsi in quella zona dell'Africa? Ebbene, proprio per fare un quattromila che in questo periodo dell'anno non necessita

di attrezzatura invernale ma solo di un buon allenamento, tanta attenzione e adattamento durante i bivacchi. L'Atlante marocchino è contemporaneo del sistema di sollevamento alpino ed è il solo che possa considerarsi come alta montagna, rivaleggiando in altitudine con le Alpi. È una catena a pieghe che corre parallela alla costa atlantico-mediterranea per ben 2500 km, continuando in Spagna con la Cordillera Betica, a est con le montagne della Sicilia e l'Appennino e che costituisce una barriera al deserto del Sahara a sud. Dal punto di vista climatico, la disposizione del rilievo in anfiteatro permette all'influenza atlantica di penetrare profondamente il Paese tanto che sin dall'antichità i geografi erano colpiti da un fenomeno stupefacente in Africa del Nord: dei fiumi che avevano acqua! Per quanto riguarda le temperature, in periodo

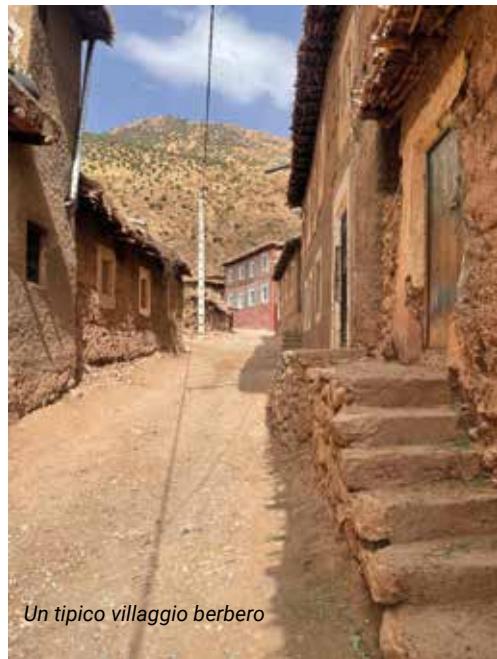
A settembre l'Atlante è privo di neve anche a 4000 metri



invernale possono scendere sino a -15°, -20° mentre in estate, alle quote alte sono sopportabili ed il manto nevoso è quasi completamente assente.

In questi ultimi anni, l'attenzione di coloro che frequentano l'Alto Atlante si è concentrata soprattutto sulla sua vetta più alta, il Toubkal (4167 m), facilmente raggiungibile da Marrakech poiché il paese di Imlil, punto di partenza per questo trekking, dista da questa città solo 65 km (1 ora e mezza di macchina). Questo genera seri problemi di sovraffollamento, soprattutto nei rifugi e per questo motivo abbiamo preferito un'altra vetta, il N'Goun (4071 m), più distante da Marrakech e meno frequentata. Il trekking del N'Goun permette di apprezzare la regione dell'Alto Atlante e la bella valle di Ait Bouguemez in cui i Berberi vivono ancora secondo le loro antiche tradizioni, in case di terra rossa e pietra con un tetto piano, che a malapena si distinguono dal territorio circostante. Alle coltivazioni di alberi da frutto, soprattutto meli e poi ortaggi, noci e frumento immagazzinato nei granai locali, i Berberi aggiungono l'allevamento nomade, in particolare di ovini e caprini. Il lunedì mattina incontriamo il titolare dell'agenzia che ha organizzato il nostro tour e partiamo alla volta di Azilal, cittadina distante da Marrakech 165 Km (percorsi in 4 ore di macchina), e situata a 1350 m. Una volta giunti, facciamo rifornimento di scorte di acqua che ci serviranno per tutta la durata del trekking. In alternativa, potremo sempre usare le pastiglie per potabilizzare l'acqua raccolta dai rii, poiché le fonti sono molto scarse. Le zone che attraversiamo ci permettono di capire quanto la montagna abbia compartimentato questo vasto territorio accentuando certa tendenza all'isolamento dei Berberi, un popolo da sempre restio alla penetrazione musulmana prima, e alla più recente colonizzazione francese poi. E tuttavia è lecito parlare di una civiltà berbera alquanto unitaria in tutta la sua enorme estensione territoriale che va dall'Egitto al Marocco, testimoniata dalla diffusione della lingua camitica, una civiltà che però non si è mai coagulata in una unità geografica.

Lasciata Azilal ci dirigiamo sempre in pulmino verso il piccolo villaggio di Aarous,



Un tipico villaggio berbero

luogo di inizio del nostro trekking; occorrono altre due ore di viaggio per raggiungerlo! La strada s'inerpica in un territorio con pochissimi centri abitati; non vediamo l'ora di arrivare per iniziare il nostro cammino! Giungiamo sino al colle di Tirhis a 2600 m da dove scorgiamo il lontano fondo valle verso cui siamo diretti. Aarous è un villaggio lungo il fiume dall'omonimo nome. Qui il paesaggio muta colore e ravviva i nostri occhi. La guida ci presenta i due mulattieri berberi già pronti con il materiale da caricare sui muli per le tre notti in montagna. Dormiremo nelle tende, il modo più diffuso di pernottare durante i trekking, anche se quando non si è in alta montagna, si può dormire nelle case degli abitanti del luogo in una stanza arredata di cuscini e tappeti nella quale passare la notte. Ci mettiamo in spalla gli zaini con lo stretto necessario, dato che i muli porteranno il resto, ed iniziamo il cammino verso l'alpeggio di Ikiss, a quota 2300 metri dove faremo il nostro primo bivacco. Le capre ci accompagnano lungo la salita, su sterri che scorrono in mezzo a enormi ammassi rocciosi, a fianco di torrenti pietrosi in cui non è raro imbattersi in donne berbere che lavano tappeti dai colori vivaci. Guadato il fiume veniamo ripresi e superati dai muli che conoscendo perfettamente il

*Lavaggio dei
tappeti a lkiss*



*Verso il passo di
Tizi N'Tarkedite*



sentiero salgono con passo sicuro, seguiti dai due uomini. Sono decisamente più veloci di noi e non posso fare a meno di notare le scarpette di uno dei due mulattieri: penso che potrebbe tranquillamente salire in ciabatte! Dopo circa tre ore giungiamo nei pressi di una stalla in pietra e gli uomini sono già intenti a montare la grande tenda bianca dove consumeremo i nostri pasti, che prevedono spesso degli ottimi tajines di verdure. A ridosso del muro della stalla, ben riparati, sistemiamo le nostre tre tende e notiamo con piacere che nei pressi scorre un piccolo ruscello.

La mattina seguente, dopo colazione, gli uomini iniziano a smontare le tende mentre noi partiamo verso il passo di Tizi N'Tarkedite (3450 m). Oggi, il dislivello è decisamente più impegnativo, la giornata è però magnifica e l'ambiente, man mano che si sale comincia ad assumere i tratti dell'alta montagna, con una vegetazione costituita da bassi cespugli tondeggianti con magnifiche infiorescenze gialle. Giunti ad un primo colle, quello d'Aghri a 2400 m, ci rendiamo conto che il passo è situato ancora più in alto. Lo raggiungiamo dopo qualche ora e ne veniamo ripagati da un paesaggio quanto mai vasto: di fronte a noi è la catena montuosa del N'Goun mentre al di sotto, l'enorme altopiano di Tarkedite, ad una quota superiore ai 2900 metri e verso il quale scenderemo a breve. Sull'altopiano a parte gli animali che pascolano è presente solo un'unica costruzione, un vecchio rifugio custodito, ma che non pare accogliere nessuno; il custode vende bevande, si possono utilizzare le toilette e ci si può fare una doccia tiepida grazie ad un piccolo pannello solare.

Il nostro accampamento è nello spiazzo a fianco al rifugio e la nostra guida, Mohamed, ci informa che la partenza per la salita al N'Goun è fissata l'indomani alle 05.00; con noi verrà anche uno dei mulattieri, incaricato di portare il necessario per mangiare al sacco, mentre l'altro smonterà il campo conducendo i muli verso un'altra località scelta per il nostro ultimo bivacco dopo la discesa dalla cima.

Alle 4.30 le luci dei frontalini segnalano le partenze dei vari gruppi. Non indugiamo oltre e ci mettiamo in marcia affrontando una salita abbastanza dolce per circa 1h30, per

In vetta al N'Goun



poi attaccare un pendio che diventa sempre più impegnativo. A giorno fatto, raggiungiamo la cresta principale della catena ad una quota attorno ai 3900-4000 mt. Il paesaggio è arido, a quest'altezza ci si aspetterebbe della neve, ma ne rimangono solo delle minuscole tracce. L'ascensione è lunga ma esente da difficoltà particolari. Si cammina su un enorme anfiteatro a semicerchio e il sentiero che percorriamo è una esile linea e sebbene lo sguardo sia attratto costantemente dalle stupefacenti forme e colori che assumono le rocce, bisogna prestare attenzione a non scivolare. In lontananza si perdono le forme arrotondate degli enormi massicci montuosi levigati dell'erosione di milioni di anni. Osservando bene il suolo, un occhio attento riesce a trovare anche dei fossili di ammoniti. Dopo un ultimo strappo finale eccoci in vetta, raggiunta dopo quasi cinque ore.

Dalla sommità del N'Goun, il panorama spazia fino alle lande desertiche del sud, alle cime dell'alto Atlante e al massiccio del

*L'altopiano di
Tarkedite*



*Panorama dalla
vetta del N'Goun*



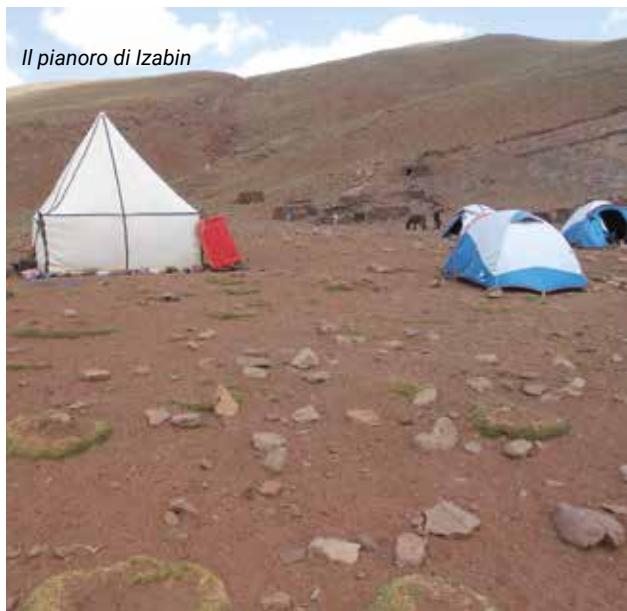
Saghro. Possiamo però intuirne solo la direzione, dato che la foschia dovuta al caldo ne sfuma i contorni. Nonostante l'altitudine, la temperatura è gradevole e dopo una breve sosta ci mettiamo sulla via del ritorno scendendo per un altro sentiero, che nel suo primo tratto, altro non è se non una infinita discesa detritica di forte pendenza e che richiede molta prudenza. Fortunatamente il terreno diventa man mano più stabile e ciò facilita la nostra marcia sino al pianoro di Izabin a 2800 m dove giungiamo dopo 4 ore di discesa, stanchi e con poca acqua a disposizione. Al pianoro incontriamo l'altro mulattiere che ci accoglie con un sorriso ed un ottimo tè alla menta. A dieci minuti dall'accampamento vi è anche una salvifica fonte che ci permette di lavarci e riprenderci dalle fatiche della giornata. Dopo un'ultima nottata trascorsa quasi sempre a verificare la solidità della tenda, visto il forte vento, al mattino seguente iniziamo il ritorno verso Aarous, luogo da cui eravamo partiti. Dal pianoro ci dirigiamo verso la gola del fiume sottostante, risaliamo il versante opposto e superato lo splendido passo di Asdrm a 2400 m iniziamo la discesa verso l'ampia valle in cui si trova il nostro villaggio. Per la prima volta da quando siamo partiti abbiamo la sorpresa di vedere degli alberi, dei magnifici e longevi ginepri dalle forme contorte che danno un tocco decisamente più ameno al paesaggio.

Ad Aarous, dopo un pranzo conviviale nella casa di uno dei nostri portatori, ci separiamo con un po' di malincuore; abbiamo condiviso con loro splendidi momenti che ci rimarranno impressi, abbiamo faticato certo, ma in un contesto naturale di straordinaria bellezza e suggestione ed il tempo è veramente trascorso troppo in fretta. Un ultimo pensiero va a Mohamed, la nostra guida, che ringrazio per avermi affiancato e incoraggiato soprattutto durante la lunga salita finale. ■

La ripida discesa dal N'Goun



Il pianoro di Izabin



I ginepri di Aarous



Azzorre

Trekking, trekking, trekking

Gaia Gobbo

Giorno 1 – ISOLA DI TERCEIRA

Dicembre 2023. Arriviamo ad Angra do Heroísmo ed appena scesi dall'aereo la guida locale è già pronta per il nostro programma; senza aspettare ci ha preso un pranzo al sacco. Iniziamo trekking Rocha do Cambre (8km, circa 3h) dopo qualche km di sterrato. Molto bello ma tanto fango. In più punti si affonda, si scivola e si rimane impantanati. Tuttavia, il paesaggio è magnifico e vale la pena assolutamente. All'inizio il terreno è molto sassoso e un po' incidentato (rocce laviche nere); la vegetazione è a tratti fitta e arborea, a tratti si apre in campi di fiori tipici ed erba alta, a tratti sembra invece una foresta quasi giungla. Costeggiamo la caldera, arriviamo ad un punto panoramico e poi ridiscendiamo ad anello. In programma c'era anche Algar do Calvao ma il primo trekking è finito troppo tardi. Ormai è il tramonto così facciamo una puntata veloce alle Furnais, un piccolo percorso sassoso tra fumarole. Non particolarmente impressionante ma per chi non l'aveva mai vista è stata comunque particolare e apprezzata.

Giorno 2 – ISOLA DI TERCEIRA

Partiamo per un trekking nella parte sudorientale dell'isola, il trekking dei forti; facile e in discesa, lineare. Sulla strada ci fermiamo in un paio di punti panoramici (Miradouro da Serretinha Feteira e Miradouro da Cruz do Canario) dove la guida ci racconta un po' della storia delle isole e delle conseguenti invasioni e dominazioni. Arriviamo a São Sebastião e dopo una breve visita alla chiesa iniziamo il trekking. La guida ci spiega la strada dicendo che è molto facile: facendo attenzione ai segnali gialli e rossi, infatti, non è difficile. Arriviamo dopo due ore e mezza, andiamo velocemente a Serreta do Cume, un punto panoramico da cui si apprezza la caldera da cui è "nata" l'isola. Da lì ci spostiamo a Praia de Vittoria, porticciolo perfetto per la pausa pranzo. In altra stagione è uno dei pochi posti in cui si potrebbe fare un bagno rinfrescante poiché c'è spiaggia e non alte scogliere rocciose, come quasi ovunque alle Azzorre. Visitiamo poi gli scogli di Biscoitos, luogo davvero scenico! La potenza delle onde dell'oceano che si infrangono sulle frastagliate rocce laviche

Vista del vulcano di Pico da São Jorge



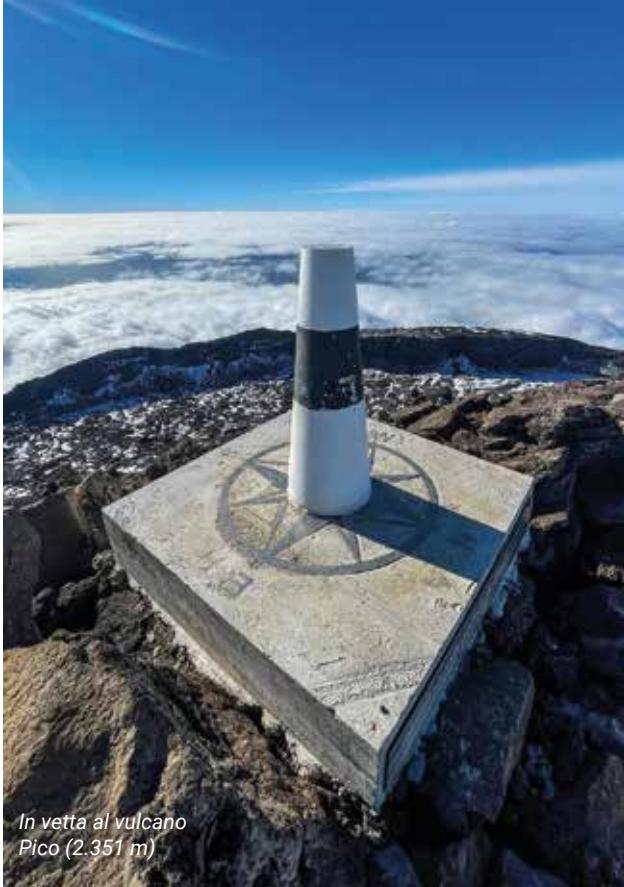
nere è molto affascinante. Qualche ardito fa anche il bagno in questa sorta di piscina naturale che si forma anche se la temperatura non è propriamente mite. Ci fermiamo in un altro punto panoramico, le scogliere di Quattro Riberia. Si scende con delle scalette e il panorama è simile a Biscoitos. Vale comunque la pena fare una puntatina, anche se più breve. Con il calare del sole, iniziamo un trekking a Baia Agualva. Sarebbe un anello da più di due ore e facciamo solo la parte finale di circa 40 minuti che è comunque molto piacevole. Begli scorci panoramici, bella la vegetazione. L'itinerario segue in cresta l'alta scogliera, dalla quale ammiriamo l'oceano che si frange in tutta la sua maestosità. Essendo tutto in discesa, il trekking è considerato medio come difficoltà. Dopo esserci ricongiunti rientriamo ad Angra.

Giorno 3 ISOLA DI TERCEIRA – ISOLA DI SAO JORGE

Partenza presto dall'hotel per il trekking monte Brazil; ci mettiamo circa tre ore a girarlo tutto bene. Il trekking non è impegnativo, è la classica passeggiata domenicale dei locali. Infatti, il colle è pieno di zone per fare picnic. I profili delle isole Sao Jorge e Pico si vedono in mezzo alla foschia. Ci emoziona l'idea che tra poche ore saremo lì. Ripercorriamo qualche ex stazione di avvistamento e ci fermiamo a fare due coccole alla colonia locale di gatti. In giro, invece dei normali gatti di città ci sono... galli! Scendiamo di nuovo ad Angra dopo 3 ore circa e visitiamo alcuni dei monumenti più caratteristici della città. Proseguiamo il viaggio con un veloce imbarco e neanche il tempo di accorgercene e siamo a Sao Jorge (il volo dura solo mezz'ora). Appena arrivati facciamo una vista dell'Arco Natural, un arco naturale di roccia lavica vista mare, e al miradouro do Morro. Cena al ristorante "Azor" dove mangiamo le specialità dello chef e i formaggi locali. Il tutto innaffiamo con tanto "vinho verde" tipico delle isole.

Giorno 4 ISOLA DI SAO JORGE – ISOLA DI PICO

Sveglia prima dell'alba. Arriviamo all'altro capo dell'isola (zona nord est) che ancora non albeggia e ci avviamo sul sentiero Caldeira do Santo Cristo con le frontali, anche se già si intravede un po' di chiarore ad est.



*In vetta al vulcano
Pico (2.351 m)*



*Fiorellini ricorrenti
sulle varie isole*

Tempo dieci minuti e le frontali non servono più e ci godiamo la meraviglia dell'aurora con Terceira e Graciosa sullo sfondo, il fragore delle onde sotto di noi, le Fajas tipiche dell'isola. A detta di tutti, uno dei trekking più belli del viaggio. Ad arrivare alla Caldeira ci mettiamo circa 40 minuti; il sentiero sale e scende ma non è faticoso. All'arrivo giriamo un po' il villaggio che si appoggia sulla Caldeira, questo cratere naturale sull'oceano. Casette dolci, barchette sulla spiaggia lavica, una bella chiesetta davanti alle onde. Nonostante sia abbastanza disabitato in questo periodo dell'anno, un signore del posto ci offre un pane dolce caldo appena fatto avvolto in una foglia del suo giardino. Rientriamo per la stessa strada mettendoci circa lo stesso tempo. Sulla strada verso Velas ci fermiamo a Miradouro Fajal, godendo dei colori splendidi che la mattina assolata ci regala. Un'altra bella sorpresa ci aspetta prima di arrivare al traghetto. Il cielo terso ci mostra un Pico magnifico che si staglia all'orizzonte. Ci viene ancora più voglia di scalarlo l'indomani. Prendiamo il traghetto e nel primo pomeriggio siamo sull'isola. Senza perdere tempo ci avviamo verso un breve trekking tra le vigne di Pico, considerate patrimonio UNESCO per via della particolare modalità di coltura: non filari come siamo abituati in Italia ma viti lasciate crescere spontaneamente circondate da muretti la-

vici che le proteggono dai venti oceanici e rilasciano di notte il calore incamerato di giorno. Il tragitto è piacevole, in piano, tra le coltivazioni. Dopo il breve trekking si parte alla volta di Gruta das Torres, grotta lavica formatasi da una colata lavica e che ha finito per svuotarsi nel tempo pertanto è rimasto solo l'involucro lavico esterno e il resto dentro è cavo. L'ambiente è molto particolare e ci vivono batteri, licheni e insetti unici al mondo. Provvisti di elmetto e torcia forniti in loco ci addentriamo insieme alla guida che sovente si ferma e commenta le particolarità. Il terreno è frastagliato e non consigliato a chi soffre di claustrofobia. Finita la visita, si fa la spesa per i giorni successivi (ristoranti spesso chiusi in questa stagione). A letto presto per essere freschi per il Pico l'indomani.

Giorno 5 ISOLA DI PICO

Appuntamento con la guida alpina autorizzata per salire al monte Pico (2351 metri). Pico è la cima che dà il nome all'isola, che oltre ad essere la montagna più alta dell'isola e del Portogallo. Pico è un vulcano la cui cima si è formata in più momenti eruttivi. Per questo motivo, una volta raggiunto il cratere centrale, la caldera, c'è ancora un pezzettino da salire fino alla cima vera e propria, dalla guida definito "il dessert". Abbiamo deciso di affidarci ad una guida nonostante fosse possibile salire anche in

Sul gommone zodiac per l'escursione di avvistamento cetacei

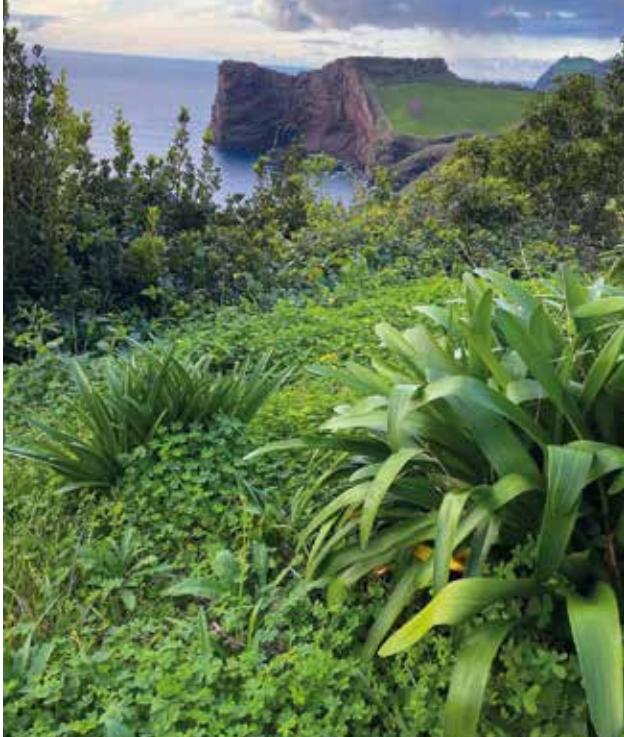


autonomia (tuttavia occorre registrarsi al centro visitatori e prendere il GPS a 20€). Si è rivelata un'ottima soluzione: la giornata è bellissima e i segnali si vedono bene ma salire su una colata lavica si rivela più impegnativo del previsto se non hai una guida che ti porta sul sentiero più agevole. Riusciamo a tenere tutti un buon passo, a fermarci a rifiatare nei momenti giusti e in generale a fare meno fatica. Non c'è un pezzo uguale all'altro e la pietra tagliente e porosa distrugge le suole. Saliamo in circa 3 ore e mezza contando anche le pause. Per l'ultimo tratto di 50 metri ci arrampichiamo con l'aiuto delle mani, lasciando i bacchetti in basso. La soddisfazione è grande: un mare di nuvole e oceano si stende tutto intorno a noi. Dopo un'oretta di sosta in vetta per riposare e pranzare, ci rimettiamo in marcia. La guida ci aveva avvertito che spesso in vetta è più caldo e, visto che la giornata era assolata, è stato proprio così. Per chi non volesse scalare il Pico esiste una bellissima alternativa ovvero un'uscita di avvistamento cetacei. Due del nostro gruppo hanno infatti preferito fare whale watching, visto che Pico era comunque una escursione impegnativa. Nel pomeriggio il gruppo si riunisce e iniziano i preparativi per il Capodanno. Davvero un finale di anno degno di nota!

Giorno 6 ISOLA DI PICO

La giornata è piovosa, come previsto. Siamo d'accordo con il nostro autista di provare lo stesso a fare un'escursione, quindi, armati di poncho e copri zaino, partiamo. Passiamo dalla strada centrale dell'isola, che passa dei Lagoas (il trail dei laghi è uno dei più belli dell'isola) ma è piena di nuvole nebbia e pioggia. Non usciamo neanche dalla macchina e proseguiamo verso la punta est dell'isola, dove c'è un trekking consigliato che potrebbe essere quello più risparmiato dai venti e dalle nuvole che arrivano da sud ovest. Il consiglio era buono: nonostante la pioggia comunque ci sia, dopo un po' si schiarisce e ci addentriamo lungo il sentiero che si snoda sulla costa. Metà dell'escursione si svolge su roccia vulcanica, scogli frastagliati a picco sul mare. La roccia spaccata in maniera irregolare e il vento rendono il percorso un po' complicato benché molto suggestivo.

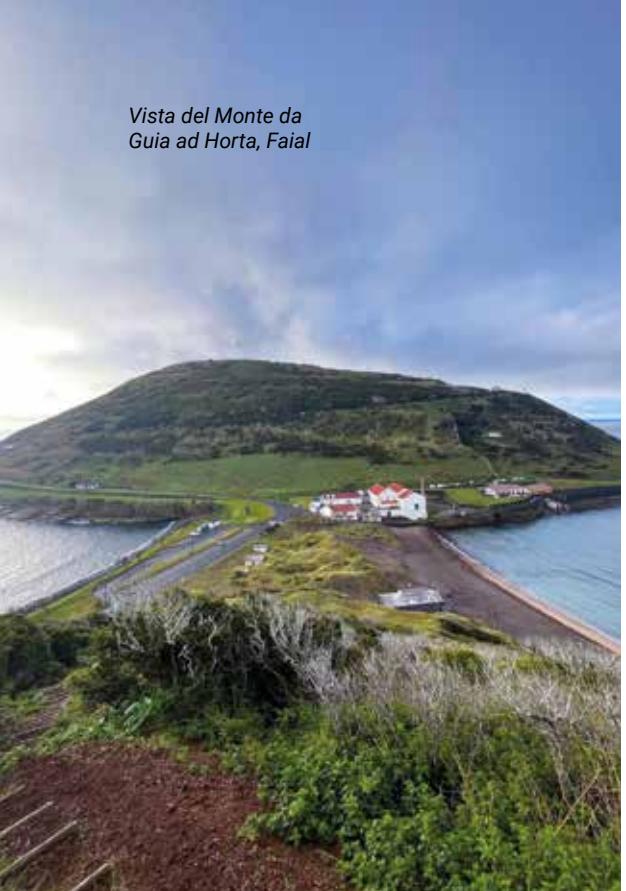
Scorcio sull'isola di Sao Jorge



Uno dei tanti miradouro, belvederi sull'isola di Faial



Vista del Monte da
Guia ad Horta, Faial



Sentiero di colata lavica
all'inizio della salita verso la
vetta del Pico



Giorno 7 ISOLA DI PICO – ISOLA DI FAIAL

Sveglia presto per prendere il primo ed unico traghetto della giornata per Faial. Arriviamo al mattino presto al porto di Horta e partiamo subito per il trekking attorno alla Caldeira, il cratere il cui vulcano ha dato origine all'isola. Il percorso è circolare, tutto in cresta al cratere. Sfortunatamente il vento soffia a raffiche e patiamo un po'. È il punto più alto dell'isola, dal quale si può apprezzare una vista magnifica. Verso ovest vediamo una serie di vulcanini in fila, che si srotolano lungo un sentiero che attraversa tutta l'isola. Il sentiero in cresta dura circa due ore e mezza. Visto che siamo stati veloci e il tempo continua ad essere bello, decidiamo di andare a fare un altro trekking nella zona nord est, a Riberinha. Il sentiero si svolge un po' nel bosco ed è in parte scivoloso. Ci sono gradoni in legno che aiutano a non scivolare ma al tempo stesso sono un po' faticosi da fare. Arriviamo fino all'oceano, dove c'è una piscina in roccia e uno scivolo per arrivare al mare. Pit stop alla spiaggia Praia de Almoxarife, una spiaggia lavica nera, e poi dritto fino a Horta.

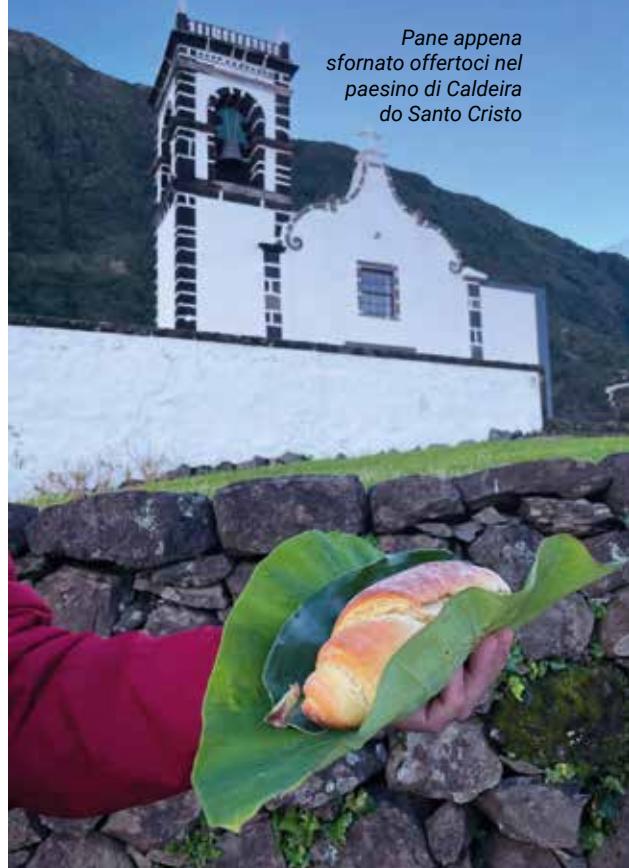
Giorno 8 ISOLA DI FAIAL

Era prevista pioggia in giornata ma non demordiamo; abbiamo capito che il tempo cambia velocemente e ci avviamo verso il trekking a Cabeço verde/cabeço do canto/capelinhos. Quando arriviamo a cabeço verde piove parecchio. Optiamo per saltare la prima parte, quella di cabeço verde, e iniziare un po' più in basso. Scendere ci fa uscire dalle nuvole e la situazione migliora, con solo qualche goccetta di pioggia. Ci incamminiamo quindi verso cabeço do canto, una prima parte ripida e boscosa per raggiungere il cratere. Lo costeggiamo da un lato e ce lo lasciamo alle spalle mentre davanti a noi il panorama si apre verso la costa, il faro e il vulcano capelinhos, uno dei più attivi ultimamente la cui eruzione ha fatto emergere e ha saldato con l'isola di Faial un altro pezzo di terra in circa un anno di eruzioni continue e modifiche del terreno. Per capire meglio la storia e la geografia del luogo visitiamo il museo dell'attività vulcanica che si trova proprio a capelinhos; include anche ingresso al vecchio faro. Il sole che è tornato ad accompagnarci, nonostante le scoraggianti

previsioni mattutine, e continua imperterrita a farci l'occhiolino. Decidiamo di fare un altro piccolo trekking sulla costa, verso Morro do Castelo Branco. Passeggiata gradevole, nell'erba e con vista scogliera.

Giorno 9 ISOLA DI FAIAL

Ultima giornata azzorriana. Approfittando del bel tempo, abbiamo cambiato i piani e aggiunto in corsa un'altra escursione whale watching. Ci vengono a prendere la guida e lo skipper muniti di tute antivento/antiacqua e i salvagenti. Ci infiliamo tutto e partiamo. Poco dopo essere usciti dal porto avvistiamo già i prima delfini comuni, che nuotano e giocano proprio sotto il gommone! Ci spostiamo un po' più al largo e finalmente avvistiamo il solito pennacchio che annuncia la presenza di uno sfiatatoio e relativo cetaceo. Sono più esemplari di capodogli, che sono presenti in gruppi stanziali intorno alle Azzorre. Accanto alle femmine (più grandi) notiamo a più riprese esemplari più piccoli, i cuccioli. La guida ci spiega che i cuccioli sono badati da tutte le femmine del branco mentre gli adulti si inabissano per centinaia di metri per pescare i calamari giganti di cui si cibano. Giriamo la barca verso casa e sulla strada del rientro incontriamo un numeroso gruppo di pseudorche: sono simili ai delfini ma più grossi e con il muso tondeggiante anziché appuntito. Il branco sembra molto curioso e giocherellone: ci passano attorno al gommone, saltando e facendo acrobazie. La visita giunge al termine, 3 ore in barca davvero emozionanti. Il resto della giornata a Horta si svolge in maniera abbastanza indipendente. Qualcuno si cimenta nella passeggiata al monte Guia, un'ora e mezza circa con bella vista sulla baia ed un po' di storia locale che verte intorno a Peter dello storico Caffe Sport di Horta. Qualcun altro si dedica al trekking urbano lungo il porto, dove sono presenti numerosissimi murales di tutti i velisti che fanno tappa qua per la traversata oceanica verso i caraibi. Fa un po' troppo freddo per il bagno a Porto Pim, nella baia di Horta, ma le gambe in acqua si mettono lo stesso, godendosi il sole pomeridiano e l'aperitivo dal bar che dà sulla spiaggia. Chiudiamo in bellezza il nostro viaggio alle Azzorre. ■



Pane appena sfornato offertoci nel paesino di Caldeira do Santo Cristo



Tipica casetta a Sao Jorge, trekking Caldeira do Santo Cristo

Avvicinamento alla speleologia Alla scoperta del buio

Sylvia Mondinelli e Giuliano Rimassa

Un mercoledì sera, uno dei tanti, è sera di riunione settimanale per il Gruppo Speleologico "E. A. Martel" del CAI di Cornigliano. Assieme a Gianluca, presidente del gruppo, mi viene un'idea: organizzare un weekend di avvicinamento alla speleologia per principianti.

Confrontandoci con altri storici componenti del nostro gruppo, si decide di organizzarlo in vero 'stile speleo': tende montate all'interno dello stupendo antro d'ingresso della grotta Pollera e grosso falò per illuminarne la volta, cucinare e riderci tutti assieme intorno.

Perché un weekend di avvicinamento alla speleologia? Il nostro gruppo a settembre 2025 compirà ormai 40 anni di esistenza speleologica e, nello spirito del sodalizio del CAI, si è sempre data importanza alla divulgazione della speleologia in tutti i suoi aspetti tecnici, esplorativi e scientifici al fine di trovare nuovi 'adepti' alle esplorazioni ed allo studio degli ambienti ipogei. Ogni anno - al massimo ogni due - organizziamo un cor-

so di livello di speleologia, linfa vitale per la sopravvivenza del gruppo, al fine di formare nuovi speleologi che possano prendere le redini del gruppo ed organizzare nuove esplorazioni. Sì, perché le grotte conosciute sono una percentuale minima di quelle esistenti.

Come hanno sempre detto gli storici fondatori del gruppo (Franco, Sergio, Carlo), "il Martel è di tutti i soci, chiunque abbia voglia di organizzare delle esplorazioni, il gruppo lo supporta".

Però, in un mondo dove le persone provano un'attività e poi la dimenticano l'anno dopo, abbiamo pensato di far conoscere veramente la speleologia dedicando un weekend intero all'esperienza. In tal modo, se un domani i partecipanti decidessero di frequentare un corso di speleologia, potranno farlo con maggior consapevolezza e - ci auguriamo - maggior interesse.

Ma andiamo al sodo! Lo sforzo organizzativo che il gruppo ha dovuto affrontare non è stato semplice: due tendoni da Campo Base, sei tendine da alpinismo, otto corde da 60

L'antro della Pollera



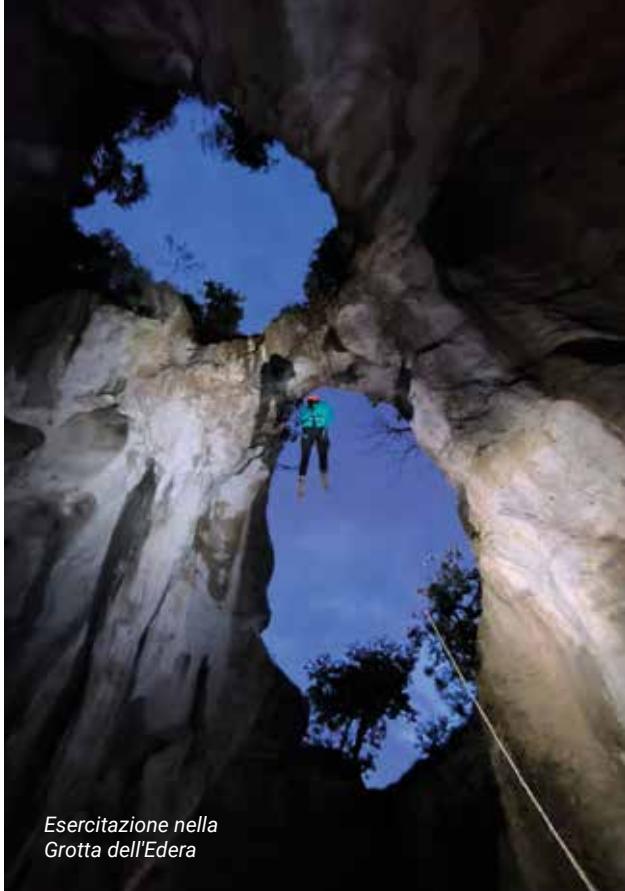
metri, infiniti moschettoni per armare, trapano, sacche d'armo, radio per mantenere tutti i sottogruppi collegati, scalette, attrezzatura personale per i futuri 14 speleologi, vitto per 30 persone per due giorni. Ma come al solito, il gruppo ha reagito al meglio delle sue possibilità con 16 speleologi esperti che hanno partecipato, entusiasti di trasmettere la loro passione ai nuovi e futuri speleologi.

Appuntamento al paesino di Pertì (Finale Ligure), trasbordo di materiale e persone nelle macchine a cui era stata precedentemente concessa l'autorizzazione a percorrere la strada interdetta al traffico normale (ringraziamo il Comune di Finale per il supporto che ci ha dato anche questa volta nell'attività speleologica). Con un po' di viaggi, in un tempo ragionevole, siamo riusciti a portare tutto in materiale e tutte le persone – noi compresi – all'attacco del sentiero.

Il primo insegnamento del weekend non si è fatto attendere: i futuri speleo, come tutti noi, sono stati caricati come dei muli. Gli ingressi delle grotte sono normalmente sui versanti dei monti, o comunque lontani da zone antropizzate. Pertanto, bisogna affrontare lunghi sentieri di montagna con zaini spesso pesanti, talvolta con tratti innevati. Fatica e condivisione della stessa è quello che crea i legami nei gruppi – ed i partecipanti non potevano esserne esenti se l'obiettivo era una *full-on experience*.

Arrivati all'immenso antro che contraddistingue l'ingresso della Grotta Pollera non abbiamo perso tempo e ci siamo messi tutti all'opera: chi dedicandosi agli allievi spiegandogli come sarebbe stata l'attività delle due giornate, cosa è la speleologia e con quali tecniche si affrontano le grotte; chi preparando loro l'equipaggiamento tecnico ed adattandolo alle misure di ciascuno; chi armando con corde statiche le volte esterne dell'antro della Pollera; chi iniziando a fare legna per il grande falò serale che avrebbe poi dovuto rimanere acceso per ore; chi montando il campo con i due tendoni dentro la grotta perché fossero pronti ad ospitare gli allievi a fine giornata quando, stanchi ma (speriamo) felici, vi si sarebbero ritirati a dormire dopo la baldoria intorno al fuoco.

La mattina scorre veloce, forse anche troppo. Le cose da insegnare sono tantissime e tutti devono avere la possibilità di



Esercitazione nella
Grotta dell'Edera



Primi approcci
alle diaclasí

risalire la corda con i bloccanti meccanici (maniglia Jumar e Croll) in diversi percorsi e poi ridiscenderla con il discensore speleo – attrezzatura non sempre banale da utilizzare – ma sempre sotto una nostra supervisione attenta.

Molti allievi provengono dal torrentismo o dall'alpinismo, pertanto non era la prima volta che porgevano al vuoto il loro fondoschiena, dovendosi affidare alle corde. Per altri era invece un'esperienza nuova. Con pazienza ed un sorriso sempre pronto nei momenti di difficoltà, siamo riusciti a far provare tutto a tutti.

Pur trovandoci in una località ligure con clima tendenzialmente mite, l'aria della giornata era frizzante, ma alcuni del gruppo erano sempre attivi a preparare caffè e thè caldo che veniva distribuito tra le varie 'camerate' di corda.

Terminata l'attività tecnica prevista per la giornata, pur iniziando la giornata ad imbrunire, decidiamo di trasferirci alla grotta dell'Edera. D'altra parte "siamo speleo, abituati al buio".

L'obiettivo è di far calare tutti gli allievi, che per ora sono stati bravissimi, dal punto più alto della grotta. Attrezzato il traverso per raggiungere in sicurezza l'arco da cui ci si sarebbe calati, forse per il tramonto, forse

per il buio della grotta illuminata dalle stelle e dalle luci delle lampade frontali, tutti gli allievi sembrano entusiasti. E, una volta terminata la calata, è chiara la loro gioia per ciò che hanno visto e fatto sino a quel momento.

Dopodiché, circa 30 minuti di sentiero ci accompagnano alla Grotta della Pollera. Là, grazie agli amici speleo a capo della "logistica", ci attende un campo ben allestito ed un grosso falò acceso che illumina la volta della grotta, dove cuocerà la carne. Ringraziamo Alice, Carolina, Egle e Sylvia (fortissima componente speleo femminile) per aver preparato torte dolci e salate che sparisco no nel tempo giusto per permettere al fuoco di cucinare la carne. Accompagnata da buon vino, la serata trascorre tranquillamente fra racconti di esplorazioni ipogee, sino al momento dell'ultima prova della giornata... la risalita della scaletta – tecnica che fino a circa 60 anni fa si utilizzava per affrontare i tratti verticali delle grotte, ma che oggi fa parte della storia della speleologia. La grotta illuminata solamente dal falò, le scalette appese nel vuoto e speleo che incitano altri amici speleo a mettere in pratica quella faticosa ed ormai dimenticata tecnica di progressione in grotta. Poi ancora le stelle, la luna, le risate ed ecco che ci dimentichiamo

Ombre finali



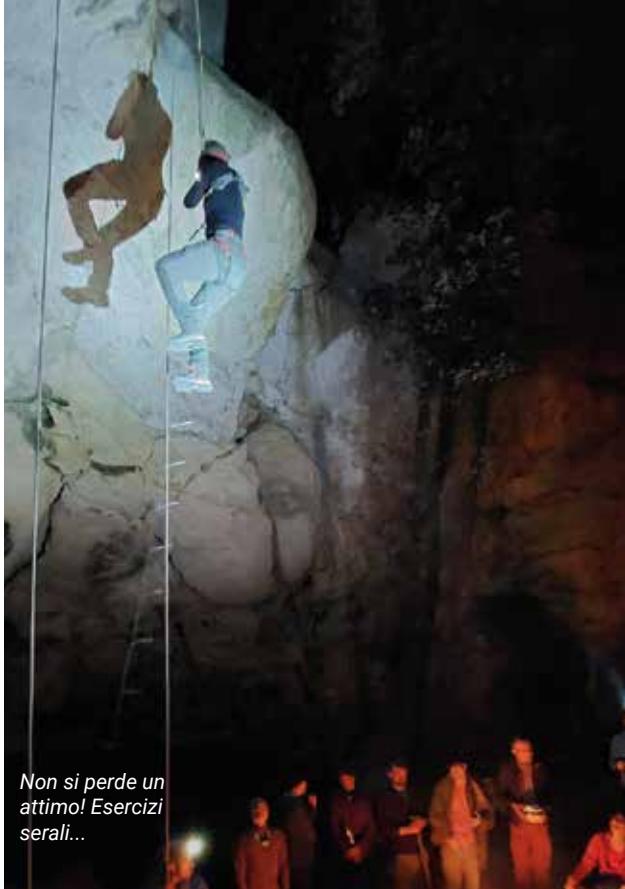
dell'orologio.

È l'ora della nanna. C'è chi è già abituato a dormire in tenda e chi non lo è. Sicuramente per tutti gli allievi è la prima volta in tenda dentro una grotta! Volutamente abbiamo deciso di far dormire tutti gli allievi sistemando i sacchi a pelo l'uno a fianco all'altro, nonostante sino al giorno prima non si conoscessero neanche, perché la speleologia è anche questo, amicizia vera e fraterna. Quando si esplora una grotta, devi avere massima fiducia dei tuoi compagni.

La mattina dopo ci si sveglia un po' doloranti. Dormire in tenda non è mai come dormire dentro il letto di casa. In più gli allievi il giorno prima avevano affrontato sforzi a cui i loro corpi non sono (ancora) abituati. Ma gli speleo del gruppo di prima mattina accendono il fuoco, preparano il caffè, scalzano le brioches e via, inizia la *sacra vestizione* che preannuncia l'ingresso in grotta.

Per ora gli allievi hanno per ora affrontato l'altezza delle volte della Grotta Pollera, che sono all'aperto dove la luce del sole o delle stelle ancora filtra attraverso il bosco. Hanno poi affrontato la Grotta dell'Edera, un grosso pozzo alto circa 40m, con un diametro di circa una ventina di metri privo di 'soffitto' perché, nella notte dei tempi, quando l'acqua ha abbandonato questa cavità trovando una via d'uscita, il soffitto è crollato per mancanza di sostegno.

Ma oggi si fa sul serio: oggi dovranno affrontare per la prima volta il buio della speleologia. La grotta ha due portali d'ingresso, uno a Ovest ed uno a Sud-Ovest (dove sabato abbiamo montato le tende). Quest'ultimo, ampio e imponente, raggiunge l'altezza di 15 metri e una larghezza di circa 30, luogo dove sabato abbiamo sceso e risalito le corde. Ci dirigiamo verso la vasta e quasi pianeggiante Sala Perrando, la quale in parte sprofonda in un pozzo ed in parte degrada lungo un pendio fangoso ripido e sdruciolavole di circa 50 metri (lo Scivolo). Per affrontare la discesa in sicurezza decidiamo di posizionare una corda, così da poterci muovere fino al Salone Issel. Terminata la discesa in corda, ci troviamo in un ambiente detto "di crollo": ovvero formato in epoche molto remote dal distacco di enormi blocchi di roccia dalla volta della cavità originaria. Questi massi, piastrellando l'intero pavimen-



Non si perde un attimo! Esercizi serali...



Una sosta durante la progressione



to, hanno creato un ampio tavolato interrotto qua e là da profonde fessure: il Plateau.

L'esplorazione prosegue tra i blocchi della frana, seguendo la traccia suggerita dal corso del torrente ipogeo. Seguendolo attraverso strette diaclasi verticali (fessure spesso bagnate e scivolose) e contorti passaggi tra i massi, raggiungiamo la Sala Gestro per poi dirigerci verso il Pozzo degli Scemi. Ripercorriamo quello che, negli anni Sessanta, alcuni speleologi, con grande caparbietà ed encomiabile tenacia, riuscirono a immaginare ed affrontare: un labirintico passaggio. Ci dirigiamo poi verso l'alto sino al vertice della frana; da qui, scendendo sul lato opposto in una forra fossile (ovvero un letto abbandonato di un antico torrente), arriviamo alla Sala del Presepio.

Qui l'avventura in grotta si conclude, ma non prima di aver avuto un assaggio di cosa sia immergersi nel buio assoluto: un'esperienza unica. Decidiamo di spegnere tutte le lampade frontali e restiamo in completo silenzio... Lascio a voi che leggete immaginare le sensazioni che si possono provare in quei momenti in cui non un raggio di luce raggiunge la nostra cornea – e non esiste intervallo di tempo possibile per adattare la nostra vista a quell'infinita ombra.

È ormai ora di uscire, che in grotta significa ripercorrere a ritroso tutto il cammino – questa volta verso l'alto. Un po' stanchi ma felici ci dirigiamo nuovamente verso l'immenso Salone Issel, ci attacchiamo alla corda per risalire lo Scivolo e, infine, rivediamo la luce del sole lasciandoci alle spalle il vero buio speleologico. Ancora una volta la giornata è volata via; è il momento di caricare sulle spalle i pesanti zaini e affrontare il sentiero verso le auto. Con le lampade frontali accese concludiamo questa avventura sotto la luce della luna.

Con la speranza di incontrare questi nuovi amici e di accogliere altri aspiranti speleologi nei nostri corsi di primo livello, noi del Gruppo Speleologico "E.A. Martel" speriamo che questa esperienza lasci un segno nel cuore di chi l'ha vissuta, ispirando a raccontare la straordinaria bellezza delle grotte, l'emozione unica di esplorarle e, soprattutto, il loro inestimabile valore scientifico e archeologico, affinché possano essere protette e valorizzate per le generazioni future. ■

Il gruppone al completo



*La vestizione
dei neofiti*



*Allegria intorno al
fuoco*



Torrentismo localista In Two The Beigua

GOA Canyoning

Mentre delle epiche narrazioni del primo raid torrentistico "Into The Beigua", il Gruppo Torrentistico GOA dopo 10 anni decide di ripetere il girovagare torrentistico nelle foreste del Parco omonimo, per l'appunto "In Two The Beigua".

Visto che sono trascorsi molti anni e, come si usa dire, "l'età media si è notevolmente alzata", organizziamo una versione un po' meno faticosa dell'originale, almeno sulla carta. Rispetto alla prima edizione, che era completamente itinerante con due differenti bivacchi, quest'anno viene deciso di avere una base fissa, il benedetto Rifugio Sambugu.

Nei weekend precedenti compiamo alcuni lavori di pulizia dei sentieri e di revisione degli ancoraggi e, grazie anche al mitico Sergione, alcuni di noi qualche giorno prima

vanno al rifugio per sistemarlo, controllare la stufa, portare viveri non deteriorabili e accatastare la legna. La fortuna è bendata, ma la sfiga ci vede benissimo... nonostante sia giugno, 3 giorni di fresco e pioggia ci faranno consumare tutta la legna tagliata, per scaldare il rifugio ed asciugare le mute.

Venerdì 14 giugno 2024 dopo il lavoro ci vediamo quindi in 9 (Skeno, Erika, Dorwal, Ale, Diego, Gabriele, Matteo, Pier, Giuliano) a Campo, dietro Arenzano, dove inizia il sentiero che in circa un'ora e mezza ci porterà al tavolaccio dove dormiremo. Iniziamo la salita con i soliti zaini belli carichi... non si capisce perché, pur avendo portato viveri precedentemente e pur avendo limitato l'attrezzatura al minimo necessario, il peso da mettere sulle spalle non diminuisce mai! Per non farci mancare nulla, durante l'avvicina-

*Meritata pausa
pranzo al Cian da
Nave*



mento prendiamo anche un bell'acquazzone; speravamo che almeno la prima notte non l'avremmo passata all'umido, ma così non è stato.

Arriviamo al rifugio con il primo imbrunire, il tempo di sistemare i giacigli, accendere la stufa ed ecco che si cena a lume di candela. Si gareggia a sparare *belinate* per far arrivare l'ora in cui buttarci nel sacco a pelo, il rifugio è accogliente, la stufa fa il suo dovere, tutto sembra perfetto per passare una notte relativamente comoda ma, come detto precedentemente, la sfida ci vede! Poco prima di mezzanotte, mentre alcuni di noi stanno scambiando le ultime battute davanti ad un bicchiere di vino, la porta del rifugio si apre ed appaiono 4 fradici escursionisti torinesi, venuti a fare un trekking sul Beigua.

Vista l'ora, vista la pioggia, visto che non sono così pratici da raggiungere l'altro riparo che dista circa un oretta dal Rif. Sambugu, a dispetto della tipica accoglienza ligure e nello spirito di solidarietà che dovrebbe essere insito nei frequentatori della montagna, ci si arrangia: chi dorme per terra, chi sui tavoli o sulle panche ed infine riusciamo tutti ad avere un giaciglio per passare la notte, passata con in sottofondo il rumore della costante pioggerellina fine che ci accompagnerà per tutto il sabato.

Al mattino successivo la prima cosa da fare subito dopo il risveglio è quello di accendere, come diciamo noi genovesi, la stiva perché il rifugio è sempre umido e freschettò. Sicuramente il nostro gruppo non assomiglia, nell'organizzazione e nella metodicità, ad una tribù Sioux. La legna della stufa è bagnata, due chiacchiere durante la colazione, preparare gli zaini nel caos che regna sovrano... il risultato è che l'orario deciso la sera prima per mettersi in cammino viene sforato drammaticamente. Percorriamo, avvolti in una nebbiolina che non invoglia certo ad entrare in acqua, il sentiero in ripida salita che, in circa mezz'ora, ci porta su un poggetto da cui è visibile il rio dei Guadi, nostra prima discesa della giornata. L'abbondante pioggia dei giorni precedenti fa sì che troviamo il nostro torrente con una portata d'acqua giusta per divertirsi. Scendiamo fra serenità, risate ed il giusto brivido quando l'acqua entra nelle mute.

Terminato il rio, come da programma, il



Il passaggio
chiave del
Cu du Mundu



La strettoia del Rio
dei Guadi-Negrone



gruppo risale il sentiero dell'Ingegnere per poter scendere il Rio Cu du Mundu. Nel sentiero di avvicinamento, con una stima dell'orario di appuntamento neanche troppo sbagliata, ci troviamo con altri tre amici del GOA (Andrea, Lucia e Marco) che si uniscono per la discesa del secondo torrente.

Alcuni di noi, molto saggi (o troppo disfattisti?), erano dubbiosi sulla tempistica della giornata, ma la forza del gruppo ha la meglio. Pertanto, indossate le mute e rifatti gli zaini, si iniziano a scendere le 14 calate della forra. Come temevamo, avendo sentito rumori salire dalla forra durante l'avvicinamento, a metà forra troviamo, per la gioia soprattutto di Ale e Skeno, un cospicuo gruppo che sta facendo un corso di canyoning. Nel torrentismo, una volta entrati nella forra difficilmente si riesce a 'sforrare' (cioè uscire prima dal torrente) e non è immediato superare gruppi più lenti. Non resta che rassegnarsi ed aspettare il momento del 'sorpasso'. Con meno risate rispetto al rio dei Guadi, con qualche brivido di freddo in più e sicuramente sforando nuovamente la tabella di marcia, si porta a termine anche

il Cu du Mundu. Ora non ci resta che risalire il sentiero per tornare all'agognato rifugio Sambugu.

Per fortuna alcuni di noi, che avevano deciso di non scendere la forra bis, hanno impiegato il tempo litigando con la stufa che si opponeva all'accensione, per via della legna sempre più zuppa. Dopo molto impegno la resistenza della stiva viene sopraffatta e si scalda l'acqua della pasta, fondamentale per ripristinare il buon umore del gruppo.

Menzione d'onore per un neo-torrentista ma buon speleologo (di cui ometteremo il nome...) che è scomparso dopo la prima forra, avendo immediatamente capito di essere finito in una gabbia di pazzi! A proposito di matti, per l'ora di cena, sempre sotto una coltre di nebbia, ci raggiungono altri 4 amici del Gruppo Speleo Martel (Egle, Manal, Mauro e Jonas di soli 2 anni) per cenare con noi, aggiungendo qualche prelibatezza.

La serata passa nel miglior modo che ci si potesse aspettare, tra tante risate, ottime portate a lume di candela e legna umida... però se l'indomani si vuole scendere altri torrenti, bisogna rinchiudersi nei sacchi a

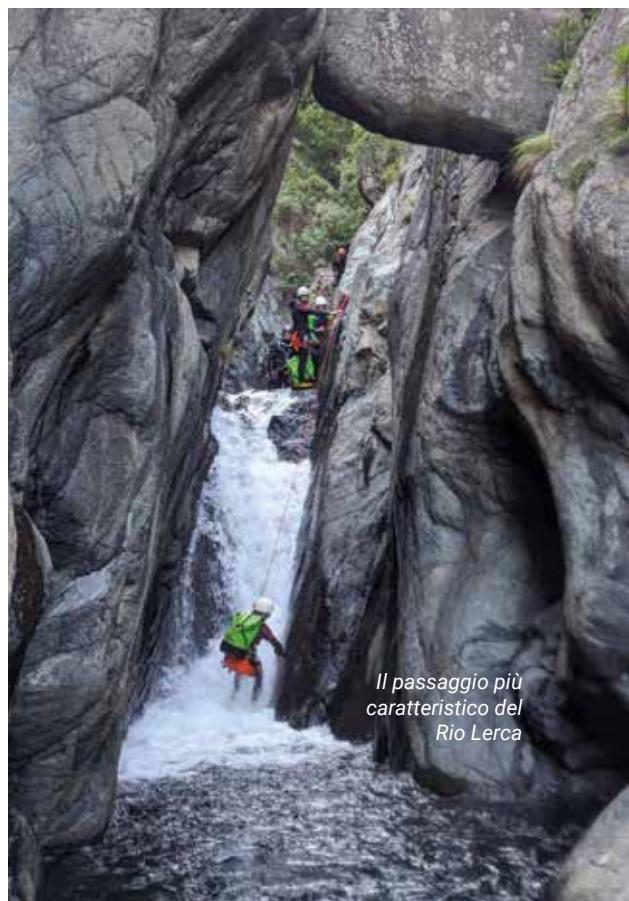
pelo. Gli amici saliti per la cena rientrano alle macchine, improvvisamente sotto una bella stellata!

Anche la giornata seguente comincia nella nebbia, cincischiamo un po' nell'umidanza e poi partiamo in direzione del Rio Lerbin. Una bella passeggiata sul sentiero C5 - purtroppo in via di infrascamento - ci porta all'attacco, dove veniamo premiati da una bella schiarita.

Avendo lasciato definitivamente il Sambugu siamo di nuovo carichi come ciucci, addirittura abbiamo con noi un sacco della spazzatura e la velocità di progressione ne risente un po'. Arriviamo comunque al Cian da Nave verso le 14, ci rifocilliamo sotto un bel sole e raggiungiamo le auto per abbandonare i pesi inutili. Ma non è ancora finita. O meglio, qualcuno vorrebbe che lo fosse e cerca di sabotare con scuse puerili il completamento del giro previsto, ma alla fine il desiderio di epicità ed i sensi di colpa prendono il sopravvento. Skeno consegna le magliette stampate per l'occasione mettendo in atto un ricatto morale che sa di capolavoro e ripartiamo verso la degna conclusione, la discesa del Rio Lerca. L'orario è inconsueto - sono ormai le 17 - e questo fa sì che vediamo il rio, percorso decine di volte, sotto una luce diversa. L'aria è particolarmente tersa ed il sole pomeridiano entra nella forra esattamente alle nostre spalle, creando trasparenze nuove nell'acqua più cristallina che mai. La discesa si rivela un vero spettacolo, un'ora e mezza che lava via la stanchezza dei giorni precedenti. Ed alla fine rimane solo la felicità per tre giorni spesi con gli amici ed in mezzo alla natura, a due passi da casa. ■



Erika 'scherza'
con il Lerbin



Il passaggio più
caratteristico del
Rio Lerca

Escursione Fotografica Intersezionale A caccia di immagini nel finalese

Patrizia Lanna

Come promesso continua in veste invernale il progetto sull'approfondimento nel mondo della fotografia. Continua la collaborazione con Michela e Anna della sezione di Biella e anzi si rafforza, questa volta eravamo in totale 20 persone, divise equamente tra biellesi e genovesi. I nostri compagni biellesi ci hanno seguito ancora più curiosi di scoprire altri aspetti della Liguria oltre a quelli consueti.

La scelta, per cui dobbiamo ringraziare Vittoria e Maurizio, è caduta su una parte del finalese, tra Finale Ligure e Borgio Verezzi, in cui storia e natura si incontrano creando spazi ideali per la fotografia. In questa occasione abbiamo rafforzato il significato della nostra 'missione' come ONC (Operatori Naturalistici e Culturali) con racconti e curiosità legati alla storia e alla conformazione del territorio.

Una considerazione: escursione fotografica è una definizione restrittiva per una gita in cui riusciamo a parlare di fotografia, video, storia, fauna, flora, architettura e... che altro? I tempi di queste giornate non sono condizionati dall'arrivo alla cima, ma al gusto di riempire occhi e mente di suggestioni.

L'itinerario è partito dal Monastero Benedettino di Finalpia (fondato con Bolla del Papa Sisto IV del 21 settembre 1476) con una visita guidata e dove abbiamo trovato ospitalità per la notte. La tappa successiva è stata nel Parco Archeologico di San Lorenzino in cima alla collina con vista mozzafiato verso il mare e scendendo il nostro interesse è stato Boragni, eccellente esempio di borgo fortificato.

Un passaggio davanti al mare, al tramonto prima di una cena ligure, ci ha regalato immagini incantevoli. La domenica, da Verezzi, abbiamo percorso un po' della via dei Carri



Matti, un po' del Sentiero Natura. La ricerca dello scatto perfetto, tra testimonianze di generazioni di contadini-muratori, scalpellini e cavatori, ha dato i suoi frutti: molte fotografie, tanta attenzione e curiosità.

Per finire in bellezza abbiamo dedicato un po' del nostro 'viaggio' al sole sul mare dalla piazza di Verezzi, il paese del teatro, dove ogni anno dal 1967 tra luglio e agosto si svolge il Festival Teatrale di Borgio Verezzi.

La vista di panorami mozzafiato, di antichi reperti della storia degli uomini, tra fatiche e devozione, il cammino tra pietra ed esuberante macchia mediterranea ci ha consentito di portare a casa immagini e storie da raccontare.

Per noi organizzatori è stata una grande soddisfazione, ringraziamo ancora Vittoria e Maurizio che hanno suggerito questi itinerari e le loro caratteristiche, che ci hanno accompagnato e offerto la loro fantastica compagnia e amicizia... e anche altro.

Ringraziamo tutti i partecipanti che hanno contribuito a rendere così piacevoli e costruttive le due giornate trascorse insieme. Tra le osservazioni che hanno seguito l'escursione una in particolare mi ha colpito. Giovanna ha notato con piacere lo spirito dell'escursione intersezionale, pensando a come la passione per la montagna e per la fotografia hanno avvicinato così tanto persone sconosciute ed a quanto sia stato bello e divertente vedere persone di città diverse amalgamarsi e confrontarsi.

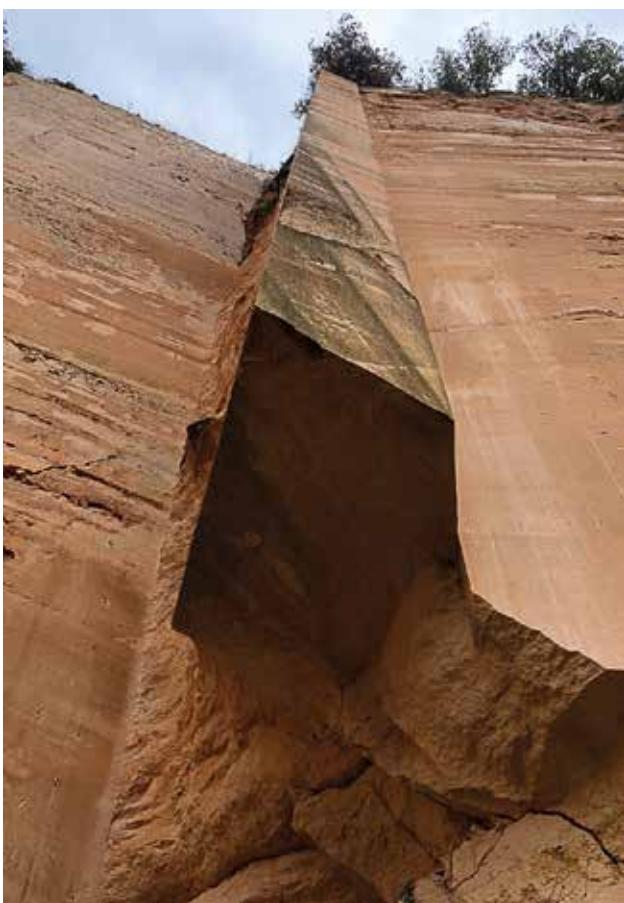
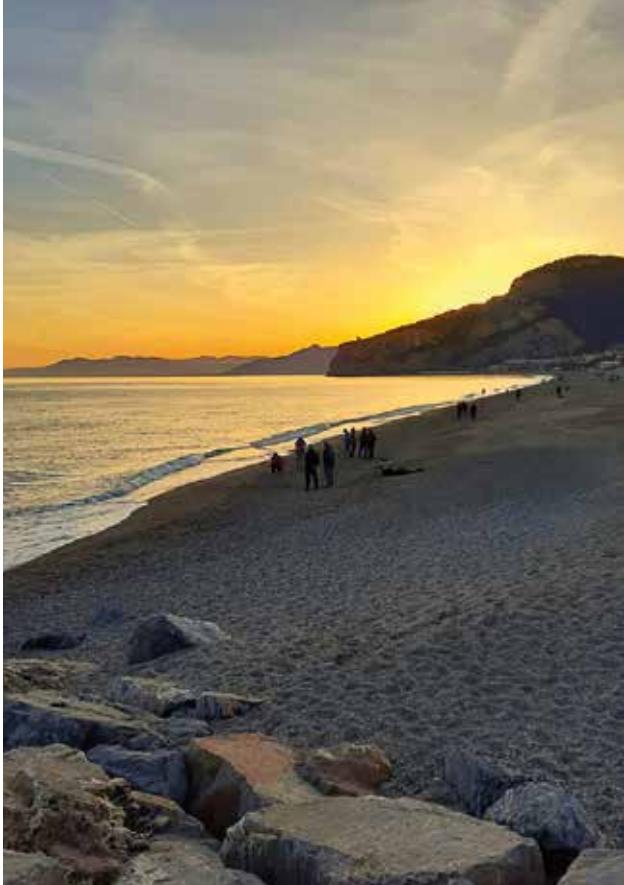
Abbiamo ancora molto da raccontare, la prossima "Escursione fotografica" è in preparazione... Quindi a presto, con le macchine fotografiche pronte e l'entusiasmo della scoperta! ■

Partecipanti

Direttori di gita: Michela Talon, Anna Maserpa, Giovanna Vinci

I fotografi: Alberto Testa , Marzia Pozzato, Gozzola Danilo, Rossana Lanna, Vermi Mirella, Claudia Casoni, Giorgio Passuello Benvenuto, Pieri Monica, Franciosi Paola, Anna Maria Pessino, Gian Carlo Nardi, Fulvia Negro, Ana Ene, Giovanna Burlina

Le nostre guide: Vittoria Poggi, Maurizio Palazzo



Una lettura insolita della storia dell'Alpinismo Intellettuali e Alpinismo

Lorenzo Bonacini

La lettura delle molte "Storie dell'Alpinismo" che la bibliografia di montagna offre, normalmente soddisfa la conoscenza e l'ammirazione per le imprese avvenute sulle montagne e per gli uomini che ne sono stati protagonisti. Inutile negare che, senza figure mitiche dell'alpinismo, come Whymper, Preuss, Cassin, Buhl, Bonatti, Messner, le storie raccontate perderebbero buona parte del loro fascino.

Personalmente ho osservato come non tutti gli alpinisti fossero "campioni", professionisti o guide, ovvero uomini di montagna tout-court. Molti sono appartenuti alla categoria dei semplici appassionati, persone che dedicavano alla montagna il loro tempo libero. Direi che questa condizione è la più comune a tutti i frequentatori, anche contemporanei, e forse alla maggioranza dei soci CAI.



Tuttavia, esiste una categoria che mi ha particolarmente incuriosito: quella di lettori, uomini di cultura o intellettuali che sono stati anche alpinisti. Questi personaggi illustri hanno dimostrato che per andare in montagna occorre coraggio, ma anche equilibrio psicologico e intelligenza. Che non è un'attività solo sportiva o agonistica, un mero superamento dei propri limiti, fisici o mentali, da alcuni ritenuta per sconsiderati e incoscienti.

Ho qui selezionato alcune di queste celebrità. Alcuni hanno compiuto exploit notevoli, entrando a far parte del Club Alpino Accademico Italiano, e alla loro memoria sono intitolati molti rifugi delle Alpi.

Tralascio volutamente gli stranieri, attivi durante il periodo storico-romantico della conquista delle Alpi. Appartenevano quasi tutti all'alta borghesia britannica e potevano contare su patrimoni considerevoli, che permettevano loro lunghe permanenze a caccia di "prime" vittoriose, ma faccio un'unica eccezione per il ginevrino **H. B. De Saussure** (Conches 1740 - Ginevra 1799). Scienziato svizzero, il cui primario interesse scientifico, espressione dell'epoca illuminista, lo spinse alla conquista del Monte Bianco, diventando successivamente un tenace salitore di montagne. Egli è considerato il fondatore dell'Alpinismo.

Tornando agli italiani, menzione particolare merita **Francesco Petrarca** (Arezzo 1304 - Arquà 1374). Scrittore, poeta, filosofo, filologo. Nella relazione della sua escursione al Monte Ventoux in Provenza, riferisce impressioni ed emozioni, che solo secoli dopo saranno espresse dagli alpinisti dopo aver raggiunto altre vette. È per questo testo storico che il Petrarca è insignito del primato alpinistico.

Quintino Sella (Sella di Mosso 1827 - Biella 1884). Ingegnere, mineralologo, scienziato, politico, statista, ministro delle finanze. Coltivò la passione per la montagna fin dall'età giovanile, che da adulto lo porterà sul Monvi-

so, nella prima ascensione completamente italiana. Lì nasce l'idea di fondare un Club Alpino, a somiglianza dell'Alpin Club inglese. Fu il primo Presidente del CAI, prima associazione nata dopo l'Unità d'Italia.

Giovanni Barracco (Isola di Capo Rizzuto 1829 - Roma 1914). Barone, senatore, intellettuale, collezionista, bibliofilo, mecenate. Reduce da importanti esperienze alpinistiche sul Bianco e sul Rosa, partecipò alla salita del Monviso con Quintino Sella e fu cofondatore del CAI, rappresentandone l'area meridionalista.

Damiano Marinelli (Ariccia 1843 - Macugnaga 1881). Esploratore, precoce viaggiatore, intellettuale. La sua notevole attività alpinistica si interruppe sotto una valanga nell'inviolato canalone che ne ha preso il nome, sulla Est del Monte Rosa.

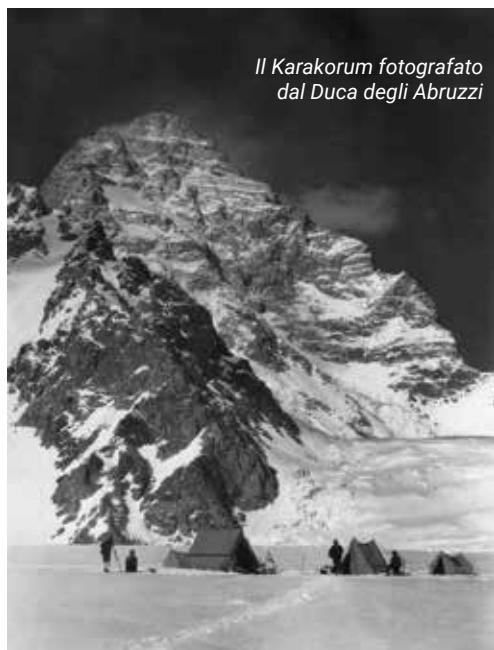
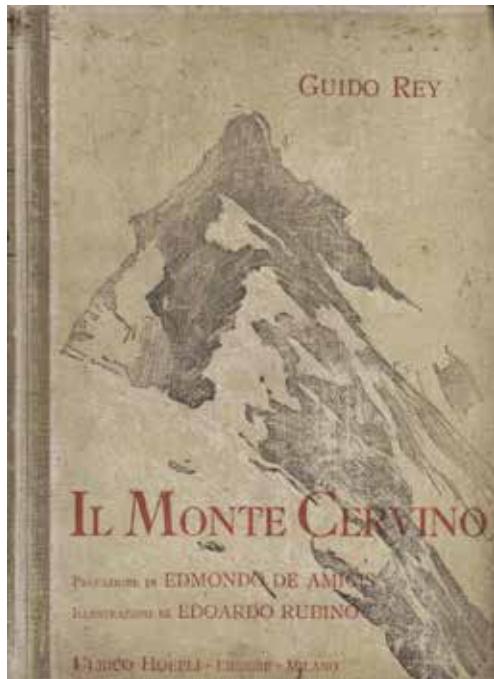
Achille Ratti (Desio 1857 - Città del Vaticano 1939). Sacerdote, insegnante, arcivescovo, eletto Papa col nome di Pio XI. Prima di divenire Papa, vantò imprese di alto valore alpinistico, tra cui le prime vie sull'allora inviolata parete Est alla Punta Dufour (Monte Rosa) e sulla Sud al Monte Bianco.

Guido Rey (Torino 1861 - Torino 1935). Viaggiatore, scrittore, fotografo. Autore di un celebre libro sul Cervino, ove aprì anche la via sulla cresta del Furggen. Molte altre vie aperte nelle Alpi, tra cui spicca lo sperone Sud alla Punta Dufour (Monte Rosa).

Luigi Amedeo di Savoia - Duca degli Abruzzi (Madrid 1873 - Villaggio Duca degli Abruzzi in Somalia 1933). Nobile di casa Savoia, ammiraglio, esploratore. Spedizioni in Alaska (Monte Saint Elias), in Africa (Monte Ruwenzori). Da citare anche la spedizione alla conquista del Polo Nord, a bordo della nave Stella Polare, che raggiunse la latitudine Nord più avanzata dell'epoca; il tentativo di ascesa al K2 e il nuovo record mondiale di altitudine.

Pier Giorgio Frassati (Torino 1901 - Torino 1925), studente, sportivo, impegnato in ambito sociale e religioso. La sua attività avvenne soprattutto come socio della Giovane Montagna. È stato beatificato. In ogni regione d'Italia, il CAI ha dedicato un sentiero alla sua memoria.

Dino Buzzati (San Pellegrino di Belluno 1906 - Milano 1972). Scrittore, giornalista (Corriere della Sera), pittore, musicista,



drammaturgo. Autore de "Il deserto dei Tartari", vincitore del "Premio Strega". Le sue opere si ispirarono quasi sempre ai monti e da esse scaturirono famosi film. Le montagne, soprattutto le Dolomiti, videro Buzzati salitore fin da giovane e lo impegnarono in salite, mai banali, per tutta la vita.

Dante Livio Bianco (Cannes 1909 - Val-



le Gesso 1953). Avvocato, scrittore, attivo nella guerra partigiana, che gli valse la Medaglia d'argento al valore militare. Alpinista attivo con molte prime nelle Alpi Marittime e pioniere dello scialpinismo.

Renato Chabod (Aosta 1909 - Ivrea 1990). Avvocato, politico, senatore, presidente generale del CAI, membro CAAI. Aprì un gran numero di vie in Alta Montagna (Valle d'Aosta) compagno dei migliori alpinisti del momento. Eccelleva nei tratti di ghiaccio.

Massimo Mila (Torino 1910 - Torino 1988). Musicologo, critico musicale, giornalista, scrittore, vincitore del "Premio Viareggio". Antifascista, fu imprigionato per cinque anni; dopo il rilascio fu partigiano. La sua attività alpinistica fu molto intensa, per cui si distinse in numerose prime ascensioni, prevalentemente in alta montagna. Membro CAAI.

Fosco Maraini (Firenze 1912 - Firenze 2004). Antropologo, orientalista (visse a lungo in Giappone), viaggiatore, esploratore, fotografo, scrittore, poeta. Come alpinista predilesse le Alpi Apuane, apprendo numerose vie, e le Dolomiti, dove arrampicò con i migliori alpinisti dell'epoca. Partecipò a varie spedizioni, come sul Gascherbrum IV e sul Saraghlar Peak. Divenne membro del CAAI.

Spiro Dalla Porta Xydias (Losanna 1917 - Trieste 2017). Scrittore, insegnante, giornalista, regista teatrale, fondatore e direttore del Teatro Stabile di Trieste. Alpinista con all'attivo oltre cento prime, soprattutto nelle Alpi Orientali. A lungo Presidente del GISMO - Gruppo Italiano Scrittori di Montagna, scrisse una quarantina di libri, vincendo molti premi letterari. Fu membro del CAAI.

Primo Levi (Torino 1919 - Torino 1987). Scrittore, saggista, chimico, partigiano superstite dell'Olocausto. Autore del notissimo "Se questo è un uomo". Durante la sua esistenza ha sempre frequentato la Montagna, senza fare salite estreme, ma godendo intensamente delle sensazioni che provava.

Karol Wojtyła (Wadowice Cracovia 1920 - Roma 2005). Sacerdote, professore di filosofia, Arcivescovo di Cracovia fu eletto Papa Giovanni Paolo II. Proclamato Santo nel 2014. Appassionato di montagna, che già frequentava nella sua Polonia. Anche da Papa, si concedeva qualche escursione

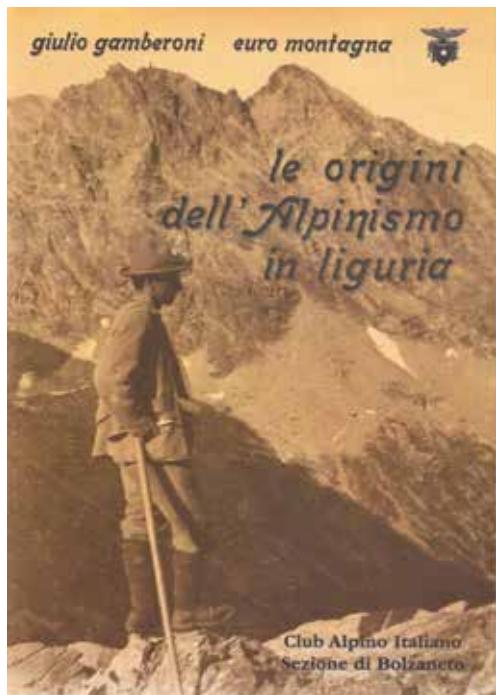
e sciata nel Lazio, normalmente al martedì, quando gli impegni ecclesiastici lo consentivano. Abituale escursionista durante i soggiorni estivi in Valle d'Aosta e in Cadore. Celebri le sue sciate estive sui ghiacciai dell'Adamello, che frequentò per oltre vent'anni.

Luigi Bettazzi (Treviso 1923 - Albiano d'Ivrea 2023). Sacerdote, Vescovo e Padre conciliare, conferenziere, aperto alle istanze sociali e pacifiste; con il sostegno all'obiezione di coscienza, fu anche Presidente di "Pax Christi". Grazie alla sua costante passione per la montagna, a partire dall'Appennino Bolognese, vicino alla sua prima sede vescovile, in seguito in Val d'Aosta, Valchiussella e Valle dell'Orco, nelle prossimità di Ivrea, sua nuova sede vescovile, si dedicò alla fotografia, ritraendo tutte le cappelle e i piloni votivi che incontrava sul suo cammino. Con le guide fece anche qualche ascensione importante, come il Cervino.

Non posso qui dimenticare le donne, le quali - nonostante la storia le abbia costantemente messo in secondo piano - sono da celebrare come massime alpiniste del loro tempo.

Mary Varale, nata Maria Gennaro (Marsiglia 1895 - Genova 1963). Prima di "convertirsi" all'alpinismo fu un'intellettuale, sofisticata anticonformista, femminista appassionata di moda, che persisterà indossando l'inconfondibile giacca rossa in tutte le sue imprese. La metamorfosi la insignì come supremo esempio di pioniera dell'alpinismo femminile. Furono suoi maestri e compagni i migliori alpinisti del momento, con cui condivise prime famose, come lo Spigolo Giallo alla Piccola di Lavaredo. Arrivò a vantare ben 217 salite da prima, da seconda di cordata e in solitaria. Si dimise dal CAI (allora Centro Alpinistico Italiano) per aver riscontrate e contrastate discriminazioni maschiliste ispirate dal momento storico e dettate dal fascismo.

Nini Pietrasanta (Bois-Colombes 1909 - Arese 2000). Appartenente all'alta borghesia milanese. Studiò musica, pittura, fotografia, crescendo in ambiente intellettuale. Visse la montagna fin da giovane. Grazie alla frequentazione di alcuni maestri d'alpinismo, migliorò tecniche e compì salite importanti. Divenne moglie e compagna di cordata di Gabriele Boccalatte, con cui realizzò



storiche ascensioni, sino alla morte di lui.

Anche nella nostra Liguria, a Genova in particolare, esistono molti esempi di Alpinisti non professionisti. Cito qui solo alcuni dei molti pionieri. Alcuni di loro parteciparono, nel 1904, alla nascita del CAAI, distinguendosi allora, come alpinisti frequentatori della montagna senza aiuto delle Guide: Lorenzo Pareto, Giuseppe Imperiale di Sant'Angelo, uno dei protagonisti della prima ascensione italiana al Monte Bianco, Luigi Mattia D'Albertis, Arturo Issel, Cesare Gamba, Evan Mackenzie, Lorenzo Bozano, Giovanni Dellepiane, Jacques Guiglia, Bartolomeo Figari, che diventò Presidente generale CAI e promotore del Soccorso Alpino, Emilio Questa, Attilio Sabbatini.

Sono solo esempi degli oltre cento alpinisti genovesi, quasi tutti soci della Ligure, i cui profili e gesta compaiono dell'imperdibile libro "Le origini dell'Alpinismo in Liguria" (2012) di Giulio Gamberoni ed Euro Montagna.

Concludendo questa carrellata di donne e uomini celebri, sono consapevole di averne trascurato molti. Ne chiedo venia. Lascio ad ognuno la soddisfazione di ricercare e approfondire altri illustri personaggi/alpinisti.

lessthan30fromhome

Raccontare un'altra Genova

Roberto Schenone

In periodo di lockdown e restrizioni in molti (ed io fra questi) hanno cominciato a passare sempre più tempo sui social e, dopo l'ennesima volta in cui i nipoti bollavano Facebook come "roba da boomer", decisi di dare un'occhiata anche ad Instagram, ad un primo sguardo il paradiso di influencer, nani e ballerine. In questo vortice di immagini ritoccate, maestri di filosofia spicciola, addominali e sederi, reels di calciatori e challenge idiote, mi sono imbattuto in un account 'anomalo' che parlava di Righi e Monte Fasce, di val Cerusa e Croce du Fò. "lessthan30fromhome" il nome dell'account, un nome che è già un inno al localismo. "A meno di 30 minuti da casa", in italiano. "Raccontiamo un'altra Genova" recita il sottotitolo. Ed in effetti le proposte presentate sono quasi tutte all'interno del Comune di Genova, con rarissimi sconfinamenti nei comuni limitrofi. Si intuisce, dalla grafica moderna ed accattivante e dal linguaggio delle risposte ai commenti che i curatori dell'account devono essere giovani, ai miei occhi un'altra anomalia, visto che raramente sui monti

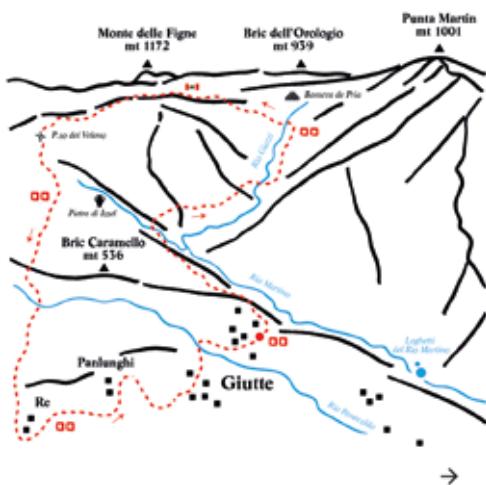
dietro casa incontro qualcuno più giovane di me (e non dovrebbe essere difficile dati i miei 56 anni). Dopo un bel po' di mesi di following silente, la curiosità vince e decido di utilizzare un DM (*direct message*) e contattare chi gestisce l'account.

E così finisce che incontro Edoardo ed Emanuele, effettivamente giovani, entrambi trentenni, davanti ad una birra. Dovrei 'intervistarli', ma facciamo fatica a seguire un percorso lineare, ogni pretesto è buono per raccontare o consigliarsi una gita o un luogo da scoprire e si divaga piacevolmente su tanti argomenti. Emanuele Crovetto, che ha studiato architettura e ora lavora in ambito sportivo, si occupa principalmente della parte grafica e fotografica dell'account. Edoardo Testa, laureato in giurisprudenza e attualmente studente di Scienze umane dell'ambiente del territorio e del paesaggio, nonché Guida Ambientale Escursionistica prepara invece i contenuti: descrizioni dettagliate dei percorsi complete di riferimenti storiografici e scientifici, il tutto in chiave divulgativa e assolutamente non commerciale.

Quando avete cominciato e come vi siete organizzati? Emanuele: "Abbiamo cominciato a fine 2020, eravamo in periodo COVID e, pur essendo già appassionati delle escursioni 'cittadine', il periodo del COVID ha aumentato quest'attività localistica e così ci siamo decisi ad aprire l'account." Edoardo: "Ci conosciamo dalle superiori, in comune abbiamo la passione per l'escursionismo e gestiamo insieme l'account, siamo intercambiabili, anche se io preferisco curare i contenuti ed Emanuele la grafica e l'immagine."

Qual è la vostra formazione rispetto all'escursionismo? Emanuele: "Io in realtà sono cresciuto nell'Alpinismo Giovanile della sezione Ligure e pratico varie attività di montagna, con particolare interesse verso il

L'anello delle Giutte



"trail running" Edoardo: "Io sono fondamentalmente un escursionista e oltre che camminare, mi piace documentarmi sui posti in cui vado, per andare al di là del solo aspetto sportivo."

Come decidete le vostre destinazioni?

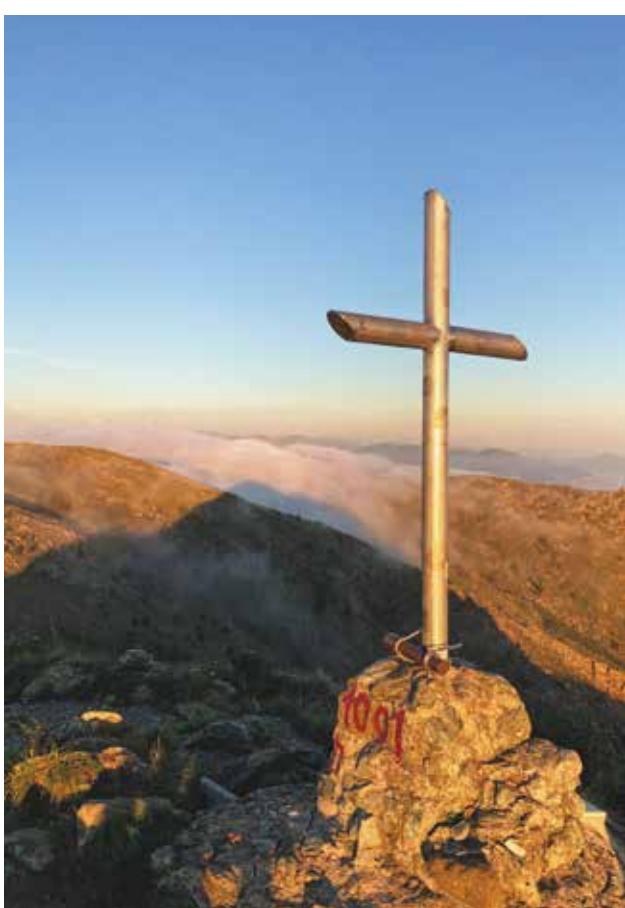
Edoardo: "Cerchiamo ispirazione sia in rete, su blog, forum, siti, magari anche un po' dattati e poi cerchiamo su libri, articoli scientifici, guide, cartine. Lo scopo dell'account è la divulgazione, far capire ai nostri follower che si possono vivere belle avventure e scoprire luoghi interessanti anche vicinissimo a casa, senza necessariamente avere intere giornate a disposizione o dover percorrere centinaia di km". Emanuele: "Un'altra cosa che ci accomuna è il piacere della scoperta, partire per una destinazione e poi vedere cosa c'è un po' più in là."

Fra tutte quelle pubblicate, qual è la vostra gita preferita? Edoardo: "La zona del monte Fasce è quella a cui sono più legato." Emanuele: "I borghi dell'alta val Bisagno, la zona della val Noci."

In conclusione, consiglio vivamente di seguire *lessthan30fromhome*, perché i post e le storie sono veramente piacevoli da vedere, accompagnati da immagini e video di ottima qualità nonché da bei disegni che illustrano il tracciato della gita. Insomma, suggerimenti utili per trarre ispirazione per le nostre passeggiate cittadine confezionate in un ottimo formato social. E direi che il mio non è un giudizio soggettivo, visto che l'account ha superato ormai i 20.000 follower. ■



@lessthan30fromhome



A ruota libera La "dis-abilità" dell'altro arricchisce la nostra "normalità"!

Marta Campomenosi e Marco Rivara

Siamo appena tornati eccitatissimi dal quarto evento CAI Nazionale di "A ruota libera" (ARL) ad Auronzo di Cadore, il sottoscritto, Marco, socio CAI Ligure, formato EAF (Escursionismo Adattato con ausili Fuoristrada) nel 2023 presso la Sezione Cai est Monterosa di Macugnaga, e Marta, anch'essa del CAI Ligure, accompagnatrice di escursionismo e alla seconda edizione di "A ruota libera".

L'uso della joëlette, questo speciale ausilio per condurre amici disabili in montagna, rientra nel progetto "Montagna Terapia" (2017) e da poco tempo rientra nella Struttura Operativa di Accompagnamento Solidale (S.O.D.A.S. 2024) del CAI Nazionale per la riscoperta dell'ambiente montano nella socialità di gruppo e la condivisione del cam-

minare in mezzo alla natura senza barriere e limitazioni.

Ho iniziato a condurre joëlette nel 2021 a Schia (Parma) alla prima edizione di "A ruota libera" e al primo raduno Nazionale di Escursionismo Adattato, per me Fisioterapista da quasi trent'anni fu un'esperienza meravigliosa, il clima che si creava intorno all'ospite in joëlette era di forte e allegra empatia e allo stesso tempo di impegno tecnico, fatica, e cooperazione. Non fu una passeggiata, salimmo il Monte Caio e la rotazione dei quattro "portantini" fu necessaria; il nostro amico Luca, seduto e bene imbragato, si godeva il paesaggio, l'immersione nella natura e le tante battute per stemperare lo sforzo.

L'anno successivo la seconda edizione toccò al CAI di Domodossola e anche qui



fu un'esperienza prega di emozioni, con i colleghi di La Spezia formammo un team affiatato e il percorso impegnativo fu vissuto con serenità e tanta gioia. La stimolazione dei sensi che prova l'amico disabile ad essere accompagnato sulla joëlette si vede nello sguardo e nel sorriso che esprime.

Per la terza edizione di "A ruota libera" dell'anno scorso lascio la penna a Marta:

Marco un giorno mi propose di provare a condurre insieme ad altri suoi amici, una joëlette con una persona disabile, Andrea, che frequenta l'Anffas per la fisioterapia dove lavora Marco.

La gita, breve e con poco dislivello, si sarebbe svolta sulle alture di La Spezia, zona Campiglia.

Presi qualche giorno per pensarci, non ero sicura di riuscire a tirare o spingere un mezzo così particolare.... e con sopra una persona! Tra l'altro subentrava anche un pò di egoismo in quanto per la stessa giornata c'era una bella proposta di gita tosta in quota in ambiente alpino, il mio ideale!

Poi ho pensato che tutto sommato io la fortuna di andare a camminare e fare gite toste ce l'ho sempre, questa persona aveva solo la possibilità di quella domenica se però c'erano i portatori....Così decisi di provare ad aiutare gli esperti portatori di joëlette osservandoli e dandogli qualche cambio...

Il viso del ragazzo che portavamo illuminato e radioso alla vista di tanta natura è stato il regalo più bello, ne è valsa proprio la pena di rinunciare a una gita delle tante per una giornata così emozionante sotto altri aspetti.

Condurre la joëlette è faticoso ed è necessaria una buona sintonia con il team.

Al raduno di Auronzo di Cadore c'era tantissima energia e voglia di darsi una mano l'un l'altro. Nessuno era un individuo solo e invisibile, eravamo tutti lì con la voglia di aiutare l'altro. Sono contenta d'aver rinunciato a quella gita, e di essermi sentita utile per qualcuno.

Grazie Marco! Al prossimo raduno "A ruota libera 2025". ■



LA MONTAGNA ENIGMISTICA

Primavera 2025
N. 1 Anno 7
Aggratis

ESCE QUANDO CAPITA

La Redazione su suggerimento
di Lorenzo Bonacini
redazione@cailiguregenova.it

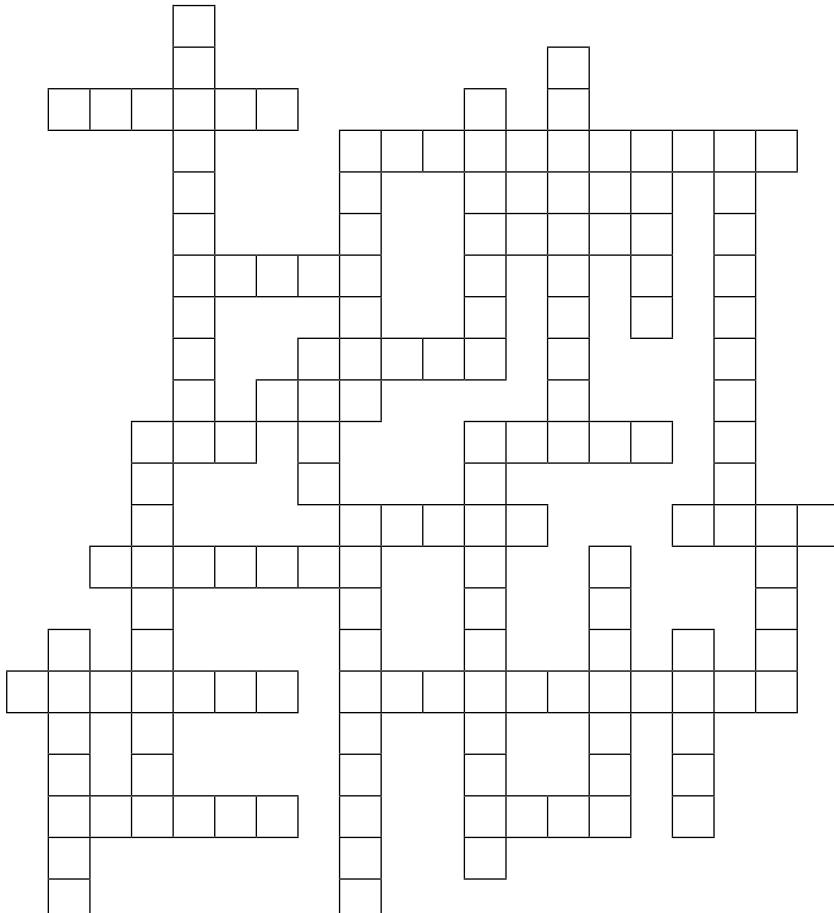
Abbonamenti: impossibile

Numeri arretrati: non esistono

www.cailiguregenova.it

Periodico di parole crociate, rebus, enigmi, umorismo, ecc. montagnino

1. LINOTIPIA (Taneto Gramizia)



11 LETTERE

CAPOCORDATA
IMBRAGATURA
SLITTAMENTO
10 LETTERE
METAMORFOSI
MOULINETTE
PROTEZIONI
SALISCENDI
SECCHIELLO

7 LETTERE

ARRESTO
ATTACCO
CASCATA
GRANGIA
MANOVRA
PIUMINO

6 LETTERE

GHIERA
BULINO

5 LETTERE

CLIFF
CREPA
CRODA
CUNEO
LOTTA
MANTO
MAPPA

4 LETTERE

CIMA
SOLO
TIRO

3 LETTERE

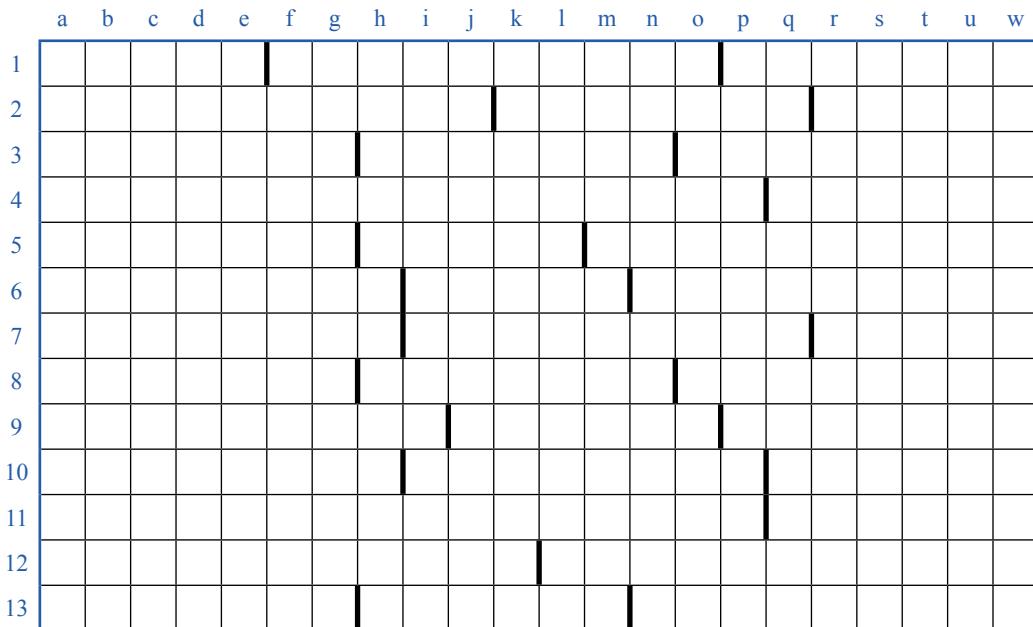
SOS
VIA

LA PAGINA DELLA SFINGE

2.	Inserimento e cambio di vocale <i>Vocazione turistica</i>	3.	Replica di sillaba e cambio di consonante <i>Alla Marcialonga</i>
Il valoroso crocerista col pan**ne Allegro sale da Marittima Sta***ne Al Begato arriva via f*ne rotante La e-bike schianta inf*ne sul Diamante	<i>(Bubu)</i>	Il gran fondista inizia in amba***, ma una grande prestazione scio*ina poi, medagliato sul podio, si schermi***: "È stato tutto merito della scio*ina!"	<i>(Grillo)</i>

4. CONOSCI LE ALPI LIGURI

(LoreBona)



Con le iniziali delle definizioni indicate a destra trova il monte attraversato dal Sentiero degli Alpini

1/p 2/i 3/t 4/g 5/u 6/e 7/i 8/i 9/p 10/l 11/e 12/p 13/m

Definizioni

- 1/a** Il Carmo della Riviera di Ponente **1/f** I fiori che crescono a giugno nella conca di Monesi **1/p** Paese caratteristico per i numerosi muretti a secco **2/a** La Punta più alta delle Alpi Liguri **2/k** Rifugio Don... che sorge presso il Colle dei Signori **2/r** Il Rifugio prossimo al Mondolè **3/a** Il Bric su cui sorge un'imponente Croce (traliccio) **3/h** Il monte a doppia cima che sopravanza la pianura cuneese **3/o** Il canalone sulla Nord del Marguareis **4/a** Panoramico balcone sovrastante Toirano **4/q** La valle in cui sorge il Rifugio Mondovì **5/a** La valle con un castello reale **5/h** Un monte prossimo a S. Giacomo di Roburent **5/m** La Valle con le spettacolari falesie dell'Arma **6/a** Vino prodotto nei più alti vigneti di Liguria **6/i** Monte dell'Albenganese col nome di un angolo inferiore a 90° **6/n** Paese famoso per la festa della transumanza **7/a** La cima con la più difficile parete N delle Liguri conquistata da Alessandro Gogna **7/i** Il famoso aglio coltivato nella valle Arroscia **7/r** Il Colle di confine tra Alpi Liguri e Marittime **8/a** Fiore tipico da cui si ricavano essenze molto profumate **8/h** Lago artificiale in prossimità del Colle Melosa **8/o** La seconda vetta delle Liguri **9/a** Il pianoro ove sorge il Rifugio Mongioie **9/j** Il Monte su cui sorge una grande statua della Madonna di Lourdes **9/p** Tipico villaggio da cui parte l'escursione alla Cima delle Saline **10/a** Il Rifugio a Sud-Est prossimo al Pizzo d'Ormea **10/i** Formaggio DOP prodotto in Val Corsaglia **10/q** Il Paese della Valle Argentina ove furono processate le streghe **11/a** Il Passo della traversata Viozene - Rif. Balma **11/q** La famosa grotta prossima a Frabosa **12/a** L'acqua minerale di Garessio **12/l** La valle ove sorge il Rif. Savona **13/a** il bosco attraversato dall'Alta Via del Sale (Monesi-Limone P.) **13/h** Deliziosi biscotti preparati con farina di mais **13/n** Il paese a Sud del M. Saccarello.

Ricordiamo che questo inserto enigmistico nasce da un'iniziativa di Lorenzo Bonacini che ci ha sottoposto i suoi cruciverba a tema alpinistico. Ci siamo così lanciati in questo gioco senza alcuna pretesa, se non quella di incuriosire gli appassionati con quest'ennesimo "tentativo di imitazione" della mitica Settimana Enigmistica (che, si sa, ne vanta tantissimi...). Gli enigmi non sono sempre tecnicamente perfetti (il Bartezzaghi e il Ghilardi forse inorridirebbero) ma siamo convinti che vi daremo filo da torcere. Invitiamo i lettori a inviarci enigmi per dare continuità all'iniziativa!

In ricordo di Gigi Noce

Una libreria, una vita

Paolo, Titta, Lella e Luisa Noce

Nel luglio del 2024 è mancato Gian Luigi Noce, socio della Sezione Ligure dal 1952 al 2015. I figli, Paolo, Titta, Lella e Luisa hanno voluto farci dono della ricca biblioteca di libri di montagna di papà Gigi, affinché la vita dei libri continui attraverso la Biblioteca della Sezione Ligure, che è un luogo della cultura aperto a tutti.

Assumiamo un preciso impegno a conservare con ogni cura questo patrimonio librario, così come hanno fatto i nostri predecessori a partire dal 1880 quando, contemporaneamente alla fondazione della Sezione, è stato costituito il primo nucleo della biblioteca sezionale che nel 1883 contava già un centinaio di volumi regolarmente catalogati.

Ringraziamo dunque Paolo, Titta, Lella e Luisa per questa generosa donazione e per averci inviato un commovente profilo di papà Gigi che pubblichiamo molto volentieri.

Paolo Ceccarelli

Entrando in casa, la prima cosa a venirti incontro è la sua grande libreria, ordinatissima e piena di lui. Tutto ha un suo posto, una collocazione precisa dettata da percorsi, incontri, armonie e misure. Ogni libro ha un significato importante che scoprì non solo nel titolo, ma in appunti tra le pagine, mai scritti direttamente, ma inseriti qua e là con articoli ritagliati, foto, lucidi disegnati a mano, dépliant e anche fiori raccolti, quasi sempre stelle alpine, accuratamente schiacciati in leggeri fogli di velina, con su scritto data e luogo. La libreria di Papà per noi bambini era il suo mondo, un po' intoccabile, un po' misterioso, custodito gelosamente e curato con attenzione. Sì, perché lì su quegli scaffali, oggi noi figli stiamo ripercorrendo tutta la sua vita, segnata dalle sue forti passioni, la montagna, la musica, la fotografia, l'arte, il disegno e i francobolli.

Papà era nato tra le due guerre, nel 1931, e i suoi racconti di bambino sono ambientati tra le basse colline dell'Oltrepò Pavese, dove era sfollato con la sua famiglia. Tra campi e

biciclette aveva imparato a guardare il mondo con gli occhi creativi di uno zio pittore che lo aveva appassionato al disegno e agli acquarelli. Le dita lunghe di Papà sui fogli sono un ricordo meraviglioso, anche negli ultimi anni della sua lunga malattia.

La montagna venne dopo, rientrato a Genova dopo la fine della guerra. Scoprì le Alpi negli anni del liceo, le studiò, le scalò, le disegnò, le fotografò, le raccontò. La sua prima vetta nel 1947 e nel '48 il suo primo 3000, il Rocciamelone, da lì non si fermò più. Agendine minuscole piene delle sue gite, dettagliate da dati tecnici e impressioni e ricordi personali. I suoi studi da ingegnere vengono qui tutti fuori, la sua precisione e meticolosità, la sua incredibile calligrafia, dati, date, quote. Si fece anche male, caddendo pericolosamente giù da un canalone. Spesso le cantò, con noi, coi meravigliosi canti del Monte Cauriol. Divenne presto socio del Club Alpino Italiano – sez. Ligure, conservando e rilegando per annate tutte le riviste. Le montagne erano il suo respiro, il suo guardare sempre in alto, la fatica e la meraviglia.

In quegli anni conobbe la mamma, che venne da subito coinvolta in questa sua passione. Nel cassetto del comò abbiamo trovato la sua prima tessera del CAI, anno 1959. Insieme ad un gruppo di amici iniziarono così il loro cammino a due, che presto divenne... a sei! Noi quattro bambini fin da piccoli imparammo a seguirli, in inverno sull'Appennino Ligure ed in estate lungo i sentieri della Val di Cogne, ai piedi del Gran Paradiso. Andare in gita con Papà per noi era spesso difficile, perché la sua pedagogia del camminare era impegnativa e rigorosa: sveglie all'alba, passi cadenzati dal ritmo del respiro, non bere camminando, poco cibo e silenzio, tanto silenzio. "La montagna è come una chiesa" ci diceva se schiamazzavamo troppo e ci insegnava tutto, dai nomi delle pietre e dei fiori a tutte le vette che il panorama ci offriva. Nomi e quote. Lui li sa-

peva tutti a memoria, una incredibile memoria, che conservò fino ai suoi ultimi giorni. Noi eravamo così stupiti da questa sua conoscenza che, prendendolo in giro, volevamo iscriverlo a "Rischiatutto" presentandosi come esperto sulle Montagne!

Con lui scalavano buoni amici fidati, veri, che rivediamo oggi in affascinanti foto in bianco e nero, stretti nelle cordate su dai ghiacciai, con i larghi pantaloni di lana alla zuava. Avventure, rifugi, vette, piccozze e ramponi, zaini sempre pronti a ripartire.

Da un reparto della sua libreria, si aprono cassetti pieni di diapositive, strette in scatoline col tappo giallo, con le etichette che raccontano con chiarezza il contenuto. Infinite buste di foto, montagne fotografate da ogni versante. Sono le immagini delle sue ascese, i panorami che lo innamoravano, i ghiacciai che forse oggi non ritroviamo così belli.

In dispensa c'era l'armadio delle gite, che era l'incubo della mamma, perché non poteva metterci ordine o fare pulizia. Solo Papà sapeva come ingrassare i suoi scarponi o avvolgere bene la sua corda. Solo lui sapeva come asciugare la borraccia rossa o il thermos. I ramponi appesi lì a quel chiodo, le camicie di lana a quadretti, i "calzettoni siberiani" come li chiamavano noi... per ogni

gita, per ogni quota, c'era il berretto giusto, il guanto adatto ed il maglione rosso... e l'angolo per la piccozza di legno. Oggi lei è lì, ancora nell'angolo del suo armadio, silenziosa e austera, fedele compagna, appoggio e sicurezza.

Papà ci ha lasciato un immenso patrimonio, difficile da raccogliere con rispetto e riconoscenza. A noi sta la responsabilità e la gratitudine di farne memoria, di poterne scoprire ancora i valori, saperli vivere e poterli anche donare. Papà, grazie! ■



Massimo Sorci Ottomila dal divano

Recensione di Marina Moranduzzo

Ottomila dal divano, Massimo Sorci, Stefano Termanini Editore, Genova, € 18, ISBN 9788889401-750

I libri di Massimo Sorci, nasce da un progetto, una sfida con se stesso, di salire in un anno solare un totale di 116 mila metri, la quota totale delle quattordici vette più alte del mondo, ma in un modo del tutto originale cioè scalando montagne facili e familiari di Alpi e Appennini, tanti suoi luoghi del cuore specialmente liguri e umbri, fino a raggiungere l'obiettivo finale, la conquista teorica di tutti gli ottomila della terra.

Come racconta l'autore stesso, l'idea arriva quasi per caso, una sera di gennaio, mentre stava passando del tempo davanti alla Tv: "Ero stato spesso in montagna, ho



fatto delle belle cose, molto soddisfacenti anche fisicamente" e così, quasi per gioco e per impulso, è nata la voglia di scalare – metaforicamente – tutti gli Ottomila in un anno, perché "a cinquantacinque anni uno non può fare un ottomila se non è un alpinista".

Il libro non è solo il resoconto di quell'impresa ma è anche una sorta di diario intimo, ogni capitolo descrive una salita in montagna, ma non si tratta di banali resoconti quanto piuttosto di 'viaggi interiori', di riflessioni personali arricchite di esperienze e storie di vita. Con la fantasia, l'autore rivive le sue esperienze anche in un universo parallelo himalayano e spesso arricchisce le pagine con pezzi di storia dell'alpinismo, ricordando le imprese di Bonatti, Buhl e – tra gli altri – di Maurice Wilson, il 'pazzo completo' degli anni Trenta che sognava di scalare l'Everest senza preparazione. "Ho cercato di entrare dentro la loro testa... e mi sono molto divertito ad approfondire alcune ascese", racconta ancora l'autore.

L'obiettivo che si propone è ambizioso ma verrà conquistato grazie a semplici, collaudate escursioni su monti di casa come il Ramaceto, lo Zatta, l'Aiona, il Penna, la Punta Martin, il Gottero, l'Antola o su vette alpine come il Tibert, lo Chaberton o il Bersaio, e in tanti altri luoghi che gli consentiranno di raggiungere la quota prefissata.

Insomma, come osserva lo stesso Autore, il titolo è proprio ironico, in un anno sul divano ci è stato davvero poco! ■

La Biblioteca Sezionale

La Biblioteca Sezionale è aperta al pubblico il martedì dalle 17 alle 19.

biblioteca@cailiguregenova.it

... continua da pagina 3

oltre a due gite sociali. Due aggiornamenti istruttori e conseguimento da parte di un allievo del titolo di Istruttore Nazionale (INSA).

• **Scuola Sci Fondo Escursionismo "M. Revello"**: Corso di Sci di Fondo Escursionistico con 6 uscite su neve, 6 teoriche e 27 allievi. Una uscita escursionistica "a secco" con pranzo e consegna dei diplomi a conclusione della stagione invernale. Una uscita su neve a dicembre per l'inizio della nuova stagione invernale.

• **Gruppo Ciclo escursionismo (MTB)**: 11 gite con un totale di 122 partecipanti provenienti anche da altre 10 sezioni oltre alla nostra.

• **Gruppo Escursionismo e gite sociali**: 34 uscite con 463 partecipanti.

• **Gruppo Escursionismo Seniores**: 43 uscite con 1094 partecipanti fra le quali 2 gite intersezionali (di appoggio al CAI Rieti ed al CAI Vicenza una e con il CAI Borgomanero l'altra) ed una gita turistico culturale ad Imperia.

• **Gruppo Gestione e manutenzione sentieri**: 4 uscite su sentieri dell'Alta Via ed una su sentieri della REL (Rete Escursionistica Ligure). È stato significativo l'apporto continuativo per la manutenzione dell'Acquedotto Storico Genovese.

• **Gruppo GOA Canyoning**: Pulizia di sentieri di accesso alle aree dei torrenti di interesse e riattrezzamento di un percorso. Un corso di introduzione al torrentismo ed un corso nazionale di perfezionamento tecnico. Organizzazione dell'Assemblea degli Istruttori delle Scuole Nazionali di Speleologia e di Torrentismo, con circa 100 partecipanti.

• **Gruppo Speleologico "E. A. Martel"**: 2 uscite in grotta (una con una decina di ragazzi dell'Alpinismo Giovanile ed una di "avvicinamento alla speleologia" con diversi giovanissimi tra i 19 partecipanti). Uno stage speleologico di due giorni indirizzato all'utilizzo delle attrezature.

• **Gruppo Storia, Montagne e Fortificazioni "R. D'Epifanio"**: 3 gite nel 2024 collaborando con il Gruppo Escursionismo: Forti Richelieu e Ratti, Val Pellice, monte Chaberton.

• **Biblioteca**

Il database della biblioteca della Sezione, inserito nella rete BiblioCAI, viene mantenuto aggiornato catalogando i nuovi ingressi,

dovuti ad acquisti o donazioni, attribuendo ad ogni volume i codici previsti dal Catalogo unico CAISiDoc.

• **Rivista della Sezione**: Pubblicato un numero della rivista inviata ai circa 2.500 soci.

• **Tutela Ambiente Montano (TAM) "M. P. Turbi"**: I membri sono stati attivi in attività di monitoraggio sul territorio della Liguria, del Piemonte e della Val d'Aosta e sono stati relatori in corsi di escursionismo e di formazione TAM in area LPV. Hanno partecipato a diversi convegni contribuendo all'analisi dei problemi legati al cambiamento climatico ed alla frequentazione responsabile delle zone montane.

• **Serate ed eventi**: Organizzate dal Comitato Scientifico, dalla Biblioteca e dai Gruppi e Scuole 20 serate in sede invitando scrittori e relatori qualificati. Una manifestazione si è svolta in un'aula del Comune.

• **Sottosezione di Arenzano**: 58 escursioni programmate con 942 partecipanti. 39 giornate dedicate alla manutenzione dei sentieri e dei manufatti e strumenti affidati. 5 giorni di collaborazione e assistenza ad eventi all'aperto (Marcia Mare e Monti e altri). Organizzati una quindicina di eventi e serate. Gestione del rifugio Argentea garantendone la manutenzione e 79 giornate di apertura.

• **Sottosezione di Sori**: Una quindicina di gite escursionistiche, una alpinistica ed una semplice di arrampicata oltre all'organizzazione di 3 serate culturali.

• **Rifugi**: Abbiamo effettuato un grosso intervento, del costo di 8000 euro, per la riparazione della vasca Imhoff del rifugio Genova. È stata comunicata al Demanio Militare la nostra rinuncia alla gestione del Rifugio Talairico. È stata inoltre inviata, sempre al Demanio Militare, la richiesta di affidamento alla nostra Sezione del Rifugio Zanotti che, pur essendo da noi gestito da parecchi anni, non ha mai avuto l'assegnazione ufficiale.

Per i rifugi la stagione estiva è stata un po' corta, a causa del clima avverso perdurante fino alla prima quindicina di luglio. Per il Rifugio Monte Antola siamo intervenuti per dimezzare il canone annuale dovutoci, in quanto da parte del Parco Antola è tardata l'installazione del nuovo impianto fotovoltaico, costringendo i conduttori del rifugio a tenere aperto solo nei week end dei mesi di giugno e luglio.

Notiziario della Sezione

a cura di Stefania Martini

Rifugio Pagarì

Due notizie sia per i nuovi sia per gli affezionati fruitori del Rifugio Marchesini Federici al Pagari.

Il muro a secco del Passo Sottano del Murajon, passaggio obbligato verso il Rifugio, sta cedendo, causando una frana sul sentiero: l'Ente Parco ha preso in carico i lavori e, se si potrà, lascerà la possibilità di passaggio. Per questo iniziale periodo il rifugio accetterà prenotazioni solo per i sabato e domenica di giugno e non per i giorni settimanali, certi che nel fine settimana, comunque vada, la ditta non lavorerà. Si considererà la situazione come normalizzata a partire dal mese di luglio.

Cogliamo l'occasione per comunicare anche che la Sezione Ligure si è presa carico di nuovi lavori sulla struttura, per contrastare la mancanza di acqua dovuta ai cambiamenti climatici. Queste novità aiuteranno presto il Rifugio Pagarì ad accogliere gli ospiti al meglio delle proprie possibilità.

Aladar

Nuovi titolati Scuola Sci Alpinismo

La Scuola Nazionale di Sci Alpinismo Ligure può contare su due nuovi titolati: Luca De Trizio e Massimiliano Passalacqua hanno conseguito il titolo di Istruttori di Sci Alpinismo (ISA).

Congratulazioni e buon lavoro!

Scuola Sci di Fondo Escursionismo

Anche quest'anno la scuola SFE ha svolto la sua attività sia di insegnamento sia di aggiornamento istruttori.

Come ormai di consueto la neve si è fatta attendere e per le lezioni del corso si sono utilizzate le piste in alta quota, il 15 dicembre e il fine settimana del 11-12 gennaio si è raggiunto S. Barthelemy; nei fine settimana del 25-26 gennaio e del 15 e 16 febbraio ci si è spostati in Svizzera a San Bernardino. Avendo registrato 23 allievi, durante tutte le trasferte si è riscontrata una buona partecipazione e si è potuta integrare l'attività di pista con elementi propedeutici allo sci di fondo fuori pista.

**Cammina insieme a noi!
sostieni il**

**CAI Sezione Ligure
dona il 5 x mille**

**Sostienici nella cura dei sentieri, dei rifugi,
all'educazione al rispetto e all'amore
per la montagna e per l'ambiente...**

Cod. Fisc. 00951210103





Trasferta a San Bernardino

La settimana bianca che si è svolta a Dobbiaco dall'1 all'8 febbraio ha visto la partecipazione di oltre 60 iscritti: anche in quest'anno di scarso innevamento la Val Pusteria ha offerto belle e ben tracciate piste impreziosite da un meteo gradevolissimo.

Infine questa primavera la Scuola ha nuovamente organizzato la tradizionale 'trasferta' nei paesi scandinavi e 10 partecipanti tra istruttori, allievi e amici fondisti hanno vissuto una fantastica esperienza sulle nevi della zona di Lillehammer (Norvegia).

Marina Moranduzzo

Sci Club Genova

"Mettite u berettin" ci dicevano i nostri nonni e il nostro Club adesso, a seguito dell'iniziativa del nostro Presidente Gianni Carravieri che ha fatto produrre i berrettini col logo "Sci Club Genova", diamo la possibilità ai nostri iscritti di indossare questo nuovo indumento distintivo!

Iscrivendosi non solo si diventa tesserati Fisi, si ottiene l'iscrizione alle gare (e si ha in dono il nostro berretto!), ma si ha la possibilità di entrare nel nostro mondo di allenamenti, trasferte, uscite con sci di fondo e con skiroll e gare!

Ecco il resoconto della nostra attività estiva, svolta con gli skiroll:

(TC = tecnica classica come nello sci di fondo; TL = tecnica libera come skating)

- 23 giugno: uscita di skiroll su ciclabile del Levante
- 29 giugno: gara skiroll sprint TL a Cicagna (organizzazione Max Froso)
- 30 giugno: gara skiroll TC, Rezzoaglio-Santo Stefano d'Aveto (Max Froso)
- 30 giugno: uscita al passo di Cento Croci
- 22 agosto: uscita al colle di Tenda
- 22 settembre: uscita al passo di Cento



Colle di tenda. Foto M. Sansalone.



Gara di Bobbio.
Foto R. Martini.



Croci

- 28 settembre: gara sprint TL, Bobbio (Max Froso)
- 29 settembre: gara mass start TC, Bobbio (Max Froso, Massimo e Paolo)

Con l'arrivo dell'inverno gli allenamenti e le gare si sono spostati sulla neve nelle nostre splendide località alpine (Entracque e Valle d'Aosta per gli allenamenti, Trentino Alto Adige per le gare).

Una nota: chi partecipa alle gare deve essere iscritto alla FISI e avere un certificato di idoneità agonista con validità annuale: la tessera della FISI si può richiedere alla nostra segreteria (40 euro) e dà diritto anche ad una assicurazione per infortunio.

Per informazioni:

sciclub@cailiguregenova.it.

Massimo Demartini

Cicloescursionismo (MTB)

Nei mesi scorsi è stato approvato il programma di ciclo escursionismo per l'anno 2025, 20° anno del dalla nascita del gruppo! Il programma prevede 14 gite, tra cui un weekend in montagna, la notturna al monte Pennello e 5 intersezionali concordate col CAI di Alba, Savona e Ule di Genova.

Abbiamo previsto gite con diversi livelli di difficoltà tecniche e di impegno fisico, per consentire la partecipazione ad un ampio numero di soci. Ogni gita è presentata da una locandina che riporta tutte le informazioni utili ed è visibile sul sito sezionale alla pagina 'gruppo mtb' e su Facebook 'Cai Ligure ciclo escursionismo'.

Tra le nostre uscite vi segnaliamo: l'Alta Via delle 5 Terre il 10 maggio; la ciclabile dell'ardesia il 17 maggio e i forti di Genova il 27 settembre.

Il nostro gruppo non solo si diverte, ma si



In vista dei prossimi numeri **invitiamo i soci della Ligure a sottoporre alla redazione articoli e immagini** da pubblicare sulla Rivista. Ci rivolgiamo a tutti i soci, ma in particolare ai soci più giovani.

Gli articoli, di lunghezza massima 8.000 battute, devono essere inviati alla redazione corredati da almeno 5 immagini digitali relative all'articolo stesso.

La Redazione si riserva il diritto di effettuare scelte editoriali e quindi non garantisce la pubblicazione di tutti gli articoli pervenuti. Garantiamo invece che eventuali modifiche agli articoli pubblicati saranno apportate solo in accordo con gli autori.

...e se sei interessato a partecipare in modo continuativo al lavoro di redazione... contattaci!!

Mail redazione: redazione@cailiguregenova.it

Chi siamo: <https://www.cailiguregenova.it/pag/rivista-sezionale-quota-zero/>

WE WANT YOU



Cammino di Oropa, novembre 2024.
Foto L. Ghiggini.



Monte Proventino, settembre 2024.
Foto L. Ghiggini.

occupa, per quanto possibile, di monitorare lo stato degli itinerari (carcarecce, sentieri e ciclabili possono essere interessati da frane, divieti, pericolosità, ecc.); di esplorare nuove zone e percorsi (ogni anno vengono introdotte nuove gite); di verificare il gradimento delle stesse gite (in base al riscontro dei partecipanti) e di aggiornarsi, nel rispetto delle direttive del CAI Centrale, nella pratica del cicloescursionismo.

E allora, cosa aspettate a venire in Sezione con la vostra mtb?

Massimo Demartini

Storia Montagne e Fortificazioni

In attesa del definitivo calendario delle attività del gruppo SMF, inviamo una foto



scattata in occasione della gita sociale organizzata in collaborazione tra i gruppi SMF ed Escursionismo, gita dello scorso 12 gennaio che ci vede riuniti davanti a Forte Fratello Minore.

Il calendario sarà pubblicato sul sito sezonale e nel blog del nostro gruppo.

Maurizio Giacobbo

IN RICORDO

Dino Romano

Dino Romano, Past-President della nostra Sezione (1999-2003) ha ricoperto praticamente tutti gli incarichi e servizi all'interno della Sezione. In particolare, fu per molti anni il dinamico Direttore della Scuola Nazionale di Scialpinismo della Sezione Ligure, in cui fu attivo fin dalla fondazione, prima come brillante allievo, poi come appassionato Istruttore. Un caro ricordo va anche alla moglie Tina, anch'essa nostra socia, alla figlia Ivana ed alla numerosa discendenza.

Il figlio Paolo, attualmente Direttore della Scuola, ci ha inviato il testo del ricordo letto durante il funerale, di cui pubblichiamo un estratto.



Signore ti affidiamo il nostro papà e ti ringraziamo per averci donato lui e la mamma. Sono stati un grande esempio di amore e dedizione: 70 anni insieme sono davvero tanti. Papà poteva essere dolcissimo e generoso quanto arrabbiarsi in un secondo ma, nel bene e nel male, ha sempre seguito il cuore. Era il mio eroe da bambino ed è stato il mio esempio sino ad oggi. Le testimonianze di affetto che abbiamo ricevuto in questi giorni confermano come abbia vissuto una vita piena di entusiasmo, esperienze, gioie, amicizie, affetti. Non sono certamente mancati fatiche e dolori, ma credo li abbia sempre superati con coraggio e dignità. Era un vulcano! È passato dalla montagna alla vela, dalla canoa all'atletica, dalla banda alla polisportiva, dalla pallanuoto finanche al calcio ed al tennis. Papà si è speso in tante cose con generosità ed entusiasmo, mai per ambizione, piuttosto per servizio. Ci ha insegnato che l'importanza non sono il successo e la vetta ad ogni costo, ma lo stile con cui li raggiungi e soprattutto le persone con cui condividi il cammino. Gli amici e gli affetti sono sempre stati il fulcro del suo agire. Non era perfetto, tutt'altro, ma per la sua personalità e generosità gli abbiamo sempre perdonato molto ed era proprio difficile non volergli bene. Mi auguro di saper dare ai miei figli anche solo metà dell'amore che ho ricevuto, perché sarà comunque tantissimo. Ciao Papà e grazie di tutto.

Paolo Romano

Anna Fresia Bertone

Il 24 Giugno 2024 è venuta a mancare Anna Fresia Bertone, Socia CAI della nostra Sezione di lunghissima data. Anna era una



donna eccezionale, di immenso valore. Una maestra di vita. Si poteva ascoltare le sue storie di famiglia, di montagna e di barca a vela per ore, raccontate con grande grazia ed umanità. Amava sciare e camminare i per i sentieri del mondo ma soprattutto quelli della sua amata Val Veny e dei monti dietro casa, le Marittime dell'imperiese. Sarai per sempre nei nostri cuori.

Sara Fagherazzi

Benedetto Ferrando

A inizio dicembre 2024 è mancato Benedetto Ferrando, investito a Volti all'età di 94 anni. Solo qualche giorno prima era quasi arrivato in vetta alla punta Martin! Grande sciatore, fin dal 1969 fu Istruttore nella nostra Scuola di Scialpinismo, dove rimase per oltre 20 anni, essendo diventato nel frattempo Istruttore Nazionale. Lo ricordano tanti amici del CAI che lo descrivono come un compagno di montagna ideale, sicuro e affidabile. Dalla Sezione sentite condoglianze alla famiglia.

Ludovico Vianello

Poco prima dello scorso Natale è mancato Ludovico Vianello, socio storico della sezione Ligure, per cui ha ricoperto vari incarichi nel corso dei tanti anni di affiliazione. È stato un grande frequentatore delle montagne nonché uno dei primi responsabili del Gruppo Seniores, da lui promosso spesso in prima persona, in veste di capo gita. Da parte della Sezione sentite condoglianze alla famiglia.

Giacomo Boero

La nostra comunità piange la scomparsa di Giacomo Boero, tragicamente venuto a mancare in un incidente di canyoning in Svizzera, nella zona del Segnes. Giacomo era un appassionato della montagna, un esploratore curioso e un compagno sempre pronto a condividere la sua esperienza con entusiasmo e generosità. Chi lo ha conosciuto ricorda il suo sorriso sincero, la sua energia inesauribile e il suo profondo rispetto per la natura. Amava l'avventura, cercando di trasmettere agli altri il fascino di luoghi incontaminati e selvaggi. La sua perdita lascia un vuoto immenso, ma il suo spirito continuerà



a vivere nei sentieri che ha percorso e nei ricordi di chi ha avuto la fortuna di camminare con lui. A Giacomo dedichiamo un pensiero di affetto e un abbraccio alla sua famiglia e ai suoi amici, certi che la sua passione per la montagna resterà viva nei cuori di tutti noi.

Buon cammino, Giacomo.

Sara Castiello

La sezione sul web!

La Sezione Ligure raggiunge i suoi soci, oltre che con il suo sito web, attraverso i social:



fb @cailiguregenova

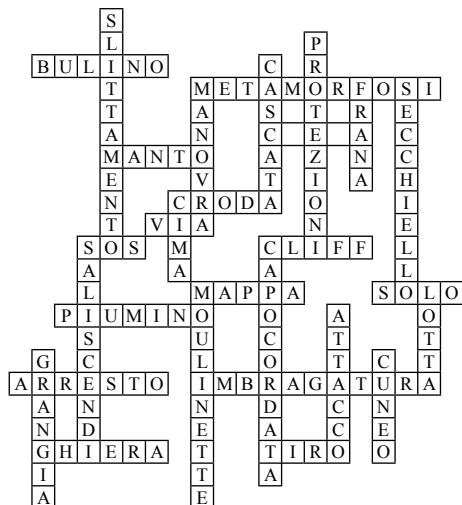


IG @cailigure

oppure inviando via e-mail notizie inerenti novità e appuntamenti a coloro che ne fanno esplicita richiesta, scrivendo a: manifestazioni@cailiguregenova.it

SOLUZIONI

1. LINOTIPIA



2. VOCAZIONE TURISTICA

Il valoroso crocerista col panzone
Allegro sale da Marittima Stazione
Al Begato arriva via fune rotante
La e-bike schianta infine sul Diamante

3. ALLA MARCIALONGA

Il gran fondista inizia in ambasce,
ma una grande prestazione sciorina
poi, medagliato sul podio, si schermisce:
"è stato tutto merito della sciolina!"

4. CONOSCI LE ALPI LIGURI

a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l	m	n	o	p	q	r	s	t	u	w
1	L	O	A	N	O	R	O	D	O	D	E	N	R	I	P	I	A	G	G	I	
2	M	A	R	G	U	A	R	E	I	S	B	A	R	B	E	R	O	B	A	M	
3	M	I	N	D	I	N	O	B	I	S	A	L	T	A	G	E	N	O	V	E	
4	S	A	N	P	I	E	T	R	O	A	I	M	O	N	T	I	E	L	L	E	
5	C	A	S	O	T	T	O	A	L	P	E	T	P	E	N	N	A	V	A	I	
6	O	R	M	E	A	S	C	O	A	C	U	T	O	M	E	N	D	A	T	I	
7	S	C	A	R	A	S	O	N	V	E	S	A	L	I	C	O	T	E	N	D	
8	L	A	V	A	N	D	A	T	E	N	A	R	D	A	M	O	N	G	I	E	
9	P	I	A	N	R	O	S	S	O	F	R	O	N	T	E	C	A	R	N	I	
10	V	A	L	C	A	I	R	A	R	A	S	C	H	E	R	A	T	R	I	O	
11	B	O	C	C	H	I	N	O	D	E	L	L	A	S	E	O	B	O	S	S	
12	S	A	N	B	E	R	N	A	R	D	O	V	A	L	D	I	N	F	E	R	
13	N	A	V	E	T	T	E	M	E	L	I	G	A	V	E	R	D	E	G	G	

PIETRAVECCHEIA

CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE LIGURE GENOVA

ORGANIGRAMMA DELLA SEZIONE

PRESIDENTE	Giorgio Aquila (2026)
VICE PRESIDENTI	Sergio Marengo (2027) e Paolo Monte (2028)
CONSIGLIERI	Stefano Belfiore (2026), Gianfranco Caforio (2027), Roberto Cingano (2028), Lorenzo Ghiggini (2027), Patrizia Lanna (2026), Enrico Milanesio (2026), Pietro Nieddu (2028), Roberta Toscano (2028), Giovanna Vinci (2027)
SEGRETARIO	Lorenzo Ghiggini (2026)
TESORIERE	Giampaolo Negrin (2026)
ORGANO DI CONTROLLO	Fabio Daffonchio, Paolo Gagliardi, Paola Tarigo (2026)
DELEGATI ALL'ASSEMBLEA GENERALE	Delegato di diritto: Giorgio Aquila Delegati eletti: Giacomo Bruzzo, Gianni Carravieri, Michele Carriero, Paolo Ceccarelli, Pietro Nieddu Tutti i delegati eletti scadono nel 2026
SOTTOSEZIONE ARENZANO	Reggente Celso Merciari
SOTTOSEZIONE CORNIGLIANO	Reggente Andrea Escher
SOTTOSEZIONE SORI	Reggente Sabina Stella

Scuole e Direttori

Scuola Nazionale di Alpinismo "B. Figari"	Alessandro Raso	Scuola Nazionale di Scialpinismo "Ligure"	Paolo Romano
Scuola di Alpinismo Giovanile "G. Ghigliotti"	Paolo Ceccarelli	Scuola Nazionale di Sci Escursionismo	Gianni Carravieri
Scuola di Escursionismo "Monte Antola"	Sergio Marengo		

Attività sociali

Gite Sociali	Pietro Nieddu
Seniores	Marcello Faita
Cicloescursionismo	Massimo De Martini

Gruppi

Sci Club Genova	Gianni Carravieri
Gruppo Speleo "E. A. Martel"	Gianluca Gavotti
GOA Canyoning	Niccolò Ratto
Topografia e Orientamento	Gian Carlo Nardi
Meteo	Roberto Pedemonte
SMF	Maurizio Giacobbe
Tutela Ambiente Montano	Marina Abisso
Comitato Scientifico	Stefano Belfiore

Opere alpine

Rifugi	Angelo Testa
Sentieri	Rita Martini

Cultura

Biblioteca	Paolo Ceccarelli
Rivista	Roberto Schenone
Manifestazioni e incontri	Marco Decaroli

Sede

Servizi, Struttura e Manutenzione	Rita Martini
Consulenza legale	Lorenzo Bottero
Comunicazione e web	Marco Decaroli

SEGRETERIA

Segreteria Fabio Storti
Galleria Mazzini 7/3 - 16121 Genova

Tel. e Fax +39 010 592122
Codice Fiscale 00951210103 Partita IVA 02806510109
segreteria@cailiguregenova.it www.cailiguregenova.it

La segreteria resta aperta nei giorni di martedì, mercoledì, giovedì, venerdì dalle ore 17 alle 19; il giovedì anche dalle ore 21 alle 22.30.

Il costo dell'iscrizione al CAI per l'anno 2025 è di:

Euro 60,00 soci ORDINARI
Euro 32,00 soci ORDINARI JUNIORES (nati dall'1/1/1999 al 31/12/2007) e FAMILIARI
Euro 16,00 soci GIOVANI(nati dall'1/1/2008) e 1° figlio
Euro 9,00 soci GIOVANI (nati dall'1/1/2008) dal 2° figlio
Euro 22,00 soci VITALIZI
Euro 5,50 costo tessera per nuovi iscritti

È possibile rinnovare l'iscrizione in sede negli orari di segreteria con pagamento in contanti o bancomat.
Conto bancario presso Banca Sella, Codice IBAN: IT 07 P 03268 01400 052858480760

I soci che effettuano il rinnovo sono automaticamente assicurati contro gli infortuni durante le attività sociali; per le informazioni assicurative nel dettaglio consultare il sito sezionale al link:
<https://www.cailiguregenova.it/sezione/iscrizioni/>



OUTDOOR by HOBBY SPORT



Credit: Sujan
Presentazione

AKU
ARTIMATE
ASOLO
CAMELBAK
CMP
COLUMBIA
CRAZY
DOLOMITE
FERRINO
GARMONT
HAGLOFS
HELLY HANSEN
HOKA
LEKI
MAMMUT
MICRO
MONS ROYALE
MONTURA
NORTEC
ON
OSPREY
SALICE
SALOMON
SCARPA
SCOTT
TECNICA
TEVA
THE NORTH FACE
TSL



DALL'ESPERIENZA DI OLTRE 50 ANNI DI ATTIVITA' DI HOBBY SPORT, NASCE OUTDOOR, TREKKING, HIKING... E TUTTO CIO' CHE LA TUA MENTE POSSA VIVERE COME UN'AVVENTURA.



VIA MONLEONE, 2 R - ANGOLO VIA CAVALLOTTI
GENOVA TEL. 010 2364744

SOCI C.A.I.
SCONTO 10%





MOUNTAIN SHOP GENOVA

VIA GALATA, 97 E/R



PASSION FOR MOUNTAINS

