



Società Alpina Friulana • PROGRAMMA 2019



PROGRAMMA
2019

**È FATTO OBBLIGO A CHIUNQUE INTERCETTI SEGNALE DI SOCCORSO
DI AVVERTIRE IL PIÙ PRESTO POSSIBILE IL POSTO DI CHIAMATA
O LA STAZIONE DI SOCCORSO ALPINO PIÙ VICINI**

112

numero unico per l'emergenza

SEGNALI INTERNAZIONALI DI SOCCORSO ALPINO

CHIAMATA DI SOCCORSO:

Emettere richiami acustici od ottici in numero di:

- **SEI OGNI MINUTO**
(un segnale ogni 10 secondi)
- **UN MINUTO DI INTERVALLO**

Continuare l'alternanza di segnali ed intervalli fino alla certezza di essere stati ricevuti e localizzati

RISPOSTA DI SOCCORSO:

Emettere richiami acustici od ottici in numero di:

- **TRE OGNI MINUTO**
(un segnale ogni 20 secondi)
- **UN MINUTO DI INTERVALLO**

Continuare l'alternanza di segnali ed intervalli fino a raggiungere la certezza di essere stati ricevuti e localizzati

SEGNALAZIONI CONVENZIONALI USATE QUANDO C'È SOLO CONTATTO VISIVO (come interventi con elicottero)

Significato:

- abbiamo bisogno di soccorso
- segnalazione affermativa **(SI)**
- atterrate qui

Posizione:

in piedi con le braccia alzate ad "Y", poi abbassarsi e restare immobili finché l'elicottero non è atterrato



Significato:

- non serve soccorso
- segnalazione negativa **(NO)**
- non atterrare qui

Posizione:

– in piedi con un braccio alzato ed uno abbassato



INDICE

Lettera del Presidente	02
Consiglio Direttivo	04
Contatti	05
Riferimenti	05
Sottosezioni	06
Iscriversi al CAI	12
Rifugi e bivacchi SAF	16

Biblioteca Sociale	20
--------------------	----

Coro Sociale	22
--------------	----

Montagnaterapia	24
Scuole e Territorio	25
Tutela dell'Ambiente Montano (TAM)	26
Operatori Naturalistici e Culturali	28
Gruppo Seniores	30

Commissione Culturale e Divulgativa	32
35° Rassegna film e protagonisti della montagna	36
7° Edizione Lezioni di Cultura Alpina	42

Scuola di Alpinismo Scialpinismo e Arrampicata "Celso Gilberti"	44
---	----

Scuola Sezionale di Escursionismo	58
-----------------------------------	----

Commissione Alpinismo Giovanile Gruppo "Diego Collini"	66
--	----

Commissione Escursionismo	78
Escursioni	103

GAS Gruppo Alpinisti Sciatori	108
-------------------------------	-----

LETTERA DEL PRESIDENTE

Carissimi amici,

scrivere ogni anno questa breve lettera di presentazione del programma è sempre, per me, motivo di orgoglio e di soddisfazione.

L'Alpina, dopo 144 anni di vita, con giovanile energia propone, grazie alla collaborazione di tanti volontari, il programma poliedrico e prestigioso che troverete in questo libretto.

Presentare tutta l'attività di un anno, in una edizione sempre ricca di novità, è la conferma della vitalità, dell'impegno e della dedizione degli operatori volontari impegnati nelle numerose specialità della nostra sezione.

Il nostro entusiasmo è sostenuto e amplificato dal sensibile aumento del numero dei soci avvenuto nel 2018, che si accompagna all'incremento che già si era verificato nell'anno precedente. Ciò ci consente di guardare con fiducia al futuro, con il desiderio di fidelizzare chi è già socio ed attrarre chi potrebbe diventarlo.

Si può pensare che, per l'iscrizione, motivazioni sufficienti siano i servizi che offre

il Cai: la possibilità di attivare l'assicurazione infortuni e per la responsabilità civile in attività istituzionale, l'assicurazione sul soccorso alpino su tutto il territorio europeo, gli sconti nei rifugi Cai in Italia, l'assicurazione infortuni e per la responsabilità civile in attività personale, l'abbonamento alla rivista mensile **Montagne 360°** e infine l'utilizzo gratuito dell'App **GeoResQ**, come strumento per la geo-localizzazione in caso di necessità da parte del Soccorso alpino e per la registrazione della traccia durante le escursioni.

Non credo però che il successo di un sodalizio così longevo e vitale dipenda solo dai servizi e dalle agevolazioni che offre l'iscrizione al Cai. Credo e spero, invece, che la ragione vera sia il senso di appartenenza a un gruppo che si riconosce in valori quali l'amore per la natura, il profondo rispetto per l'ambiente, l'ammirazione per le popolazioni che vivono, spesso con sacrificio, nelle terre alte, e per le loro tradizioni.

Vogliamo salvaguardare la montagna attraverso la manutenzione delle opere alpine e dei sentieri e trasmettere il desiderio di vivere la montagna attraverso



l'impegno degli istruttori e degli accompagnatori, che hanno programmato e vi propongono oltre un centinaio di uscite in ambiente, che troverete in questo libretto. A tutti coloro che nella Saf collaborano per mantenere vivi e attuali questi valori va il mio ringraziamento, anche a nome di tutti gli iscritti dell'Alpina.

Ai soci in genere, e a chi lo diventerà, rivolgo il mio invito a offrire il proprio contributo a favore della Società Alpina Friulana.

Concludendo, spero vivamente che il programma per il 2019 possa incuriosirvi e spronarvi a uscire di casa per venire in montagna con noi, in compagnia e in sicurezza.

Se scattasse in voi la curiosità e il desiderio di saperne di più, vi invito a visitare la nostra bella sede per partecipare ai nostri corsi, per conoscere gli accompagnatori, per seguire le lezioni di cultura alpina, per consultare i testi della nostra ricca biblioteca.

Se vi verrà la curiosità di vedere e di ascoltare, vi consiglio invece di partecipare all'affascinante rassegna dei film e dei protagonisti della montagna.

Buon 2019 e buona montagna a tutti.

Antonio

CONSIGLIO DIRETTIVO

SOCIETÀ ALPINA FRIULANA

SEZIONE DI UDINE DEL CLUB ALPINO ITALIANO



Presidente:

Antonio NONINO

Segretaria:

Ivana BELTRAME

Vicepresidente:

Paolo CIGNACCO

Tesoriere:

Ivana BELTRAME

Consiglieri:

Ivana BASSI

Paolo CIGNACCO

Raffaella CIPOLLETTA

Andrea DELLA ROSA

Antonio NONINO

Emanuele RUGO

Umberto SELLO

Valter STROPPOLO

Paolo TOLDO

Delegati:

Donatella CARRARO

Paolo LOMBARDO

Cataldo MUGGEO

Antonio NONINO
(delegato di diritto)

Renzo PAGANELLO

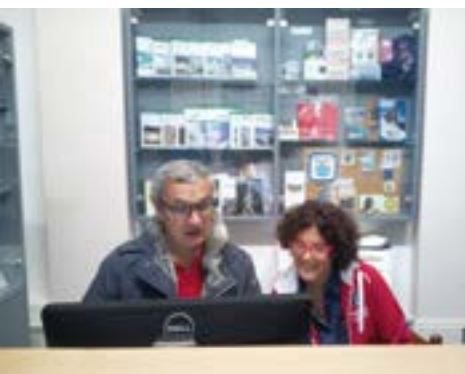
Emi PUSCHIASIS

Revisori dei Conti:

Andrea BONFINI

Paola DI MARCO

Emilio MULOTTI



CONTATTI

SEDE SOCIALE

Via Brigata Re, 29 – 33100 Udine

TEL 0432 504290

www.alpinafriulana.it

facebook.com/alpinafriulana

e-mail: segreteria@alpinafriulana.it

PEC: saf@pec.cai.it

Codice Fiscale 80001930306

IBAN IT04R0548412305CC0641002932

ORARIO SPORTELLO

dal mercoledì al venerdì

dalle ore 17.30 alle ore 19.00

inoltre giovedì

dalle ore 21.00 alle ore 22.30

RIFERIMENTI

Comitato Presidenza

Antonio Nonino e

Paolo Cignacco

Segreteria generale

Paula Gonzalez

Sportello Elisa Peressotti,

Sonia Sacher e Pino Tigani

Alpinismo Giovanile

Donatella Carraro

Archivio Storico

Umberto Sello

Biblioteca SAF

Claudio Mitri

Coro SAF

Laura Missio

Culturale e Divulgativa

Alessandra Beltrame

Escursionismo

Paolo Cignacco

Gruppo Alpinisti Sciatori

Eliana Rocchini

Gruppo Seniores

Livio De Marchi

Montagnaterapia

Tiziano Scarsini e

Renzo Paganello

Operatori Naturalistici

Marco Cabbai e

Renzo Paganello

Rifugi e bivacchi

Enrico Brisighelli

Scuola Alpinismo

Celso Gilberti

Giorgio Bianchi

Scuola Escursionismo

Maria Luisa Colabove

Scuole e Territorio

Alpinismo Giovanile

Paolo Lombardo

Sentieri

Livio De Marchi

Sito Internet

Marco Cabbai e

Stefano Venica

Tutela Ambiente

Montano

Ivana Bassi



CONSIGLIO DIRETTIVO:

Reggente: Giulia Foschiani

Vice Reggente:

Michele Casarsa

Segretaria:

Eva Mattiussi

Tesoriere:

Sonia Treppo

Consiglieri:

Alberto Piani

Stefania Menis

Emiliano Mocchiutti

Stefano Corradetti

Simone Calligaro

🏠 Piazza Marnico, 25 –
33011 Artegna (UD)

🌐 artegna.alpinafriulana.it

@ cai.artegna@gmail.com

📘 Cai Artegna

🐦 @CaiArtegna

ORARIO SPORTELLLO:

i venerdì antecedenti
escursioni o attività sociali
dalle 20.30 alle 21.30

ART • CAI ARTEGNA

La Sottosezione Monte Quarnan – SAF Udine ha una lunga storia alle spalle, ha infatti festeggiato nel 2015 i suoi primi smaglianti 70 anni e conta, a oggi, 150 soci. Si tratta di un gruppo giovane e dinamico con un programma escursionistico vario e adatto a esigenze diverse, dalle camminate semplici, pensate anche per i più piccoli, all'uscita clou di metà luglio, passando per momenti conviviali come la festa della montagna e la marronata. Un'ulteriore attività motoria organizzata dalla Sottosezione a favore dei propri soci è la ginnastica presciistica nel periodo da ottobre a marzo.

Molto importante per noi è anche il programma informativo-culturale, con le serate **Sottozero** nel periodo autunnale e invernale, in cui proponiamo storie di viaggi, racconti illustrati tramite foto, immagini, musiche e storie, particolarmente avvincenti perché quasi sempre a presentarle sono nostri soci e amici, così come serate di approfondimento su temi naturalistici e sulla sicurezza in montagna. Altro momento a noi caro è quello che ci vede riuniti a metà giugno nel ricordo di Mauro e Roberto con **Immagini nel Bosco**.

Il nostro obiettivo è avvicinare alla montagna tutti coloro che desiderano condividere con noi una grande passione, ognuno in base alle proprie capacità e possibilità, concepiamo le uscite infatti come un momento di aggregazione e cooperiamo attivamente anche con le altre attività sportive promosse sul nostro territorio. Se vi abbiamo incuriosito e desiderate conoscerci, la nostra sede è in Piazza Marnico, dietro al municipio, siamo aperti ogni venerdì pregita dalle 20.30, oppure contattateci online e scoprite il nostro programma.



CONSIGLIO DIRETTIVO:

Reggente: Fabrizio Flebus

Consiglieri:

Claudio Contin,
Antonietta Burino,
Renzo Barbiero,
Sergio De Grassi,
Gianfranco Normanni,
Giuseppina Minchella,
Mattia Pacorig

Tesoriere:

Renzo Barbiero,

Segretaria:

Giuseppina Minchella.

🏠 Piazza Grande, 3
33057 Palmanova (UD)

☎ +39 338 3725728

@ palmanova@alpinafriulana.it

ORARIO SPORTELLO:

ogni giovedì
dalle 21.00 alle 22.00

PAL • CAI PALMANOVA

La sottosezione di Palmanova, nell'obiettivo di acquisire nuove forze, organizzerà nel corso dell'anno presso la sede Sociale delle serate con la proiezione di filmati e diapositive, fatte dai soci durante le escursioni, con le immagini più significative. È anche l'occasione per consolidare i rapporti con le varie associazioni sportive e culturali del territorio.

Durante la programmazione delle gite annuali viene considerata anche la **possibilità di formare i nuovi soci** e, per i meno esperti, di apprendere le problematiche della frequentazione dell'ambito montano, valutando un percorso alternativo per permettere una formazione graduale. Altresì vengono organizzate delle gite, fuori calendario, sia in ambiente innevato che in ambiente naturale.

Per immettere nuova linfa e quindi consentire il ricambio generazionale, è previsto un contatto con l'ambiente scolastico, al fine di sensibilizzare le future nuove leve alla conoscenza e condivisione con noi della passione ed il rispetto della montagna.

Prevediamo la consueta collaborazione con il Comune di Palmanova nella manifestazione dedicata allo Sport e prevista nel maggio 2019 e nella Rievocazione Storica nel settembre 2019.



CONSIGLIO DIRETTIVO:**Reggente:**

Giampaolo Passantino

Vice Reggente:

Guido Del Fabbro

Segretario-Tesoriere:

Enea Degano

Consiglieri:

Luca Del Fabbro Machado

Lucio D'Odorico

Franco Fabbro

Silvano Galluzzo

Edi Leita

Luca Soravito De Franceschi

Valter Stroppolo

Chiara Vit

PDP • CAI PASIAN DI PRATO

La nostra sottosezione ha un nutrito **programma non calendarizzato**, con uscite settimanali per tutto l'arco dell'anno e con un gruppo di soci molto affiatati, che si cimentano in escursioni diversificate che vanno dalle semplici camminate alle ferrate più impegnative, anche in ambienti innevati.

Inoltre si effettuano **escursioni programmate** con uscite domenicali alla portata di tutti, organizzate da noi, e con altre sottosezioni. Durante l'anno vengono organizzate delle serate presso la sede sociale con **filmati e proiezioni** di diapositive, anche su richiesta dei soci. Per i nuovi soci si organizzano **serate informative** su tutto quello che concerne l'andare in montagna e consigli utili per chi non è ferrato in materia.

🏠 via Bonanni N° 56 –

33037 Pasián di Prato (UD)

@ caipasiandiprato@gmail.com

☎ 368 3241330

[Degano]

3402695187

[Passantino]

Info. escursioni

infrasettimanali:

Tel. 327 7472687

[Stroppolo]

346 0628299

[D'Odorico]

ORARIO SPORTELLO:

ogni venerdì

20.30-22.00





SDN • CAI SAN DANIELE

Il CAI di San Daniele del Friuli ha un nutrito calendario di escursioni sociali in montagna in tutto l'arco dell'anno di diversa difficoltà in diversi ambienti. Non pochi, poi sono i soci che svolgono l'attività alpinistica e l'attività di arrampicata sia in falesia che in palestra indoor.

L'evento che negli ultimi anni contraddistingue la nostra sottosezione è MONTAGNA CINEMA: il progetto nasce nel 2007 dall'incontro di diverse associazioni attive nella promozione e diffusione della cultura cinematografica e nella tutela della montagna. Con questo spirito è nata la manifestazione che, dopo una iniziale connotazione cinematografica, si è via via arricchita di nuove proposte fino a diventare un incontro con il mondo della montagna a 360°.

Accanto alle proiezioni di alcune delle opere cinematografiche più significative, tratte dai più importanti festival del settore (in particolare il Trento Film Festival e l'archivio della cineteca nazionale del CAI) negli anni si sono introdotte serate dedicate agli incontri con gli autori di libri a tema, giornalisti del settore, dibattiti ed interventi mirati con alpinisti protagonisti di grandi avventure (Barmasse, Mondinelli, Gogna, Meroni ecc.) e con chi si occupa della sicurezza e della cura della montagna. Oltre a questo MONTAGNA CINEMA si è distinta per una particolare attenzione per le popolazioni delle terre alte in difficoltà, con una raccolta fondi che tradizionalmente culmina nella serata conclusiva della manifestazione.

L'ultima e XII edizione è iniziata il 29 ottobre 2018 con una serata dedicata a Tomek, lo sfortunato alpinista polacco morto sul Nanga Parbat lo scorso inverno, il 26 novembre con un incontro con l'alpinista Marco Berti autore del libro *Il vento non può essere catturato dagli uomini*, per proseguire quest'anno con altre tre date: il 14 gennaio una serata con il fotografo Gabriele Menis dal titolo *Artic Lights*, il 28 gennaio una performance teatrale con il gruppo "[S]LEGATI", il 25 febbraio con il film "Everest Green" ed infine il 1 aprile un incontro con la guida alpina Marco Milanese.

CONSIGLIO DIRETTIVO:

Reggente: Paolo Contardo

Vice Reggente: Valerio Luis

Revisori:

Dario Trinco, Emilio Vidoni

Tesoriere: Deni Tomat

Consiglieri:

Gildo Garlatti Costa

Gianni Del Pino

Maurizio Floreani

Ivan Toniutti

Manuel Masotti

🏠 Via Udine 2

33038 San Daniele (Ud)

☎ +39 331 1378947

@ sandaniele@alpinafriulana.it

ORARIO SPORTELLO:

ogni giovedì

dalle 20.30-23.00

CONSIGLIO DIRETTIVO:**Reggente:** Mauro Zoz**Vicereggente:**

Laura Ronco

Consiglieri:

Amorino Sant,

Costantino Martignon,

Dario Del Fabbro,

Paolo Comisso

Segretario:

Dario Del Fabbro

Tesoriere:

Paolo Comisso

🏠 Via Dante 69 – 33017
Tarcento (Ud)

☎ +39 333 5811460

@ caitarcento@libero.it

📘 facebook.com/caitarcento

ORARIO SPORTELLO:

ogni venerdì

dalle ore 21.00

alle 23.00

TAR • CAI TARCENTO

Nella programmazione dell'attività di quest'anno abbiamo voluto coinvolgere l'intera platea dei nostri soci e, tramite i mezzi che la tecnologia ci mette a disposizione, sono state raccolte le preferenze e i sogni escursionistici per la formazione di un allettante programma 2019. La risposta da parte dei nostri iscritti è stata molto positiva sia in termini qualitativi sia in termini quantitativi. Tant'è che, per realizzare tutti i suggerimenti, ci vorrebbero almeno quattro stagioni! Siamo riusciti a redigere un programma vario e per tutti i gusti e le esperienze.

Affronteremo itinerari famosi in Dolomiti, ma anche scopriremo vette e panorami esclusi dalle mete più frequentate. Ci saranno sia escursioni alla portata di tutti sia quelle più impegnative, ma cercheremo, come sempre negli ultimi anni, di optare per le diverse soluzioni nella medesima meta. Con l'esperienza degli scorsi anni, e grazie alla collaborazione con la sezione del CAI di Caserta, affronteremo anche nel 2019 una settimana escursionistica nell'Italia meridionale e precisamente in Cilento. Appuntamento da non mancare il 9 giugno per la VII ed. della manifestazione **"in cammino nei parchi"**, con una traversata sulle montagne del parco delle Prealpi Giulie.

Continuando la felice intuizione degli scorsi anni, proporremo anche quest'anno due rassegne di multivisione denominate **"Con le immagini raccontiamo"**; si svolgeranno presso la nostra sede di Tarcento, una primaverile ed una autunnale. Ricordiamo piacevolmente anche tre incontri conviviali inseriti nel programma, **"Viarte"**, **"Siarade"** e **"Marronata"**, dove in allegria potremo confrontarci sulle imprese portate a termine e su quelle future.



CONSIGLIO DIRETTIVO:

Reggente:

Emi Puschiasis

Vice Reggente:

Daniele Gomboso

Consiglieri:

Sergio Del Torre

Adolfo Della Marina

Erminio Cuberli

Carlo Pontoni

Raffaella Cipolletta

Revisori dei conti:

Dario Molella,

Rafael Graziutti,

Lorenzo Vian

🏠 via San Pelagio 17
33019 Tricesimo (Ud)

☎ **reggente** 328 9676082
segretario 366 8788911

@ cai.tricesimo@gmail.com

@ tricesimo@alpinafriulana.it

ORARIO SPORTELLO:

martedì 20.30-23.00

TRI • CAI TRICESIMO



ISCRIVERSI AL CAI



Il Club Alpino Italiano è stato fondato nel 1863 da Quintino Sella, con lo scopo di “fare conoscere le montagne e di agevolarvi le escursioni, le salite e le esplorazioni scientifiche”.

L'obiettivo di ieri non è cambiato, ma si è arricchito di nuove esperienze e opportunità.

Chi si iscrive oggi al Club Alpino Italiano entra a far parte di una grande famiglia, di una comunità che insegna a conoscere e ad amare la montagna, che trasmette la passione per la natura e agisce per difendere l'ambiente. Chi entra nel Cai trova storia, cultura, tradizioni. Trova soprattutto valori.

La montagna è una meravigliosa palestra: allena il corpo e l'anima. È lo scenario ideale dove scoprire se stessi, lo spazio immenso dove trovare la propria dimensione percorrendo un sentiero, raggiungendo una cima.

La Società Alpina Friulana è una delle più antiche e più attive sezioni del Cai. Farne parte equivale a sostenere un'associazione che dal 1874 opera a favore della montagna, significa accrescere la propria esperienza, per frequentare le terre alte in modo preparato e consapevole. Significa, infine, trovare nuovi amici.

L'iscrizione alla SAF- CAI UDINE, oltre a consentire la partecipazione alle iniziative organizzate da tutte le Sezioni del CAI dà diritto a:

- **Coperture assicurative:** L'iscrizione al Sodalizio garantisce automaticamente la copertura assicurativa per gli infortuni e la responsabilità civile verso terzi in attività sociale (a richiesta e a pagamento, è possibile sottoscrivere l'assicurazione anche per l'attività personale), oltre alla copertura per le spese inerenti all'intervento del Soccorso Alpino in Europa (anche in attività personale). Per ulteriori informazioni sul sito www.cai.it della Sede Centrale del CAI sono scaricabili le polizze assicurative.
- **Il trattamento agevolato sul tariffario dei rifugi del CAI e dei club alpini esteri** con i quali è stabilito il trattamento di reciprocità.
- **L'invio gratuito del periodico del CAI** “Montagna 360°”; e del nostro annuario “In Alto”. È inoltre possibile sottoscrivere l'abbonamento annuale della rivista semestrale “Le Alpi Venete”, richiedendolo in segreteria.

- **L'accesso alla consultazione ed al prestito a domicilio** presso la Biblioteca sociale.
- **Agevolazioni particolari** per l'acquisto di pubblicazioni sociali quali guide e manuali;
- **Agevolazioni e sconti** presso negozi ed esercizi appositamente convenzionati.

La SAF si occupa inoltre della tracciatura e della manutenzione di alcuni sentieri, della gestione e della manutenzione dei rifugi e dei bivacchi di proprietà. Da non dimenticare poi che il CAI esercita, su competenza attribuita da specifiche Leggi della Repubblica italiana, il soccorso in montagna tramite il Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico (CNSAS). Attività importantissima che viene svolta unicamente a livello di volontariato e che ogni anno salva numerose vite umane.

Meritevole anche l'attività di difesa e tutela dell'ambiente montano da degrado e speculazione.

Notevoli sono inoltre le iniziative rivolte ai soci che la SAF organizza durante tutto l'arco dell'anno; attività sociali comprendenti alpinismo, escursionismo, sci-alpinismo, momenti culturali e ricreativi, ecc. Inoltre queste attività includono anche svariati momenti di aggregazione fra i soci (feste, cene, pranzi, frequentazione della sede, ecc.), che da sempre risultano graditi ed apprezzati da chi vi partecipa. Pertanto se ci si associa alla SAF si sostengono attivamente tutte queste iniziative.

COME ISCRIVERSI ALLA SOCIETÀ ALPINA FRIULANA

Per associarsi è necessario compilare l'apposito modulo d'iscrizione presso lo sportello, unire una foto formato tessera e versare la quota associativa relativa alla categoria d'appartenenza – ordinario, ordinario juniores, familiare o giovane – per l'anno in corso.

L'associazione ha validità annuale (1° gennaio – 31 dicembre) ma la copertura assicurativa per gli interventi di soccorso alpino e polizza infortuni per l'attività istituzionale e l'invio delle riviste sono valide fino al 31 marzo dell'anno successivo a quello di iscrizione.

QUOTE SOCIALI 2019

Dal 02/11/2018 sono aperte le iscrizioni per il tesseramento 2019.

I Soci in regola con il tesseramento 2018 per non perdere la copertura infortuni in attività sociali, l'invio delle pubblicazioni sociali, la gratuità degli interventi per il Soccorso Alpino o il rimborso di eventuali oneri, devono rinnovare l'iscrizione entro il 31/03/2019.

Trascorso il 31 marzo 2019 diventano morosi e perdono tutti i diritti.

SEGNALAZIONI SULLO STATO DEI SENTIERI:

Si può partecipare attivamente al miglioramento della rete sentieristica, aiutando la commissione sentieri ad individuare e risolvere eventuali problematiche riscontrate, inviando una segnalazione a:

manutenzionesentieri@alpinafriulana.it

Sarà cura della SAF inoltrare la mail a chi di competenza.

QUOTE ASSOCIATIVE 2019

- Ammissione nuovi Soci € 5,00
- **Socio Ordinario** € 51,00
- **Socio Ordinario Juniores** € 22,00
- Socio ordinario di età compresa tra i 18 e i 25.
Le pubblicazioni sociali verranno inviate al Socio solo in mancanza di altri Soci ordinari coabitanti.
- **Socio Familiare** € 22,00
- Il Socio familiare deve autocertificare il nominativo del Socio Ordinario – iscritto alla stessa Sezione – al quale è legato da vincoli familiari anche di fatto e con cui coabita
- **Socio Giovane** € 16,00
- Per Socio giovane si intende il minore di anni diciotto (nati nel 2002 e anni seguenti);
Per i soci giovani non aventi il Socio ordinario di riferimento è previsto l'invio gratuito delle pubblicazioni della sede centrale per coloro che ne facciano espressamente richiesta;
- **Socio Giovane dal secondo in poi** € 9,00
- Al fine di beneficiare di tale quota agevolata è necessario che al momento della nuova iscrizione o del rinnovo vi siano un Socio ordinario di riferimento (capo nucleo a quota intera) e un 1° Socio giovane (a quota intera);
- **Abbonamento alla rivista semestrale "Le Alpi Venete"** € 4,50
- **Aumento massimale assicurativo**
- polizza infortuni in attività
istituzionale € 3,40

Rinnovo ON LINE della quota associativa

Dal 2019 i soci possono accedere al servizio ON-LINE per il rinnovo della quota associativa. Basteranno alcuni clic sul ns.sito (www.alpinafriulana.it/testseramento/), pagare con PayPal o carta di credito, ed in qualche giorno il bollino arriverà via posta a casa, unitamente alle pubblicazioni ed al materiale che di solito viene consegnato allo sportello.

I SOCI POSSONO RICHIEDERE L'ATTIVAZIONE DEL MASSIMALE INTEGRATIVO SOLO AL MOMENTO DEL RINNOVO O ISCRIZIONE AL SODALIZIO.

PER GLI IMPORTI SUPERIORI A € 77,47 LA RICEVUTA È SOGGETTA A MARCA DA BOLLO DA € 2 A CARICO DEL SOCIO / PARTECIPANTE.

MODALITA' DI PAGAMENTO

- **Contanti.**
- **Bancomat**
- **Carte credito**
- **PayPal**
- **Bonifico bancario:**

Intestatario: Società Alpina Friulana

Banca: 05484 BANCA POPOLARE DI CIVIDALE

Filiale: Udine Via Vittorio Veneto

I B A N :

IT 04 R 05484 12305 CC0641002932

ISCRIZIONI INIZIATIVE:

Le iscrizioni alle varie iniziative delle S.A.F. si ricevono entro i termini e con le modalità fissate nel programma. L'iscrizione è da intendersi formalizzata solo con il versamento della quota di partecipazione o di acconto prestabilita. L'assenza di tale versamento renderà nulla la prenotazione.

La quota o caparra dove prevista, non sarà rimborsata se non per cause imputabili alla Società Alpina Friulana (annullamento corso/gita o non ammissione per inidoneità decisa dalla direzione) o se il posto potrà essere ri-assegnato. Le richieste di rimborso per motivi personali (famiglia, salute, lavoro, ecc.) non possono essere in nessun modo soddisfatte.

Per le iniziative di più giorni e/o corsi la quota al netto della caparra di iscrizione già versata potrà essere restituita solo se la rinuncia viene comunicata entro i termini stabiliti dal regolamento dell'iniziativa; la caparra invece sarà restituita solo in caso di subentro di un nuovo iscritto.

ISCRIZIONE GITE NON SOCI:

Chi non è socio del Cai può partecipare alle escursioni, salvo diversa indicazione nel programma specifico.

In tale ipotesi il non socio dovrà presentarsi personalmente in sezione alla presentazione dell'escursione, sia per prendere notizie e informazioni sul percorso sia per fornire alla Segreteria i dati necessari alla stipula di apposita copertura assicurativa obbligatoria.



GeoResQ



GeoResQ è un servizio di geolocalizzazione e d'inoltro delle richieste di soccorso dedicato a tutti i frequentatori della montagna ed agli amanti degli sport all'aria aperta.

Il servizio, gestito dal Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico (CNSAS) e promosso dal Club Alpino Italiano (CAI), consente di determinare la propria posizione geografica, di effettuare il tracciamento in tempo reale delle proprie escursioni, garantisce l'archiviazione dei propri percorsi sul portale dedicato, ed in caso di necessità l'inoltro degli allarmi e delle richieste di soccorso attraverso la centrale operativa **GeoResQ**.

GeoResQ vuole essere un valido aiuto per incrementare la sicurezza delle tue escursioni e per il rapido inoltro delle tue richieste d'aiuto in caso di emergenza. **GeoResQ** con il servizio mette a disposizione il portale www.georesq.it per la gestione dei propri dati personali, della cartografia e dei propri percorsi,



un APP da installare sul proprio smartphone che consente di avviare le varie funzioni del servizio, ed una centrale operativa per la ricezione e l'inoltro delle richieste d'aiuto.

L'applicazione **GeoResQ** è gratuita per i Soci del Club Alpino Italiano. Una garanzia di sicurezza in più per i frequentatori abituali della montagna. Se sei già abbonato, l'applicazione verrà rinnovata automaticamente nel 2019 senza alcun costo. Se non hai ancora **GeoResQ** puoi scaricarla sul tuo smartphone ed inserire il tuo codice fiscale.





RIFUGI e BIVACCHI SAF

GIACOMO DI BRAZZÀ

16

Rifugi e bivacchi SAF • 2019

Giacomo Di Brazzà

Alpi Giulie, Piani di Montasio 1660m s.l.m.

Sella Nevea, Chiusaforte Ud

referimento gestore: Valentina Cecon

tel: 346 2280072 – 340 6305034

mail: valentinacecon@gmail.com

apertura: da giugno a settembre

e nei weekend di aprile, maggio e ottobre
compatibilmente con innevamento.



Il rifugio Giacomo di Brazzà sorge sull'altopiano del Montasio in posizione assai panoramica su un isolato sperone erboso ed è il punto di partenza privilegiato per tutte le escursioni che si svolgono sul gruppo del Montasio e dei Buinz. Posti letto 18; acqua calda, riscaldamento servizio ristoro con posti all' interno e esterno.

CELSO GILBERTI – OSCAR SORAVITO



Celso Gilberti – Oscar Soravito

Alpi Giulie, Conca Prevala / 1850m s.l.m.

località, Conca Prevala, Sella Nevea, comune di Chiusaforte

referimento gestore Irene Pittino

tel 0433-54015 - 333-8192055

e 333-6930282

<http://www.rifugiogilberti.com/>

e-mail: iri.piri@virgilio.it

apertura: dal 15 giugno al 30 settembre

e dal 20 dicembre al 30 aprile.

Il rifugio Gilberti – Soravito sorge al margine della conca di Prevala tra il monte Forato e il monte Bila Pec. È il punto ideale di partenza per tutti gli itinerari che si svolgono sul versante italiano del gruppo del Canin. Per raggiungerlo è possibile utilizzare nei mesi estivi ed invernali la funivia che sale da Sella Nevea oppure il sentiero CAI n.635. Il rifugio è un caratteristico edificio in pietra, a tre piani con 7 vani complessivi fra i quali 6 camerette da 2 posti, ed un camerone da 10 posti, inoltre trovate anche il servizio doccia.



DIVISIONE JULIA

18

Rifugi e bivacchi SAF • 2019



Divisione Julia

Alpi Giulie

Sella Nevea, Chiusaforte Ud

referimento gestore: Ivano Sabidussi

tel: 0433 54014

mail: rifugiojulia@gmail.com

apertura: sempre aperto

Rifugio da poco ristrutturato con servizio di B&B, mezza pensione, pensione completa. 4 camere con bagno interno 7 camere con bagno al piano. Totale posti letto 48.

Ristorante aperto dalle 12.00 con orario continuato fino alle 19.00 in alta stagione. Con orario dalle 12 alle 15 fuori stagione e cene con prenotazione. In bassa stagione è comunque garantito il servizio di ristorante per la cena in caso di presenza di ospiti nelle camere.



BIVACCO DIONISIO FERUGLIO costruito nel 1967 nel *Gran Circo della Grauzaria* in Comune di Moggio Udinese a quota 1.700



BIVACCO SANDRO DEL TORSO costruito nel 2008 alla *Forca de la Viene - Monte Cimone* in Comune di Chiusaforte a quota 2.100

GIOVANNI E OLINTO MARINELLI



Giovanni e Olinto Marinelli
Alpi Carniche, F.Ila Moraret / 2120m s.l.m.
Paluzza Ud

referimento gestore: Caterina Tamussin
tel: 0433 779177 / 0433.72094
http: www.rifugiomarinelli.com/
mail: cate_selva@libero.it
apertura da giugno a settembre

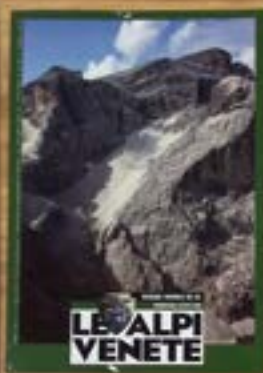
Il rifugio Marinelli sorge in posizione panoramica sulla forcella Morareet dove ha origine un fitto intreccio di sentieri. Per la sua posizione, il rifugio rappresenta il punto ideale di partenza per escursioni nel gruppo del monte Coglians. Il Rifugio dispone di 50 posti letto, bagni, docce e servizio di bar e ristorante.



BIVACCO STEFANO MODONUTTI - LUIGI SAVOIA costruito nel 1985
a *Sella Robon* in Comune di Chiusaforte a quota 1.908



BIVACCO DANIELE BERTOLUTTI costruito nel 2010
a *Conca Mogenza* in Comune di Tarvisio a quota 1.740



BIBLIOTECA SOCIALE

RESPONSABILI DELLA BIBLIOTECA:

Claudio Mitri
Oscar Zuliani
Elisa Peressotti

LA BIBLIOTECA È APERTA :
IL GIOVEDÌ SERA
dalle 21.00 alle 22.30

Inviare una e-mail a:
segreteria@alpinafriulana.it
per fissare appuntamenti in
altri orari.

La sezione alpinistica della biblioteca della SAF "Arturo Ferrucci" è disponibile e consultabile presso la sede sociale; esibisce le opere di narrativa di montagna, le guide (di arrampicata, escursionismo, scialpinismo) e i manuali, aggiornate annualmente con continue acquisizioni per soddisfare le esigenze dei soci e per mantenere il più possibile completa la dotazione.

Ad oggi ci sono oltre 3000 volumi che spaziano dalla fine dell'800 all'anno in corso, 200 video, ma anche tutti i fascicoli delle riviste italiane di settore (per citare solo gli abbonamenti attuali: *Meridiani Montagne*, *Pareti*, *Stile Alpino*) e le testate dei periodici delle principali istituzioni di montagna e delle sezioni del CAI.

Nel corso degli ultimi decenni la biblioteca è diventata il **giovedì sera** il punto di incontro fra tutti gli appassionati di montagna, che hanno qui l'occasione per confrontarsi e aggiornarsi, scambiarsi le impressioni della montagna "vissuta" e consultare le riviste e le guide utili per programmare le ascensioni. Oltre ad avere la possibilità, come soci, di prendere a prestito tutte le opere di narrativa e di manualistica e un discreto repertorio di video.

Gran parte dei volumi presenti sono catalogati in database informatico e sono consultabili in rete grazie a **CAIDoc**, il **Catalogo Unico dei beni culturali** del Museo Nazionale della Montagna

e delle Biblioteche sezionali del CAI che aderiscono al progetto (quasi un centinaio). Sul sito mnmt.comperio.it è possibile interrogare il patrimonio della nostra biblioteca ed effettuare ricerche per titolo, autore o soggetto!

La sostanziosa **parte storico-scientifica** è invece depositata con comodato presso l'attuale sede di via delle Scienze della Biblioteca Scientifica e Tecnologica dell'Università di Udine. Essa consta di oltre 7000 opere monografiche acquisite in un secolo di storia a partire dagli anni '70 dell'800, alcune anche di gran pregio, riguardanti le scienze naturali, opere storiche e classiche, rarità bibliografiche, annuari, oltreché quasi 5000 miscellanee e opuscoli di vario genere. Inoltre circa 2750 carte geografiche anche antiche e quasi 400 testate di periodici per complessive 12000 annate.

Il patrimonio, catalogato in schede cartacee, è consultabile in loco rivolgendosi al Banco prestiti della Biblioteca o scrivendo a scienze@uniud.it. È in corso il progressivo riversamento nel sistema informatico di Ateneo, già visualizzabile sul sito universitario.

L'**archivio storico documentale** della SAF è in fase di riordino e catalogazione ed è consultabile su richiesta. Comprende materiale

documentale risalente al periodo tra il 1880 ed il 1974 (anno del centenario), inventariato e suddiviso in quindici sezioni e 608 unità archivistiche. Sono contenute notizie con verbali di assemblee, corrispondenza, statuti, gestione patrimoniale, libri rifugio, libretti personali delle guide alpine, libri di vetta: insomma una vera miniera di dati, nonostante le lacune provocate nel tempo da profuganza, traslochi e gestioni non attente, a disposizione degli studiosi della montagna. L'archivio in questo periodo è stato incrementato da soci che in tal modo hanno voluto ricordare la loro militanza all'interno della SAF, evitando così di perdere la memoria e la dispersione del materiale stesso (importante è il deposito dell'archivio di Oscar Soravito, l'archivio fotografico di Francesco Zani e di Antonio Ferrante).

Notevolissimo interesse storico riveste anche l'**archivio fotografico** della SAF, 2424 immagini della montagna e della società friulana riprese fra il 1870 e il 1970, gestito dai Civici musei e gallerie di storia e arte di Udine. È possibile visionare on line tutte le foto del fondo digitalizzate, nella sezione "Beni fotografici" del sito dell'IPAC, che gestisce il patrimonio culturale del Friuli Venezia Giulia.





CORO SOCIALE

REFERENTI:

Presidente **Giovanni Mariano**
Direttore **Andrea Toffolini**
Segretario **Laura Missio**

COME PARTECIPARE:

Chiunque può entrare a far parte del coro, uomini e donne, un po' intonati e appassionati di canti corali di montagna

PER INFORMAZIONI:

Recarsi alla sede durante le prove oppure telefonare al **0432 504290** (in orario di sportello) o al 0432 581499.

PRESENTAZIONE

L'attuale formazione corale della SAF è attiva dal 1947 quando un gruppo di soci ha voluto riprendere la tradizione, sempre esistita all'interno della Società Alpina Friulana, di accompagnare con i canti di montagna e le villotte popolari le manifestazioni conviviali e le gite del sodalizio.

Attualmente è composto da 25 iscritti che alla passione per la montagna accomunano quella per il canto corale con lo scopo di ricercare, valorizzare e divulgare in particolar modo la tradizione musicale legata alla montagna e al nostro territorio. Il gruppo, a voci miste, ha comunque avuto occasione nel corso degli anni di collaborare anche alla realizzazione di concerti di carattere operistico e di esibirsi nell'esecuzione di brani di musica classica tratti sia dal repertorio sacro sia da quello profano. Recentemente ha proposto una rielaborazione di canzoni famose degli anni 50 e 60 del secolo scorso per coro misto a quattro voci.



Se volete vederci all'opera potete cercare i nostri video sul web, digitando "Coro SAF Udine YouTube".



REGOLAMENTO:

All'interno della Società Alpina Friulana, Sezione di Udine del CAI, il gruppo corale è stato costituito per coltivare l'amore per la montagna attraverso i canti popolari della tradizione, con particolare opera di ricerca, di studio e di elaborazione del patrimonio musicale e canoro.

1 – Tutti i soci della SAF e del CAI possono far parte del gruppo Corale.

2 – Il Coro è guidato e rappresentato da un Presidente, eletto dall'Assemblea dei coristi ogni 4 anni. Il Presidente a sua volta designa un Vicepresidente, un Segretario e un gruppo di Consiglieri (al fine di risolvere problematiche e proporre nuove strategie), in carica anch'essi per un quadriennio.

3 – Viene convocata un'Assemblea straordinaria dei coristi ogni volta che se ne ravvisi la necessità.

4 – Le prove del Coro sono stabilite normalmente due volte per settimana – il lunedì e il mercoledì sera, dalle 20.30 alle 22.00 – presso la sala messa a disposizione dalla Società Alpina.

5 – I coristi sono tenuti alla massima puntualità e regolarità di frequenza, al fine di mantenere un percorso solidale e continuo di apprendimento e di affiatamento reciproco. Eventuali assenze o ritardi significativi e ripetuti saranno comunicati preventivamente al Segretario o al Direttore del Coro.

6 – Gli spartiti vanno conservati e portati di volta in volta alle prove nell'apposita cartellina.

La divisa del coro (camicia gialla e pantaloni marroni) va indossata in tutte le occasioni di uscite ufficiali, corredata dallo stemma della SAF.





MONTAGNATERAPIA

COORDINATORI
DEL PROGETTO:

Tiziano Scarsini (ASE)
Renzo Paganello (ONC)
Dott. Elio Campiutti

La Società Alpina Friulana del CAI, nell'ambito di una collaborazione gratuita con l'ASUI UD della provincia di Udine cui fanno capo i CSRE (centri socio riabilitativi e educativi), da diversi anni attua il progetto denominato "Montagnaterapia", rivolto agli utenti diversamente abili che risiedono nella provincia di Udine.

L'attività prevede semplici e brevi escursioni di tipo turistico, in ambiente collinare e anche di media montagna con una ben mirata e modulata attività psicomotoria, non disgiunta da quella didattica, con brevi cenni su storia, antropologia, morfologia, flora e fauna, topografia e orientamento.

Significativo ed efficace è l'approccio diretto con la natura e l'ambiente, in tutte le caratteristiche proprie, per certi aspetti anche ostili, dove la montagna stessa, utilizzata come spazio terapeutico, trasmette grandi e intense emozioni, rafforza l'autostima, il processo di integrazione e la fiducia nelle proprie capacità.





SCUOLE E TERRITORIO

RESPONSABILE DEL PROGETTO:

Paolo Lombardo (ANAGE)

Il Club Alpino italiano dedica una particolare attenzione ai giovani sia in termini di risorse umane che di linee strategiche così come prevede il suo "Progetto educativo" ed in particolare il suo "Progetto scuola" ed il protocollo di intesa tra CAI e Ministero dell'Istruzione. La SAF mette a disposizione soci qualificati in corsi nazionali e regionali così come le sue migliori risorse organizzative per permettere ai giovani studenti un percorso di conoscenza e frequentazione della montagna in modo corretto e sicuro. In questo modo si coniugano gli aspetti ambientali, sportivi e ricreativi, garantendo nel contempo un percorso di crescita in sinergia con gli indirizzi dell'offerta scolastica. I giovani possono così accedere a qualunque specialità legata alla frequentazione della montagna sia in ambiente estivo che invernale.

Nel corrente anno scolastico 2018-2019 si prevede di svolgere un'attività in ambiente montano in prevalenza con studenti delle scuole medie inferiori e forse anche con qualche classe delle scuole medie superiori.

Al momento sono circa una decina le proposte in calendario che porteranno sino a 400 ragazzi sulle montagne regionali.

Sono previste anche uscite sui sentieri storici della grande guerra in sintonia con i programmi scolastici di studio e comunque sempre concordati con le istituzioni scolastiche.

Orientativamente le uscite sono previste per il periodo di marzo-maggio con qualche ipotesi di attività in ambiente invernale. Tutte le uscite sono precedute da una illustrazione in classe nella cornice sia ambientale che storica di quanto accaduto.

In corso d'opera sarà possibile inserire qualche altra uscita tenendo conto però della disponibilità di operatori qualificati con competenze specifiche nell'approccio con i giovani.

SAF e TUTELA DELL'AMBIENTE MONTANO (TAM)



REFERENTI:

Ivana Bassi (ONTAM)

340 7116281

ivana.bassi@gmail.com

Il CAI è tra le **Associazioni di protezione ambientale** a carattere nazionale ufficialmente riconosciute, ai sensi della Legge n. 349/86. Un ruolo importante, confermato nel 2018 da parte del Ministero dell'Ambiente e della Tutela del Territorio e del Mare.

Questa conferma conferisce alla nostra associazione il potere di operare attivamente in materia di **tutela dell'ambiente e delle sue risorse naturali e antropiche** su tutto il territorio nazionale.

E lo fa grazie al supporto della Commissione Centrale per la Tutela dell'Ambiente Montano (TAM), delle sue diramazioni periferiche, tra cui la **Commissione Interregionale TAM Veneto Friuli Venezia Giulia**, e degli operatori TAM presenti sul territorio. La TAM, come comunemente viene chiamata, è:

- **sentinella**, per un costante monitoraggio del territorio montano
- **guida**, per individuare i migliori "sentieri" di uno sviluppo sostenibile
- **educatore**, per formare una coscienza della realtà montana, per creare una nuova sensibilità ai problemi del territorio

Anche la SAF è impegnata in queste attività, soprattutto organizzando iniziative di formazione e sensibilizzazione. Con la partecipazione alla giornata nazionale **"in CAMMINO nei PAR-CHI"**, che si terrà il 9 giugno, si intende far conoscere il ruolo





del CAI per la manutenzione della rete sentieristica e quello delle aree protette per la salvaguardia della biodiversità naturale e culturale. Inoltre i programmi dei corsi di escursionismo della SAF prevedono una lezione ad hoc su **Ambiente montano e cultura dell'andare in montagna**, a cura della TAM.

La trasversalità della TAM si rivela anche nei rapporti con il Gruppo di Alpinismo giovanile "Diego Collini", con cui vengono organizzate attività formative rivolte ai più **giovani** incentrate su diversi aspetti della tutela delle nostre montagne (frequentazione rispettosa, acqua bene comune, gestione rifiuti, inquinamento ecc.). Come pure con la Commissione culturale e divulgativa, con cui presenterà il 20 febbraio il **documentario** *"Un mare di plastica. Il problema è a monte"*.

Per maggiori informazioni si può consultare il nostro sito web alla pagina:

www.alpinafriulana.it/tam-tutela-ambiente-montano

OPERATORI NATURALISTICI E CULTURALI



EVENTUALI INFORMAZIONI:

via mail a
divulgativa@alpinafriulana.it

REFERENTI:

Renzo Paganello (ONCN)
Marco Cabbai (ONC)

Il Comitato Scientifico Centrale del Club Alpino Italiano è stato il primo organo tecnico operativo del CAI; esso si accinge ormai a varcare la soglia dei 90 anni, e la sua costituzione riconosce ufficialmente lo stretto rapporto da sempre esistente tra alpinismo e ricerca scientifica. Nel suo editoriale dal titolo *Alpinismo e scienza* che nel 1931 fu pubblicato sulla "Rivista", l'allora Presidente Manaresi ricordava *"che gli scienziati erano stati i fondatori del Sodalizio"*, ribadendo l'importanza fondamentale del "conoscere" nei confronti di tutti coloro che frequentano l'ambiente montano.

L'impegno scientifico del CAI con il trascorrere degli anni si è ulteriormente allargato alla sua stessa base sociale, con la istituzione nel 1999 degli Operatori Naturalistici e Culturali, impegnati a livello locale e nazionale a promuovere e diffondere all'interno del Sodalizio le conoscenze naturalistiche ed antropiche, organizzando escursioni naturalistico/culturali, corsi, seminari e svolgendo attività di ricerca e partecipando attivamente ai gruppi di lavoro del Comitato Scientifico Centrale, come Terre Alte, Grandi Carnivori, Rete Museale, Rifugi e Dintorni ed altro ancora.

Essere Operatori Naturalistico Culturali e partecipare all'attività del Comitato Scientifico significa quindi operare all'interno del grande solco che, conformemente all'art 1 dello statuto,





lega sin dalle sue origini il CAI alla “**conoscenza e lo studio delle montagne**”. Due sono le componenti che contraddistinguono l'Operatore Naturalistico e Culturale: il desiderio di conoscere la grande complessità dell'ambiente naturale ed umano delle nostre montagne, e la volontà di divulgarne i caratteri salienti. Ed è proprio quest'ultima componente che trova nelle sezioni del CAI il suo perfetto campo di applicazione: infatti anche gli Operatori Naturalistici e Culturali della Società Alpina Friulana organizzano continuamente una **intensa attività divulgativa**, al fine di accendere in ognuno dei frequentatori delle montagne quella curiosità necessaria per conoscere veramente la montagna e l'ambiente circostante e scoprire così anche caratteristiche e peculiarità difficilmente individuabili senza uno stimolo mirato.

Nella Società Alpina Friulana operano trasversalmente, in diverse commissioni e gruppi, nove Operatori Naturalistici e Culturali (dei quali un operatore Nazionale, dodici operatori di primo livello e uno sezionale) che organizzano continuamente escursioni naturalistiche, storiche o culturali, tengono lezioni specifiche in diversi ambiti di corsi sezionali, programmano conferenze divulgative, realizzano ormai da diversi anni le “Lezioni di Cultura Alpina”, corsi di aggiornamento validi per Operatori Naturalistici e Culturali e per Guide Ambientali Escursionistiche, collaborano nella tenuta di lezioni e conduzioni di escursioni in ambiente con diverse istituzioni tra le quali la Regione Autonoma FVG, il Museo Friulano di Storia Naturale, vari Istituti Scolastici e l'Università della Terza Età, il Parco Naturale delle Prealpi Giulie e il Parco Naturale delle Dolomiti Friulane e diverse organizzazioni Pro loco.

Operatori Naturalistici e Culturali della Società Alpina Friulana:

Renzo Paganello ONCN (2° livello)

Daniele Ballico ONC (1° livello)

Marco Cabbai ONC (1° livello)

Denia Cleri ONC (1° livello)

Livio De Marchi ONC (1° livello)

Olivio Ecoretti ONC (1° livello)

Ermes Furlani ONC (1° livello)

Massimiliano Malisan ONC (1° livello)

Francesca Marsilio ONC (1° livello)

Dennis Michelutti ONC (1° livello)

Antonio Nonino ONC (1° livello)

Silvia Rossi ONC (1° livello)

Emanuele Rugo ONC (1° livello)

Donatella Carraro ONC Sezionale

GRUPPO SENIORES



**EVENTUALI
INFORMAZIONI:**
via mail a
seniores@alpinafriulana.it

REFERENTE:
Livio De Marchi (ONC)

Informazioni ed iscrizioni:
www.alpinafriulana.it

Mailing-list: per iscriversi o
cancellarsi alla newsletter
gratuita:
[www.alpinafriulana.it/
mailing-list](http://www.alpinafriulana.it/mailing-list)

Il 2017 è stato il primo anno di attività ufficiale del **Gruppo Seniores** della Società Alpina Friulana-CAI di Udine, anche se le sue origini risalgono a qualche anno prima.

Il Gruppo si prefigge principalmente di diffondere tra i propri iscritti, attraverso adeguate attività escursionistiche guidate, una maggiore frequentazione dell'ambiente montano per persone over 60.

Vale a dire un modo di camminare più lento con minori dislivelli, destinando maggiore attenzione agli aspetti storici e naturalistico ambientali che caratterizzano la montagna.

Non mancano naturalmente il buon umore e le riunioni conviviali, spesso al termine delle stesse escursioni.





ELENCO USCITE GRUPPO SENIORES 2019

10-GEN	Casera Glazzat Alta	EAI
24-gen	Rifugio Zacchi	EAI
07-FEB	Sella Bartolo	EAI
21-feb	Rifugio Giau	EAI
07-MAR	Casera Valmedan Alta	EAI
13-mar	Altfinckenstein <i>Intersezionale Seniores UD-GO</i>	T-E
21-mar	Anello del Monte Stella da Tarcento	E
04-APR	Anello Monte Prat da Cornino	E
18-apr	Monte Paularo da Casera Pramasio	E
02-MAG	Matajur da Mersino	E
16-mag	Monte Golica - Slovenia	E
22-mag	Raduno Seniores Triveneto	
06-GIU	Crociera sul Sile	T
27-giu	Gartnerkofel	E
11-LUG	Puanina Tour	E
24/25-lug	Alta Via - Vetta d'Italia	E-EE
08-AGO	Bus del Buson e Brent De L'Art	E
29-ago	Picco di Grubia	EE
11/12-SET	Canyon del Bletterbach e Labirinto Latemar	E
26-set	Rifugio Grauzaria - Foran de la Gjaline	E
10-OTT	Jôf di Somdogna	E
24-ott	Cima dei Colesei	E
07-NOV	Malga Avrint (Siarade Seniores)	E
21-nov	Monte Sabotino (versante italiano)	E



COMMISSIONE CULTURALE E DIVULGATIVA

Società Alpina Friulana
**COMMISSIONE CULTURALE
E DIVULGATIVA**

Via Brigata Re, 29
33100 Udine
(ex Caserma Osoppo)
Tel e fax +39 0432 504290

e-mail:
divulgativa@alpinafriulana.it

INFORMAZIONI
www.alpinafriulana.it

Mailing-List: per iscriversi
o cancellarsi alla newsletter
gratuita www.alpinafriulana.it/
mailing-list

La Commissione agisce per far conoscere le attività della Società Alpina Friulana e si occupa della divulgazione della cultura alpina fra i soci. Lo fa organizzando lezioni, conferenze, mostre, pubblicazioni. Fra gli obiettivi, ha quello di stimolare l'interesse all'approfondimento dei temi legati alla montagna e alla natura, anche attraverso la narrazione delle esperienze dei protagonisti con video, racconti e incontri offerti al pubblico.

La Commissione collabora: con gli Operatori naturalistici e culturali del Club Alpino Italiano, per promuovere la conoscenza dell'ambiente naturale, storico e artistico dell'Italia, la sua cura e salvaguardia; con la Commissione per l'alpinismo giovanile, per la diffusione delle conoscenze di base del vivere e muoversi in montagna tra i giovani e con iniziative nelle scuole; con la Commissione per l'escursionismo, per l'attività di promozione e divulgazione dei programmi per le gite ed escursioni.

La Commissione opera inoltre assieme ad altre istituzioni culturali per il raggiungimento di obiettivi comuni. In particolare, da molti anni, organizza l'annuale, seguitissima Rassegna dei film e dei protagonisti della montagna.

Fin dalla sua fondazione, la Società Alpina Friulana ha inserito nei suoi programmi l'impegno di diffondere tra i soci





la conoscenza del mondo della montagna nei suoi vari aspetti, geografico, geologico e antropologico, nozioni che sono complementari alla frequentazione dell'ambiente montano sia di tipo escursionistico, sia alpinistico. Già dai primi documenti si evince questo spirito e in una assemblea del 1920, con le espressioni auliche tipiche del tempo, si sottolineava l'impegno della SAF a collaborare con altre Istituzioni, associazioni culturali e il Comitato Dante Alighieri per diffondere la conoscenza del Friuli e in particolare dei nuovi territori annessi all'Italia dopo la fine della prima guerra mondiale. Pur non essendo mai stati i confini un ostacolo per la gente di montagna, la maggior conoscenza dei territori e una loro facilitata frequentazione avrebbero senz'altro favorito la conoscenza fra le popolazioni e gli alpinisti-escursionisti.

L'attività culturale della SAF si è sviluppata negli anni soprattutto con la pubblicazione di libri, saggi, guide e della rivista *IN ALTO*, testata edita dal 1890 e pubblicata a fine

anno per relazionare sulla vita dell'Alpina e sullo stato delle montagne, ospitando vari contributi letterari e scientifici. Salvo la forzata interruzione dovuta al secondo conflitto mondiale e successivamente al sisma del 1976, dalla fondazione nel 1874 l'impegno culturale non è mai venuto meno, anche con le serate dedicate a celebri alpinisti (Renato Cassin, Walter Bonatti, Achille Compagnoni, Ignazio Piusi, Kurt Diemberger, Reinhold Messner e altri), a viaggi intrapresi dai soci e, in collaborazione con il Dopolavoro Ferroviario, alla proiezione delle pellicole presentate al *Trento Film Festival*.





ATTIVITÀ ANNO 2019:

Rassegna Film della Montagna

Prosegue anche nel 2019 la programmazione dell'ormai storica Rassegna del Film della Montagna organizzata dalla Società Alpina Friulana in collaborazione con il Dopolavoro Ferroviario di Udine, arrivata alla 35ª edizione. La rassegna ha avuto inizio negli anni '80 con le proiezioni dei filmati nella storica sede del cinema di via Della Cernaia 2 ospitando alpinisti di rilievo.

Il programma del 2019 si svolgerà in febbraio sia nell'Auditorium Menossi di Udine sia in sede con serate dedicate alla proiezione di film e altre dedicate all'incontro con scrittori, giornalisti, alpinisti, escursionisti, studiosi della montagna ed ecologisti.

Lezioni di Cultura Alpina

Prosegue il cammino che la Società Alpina Friulana sta facendo da sette anni con le Lezioni di Cultura Alpina per far conoscere il territorio regionale.

Dopo aver trattato in maniera approfondita il ciclo dell'acqua, la geologia, i boschi, i fiori, la fauna e l'intervento dell'uomo sul paesaggio del Friuli Venezia Giulia, l'edizione delle Lezioni di Cultura Alpina del 2019 si chiamerà **"Nel nome del Friuli"** e sarà dedicato alla toponomastica. Ermanno Dentesano e Barbara Cinausero Hofer ci porteranno a scoprire perché monti, fiumi, paesi, attrezzi del lavoro e della vita quotidiana si chiamano così, offrendoci indizi per conoscere meglio il luogo dove viviamo.

La regione Friuli Venezia Giulia occupa una posizione privilegiata nel vasto mosaico linguistico ed etnico dell'arco alpino: per la sua conformazione e per la sua storia, formata da un infinito intreccio di contaminazioni tra popoli, fin dall'antichità il suo territorio è stato luogo di incontri fra molte culture. Scoprire l'origine dei nomi significa anche ricostruire l'influsso di queste culture, che rischiano di venire dimenticate.

Il ciclo di lezioni si svolgerà dall'8 marzo al 5 aprile 2019 come consuetudine ogni venerdì alle 18.30 nella sala eventi della Società Alpina Friulana.

Maggiori informazioni su <http://www.alpinafriulana.it> da dove è possibile anche accedere al servizio di prenotazioni on-line per formalizzare l'iscrizione.



Viaggi trekking e altro

È ormai consolidata la tradizione di offrire una serie di quattro serate dedicate alle proiezioni di fotografie dedicate ai viaggi e ai trekking dei in Europa e in Paesi spesso lontanissimi, dai deserti in Africa all'Himalaya e la Patagonia.

È una buona opportunità quindi, per conoscere luoghi e nuovi orizzonti da esplorare.

Uscite in ambiente

Durante l'anno vengono organizzate delle uscite in ambiente con escursioni a carattere naturalistico, geologico e storico, organizzate dagli Operatori naturalistici e culturali del Cai che operano all'interno della Saf.

Le camminate in questi casi non presentano difficoltà tecniche, ma è necessario comunque avere un minimo di allenamento per camminare, perché possono impegnare l'intera giornata.

Queste le escursioni a carattere naturalistico e culturale che si svolgeranno nel 2019:

GIORNATE DEDICATE ALLE ESCURSIONI

- 24 febbraio** Foce dell'Isonzo / Isola della Cona
- 19 maggio** Toppo, Castello di Toppo, Tamer
- 7 luglio** Monte Pizzul
- 6 ottobre** Grotte di Pradis
- 17 novembre** Da S. Giovanni al Timavo
al sentiero Rilke (*pranzo al
villaggio pescatori di Duino*)



VENERDÌ 1 FEBBRAIO Serata film



STILL ALIVE

Reinhold Messner

Austria - Italia / 2017 / 88' - Cineteca CAI

Gert e Oswald sono compagni di studi all'Università di Innsbruck e decidono di partire per il Kenya in compagnia di Ruth, futura moglie di Oswald. Mentre Ruth si trova a Mombasa, i due amici si dedicano alla scalata del Monte Kenya. Ma al momento di tornare indietro vengono sorpresi da una perturbazione e Gert precipita in un crepaccio rimanendo gravemente ferito. Ha così inizio una delle storie più avvincenti di salvataggio in alta quota, un'impresa durata nove giorni che Oswald ha trascorso interamente al fianco dell'amico.



VENERDÌ 8 FEBBRAIO I Protagonisti



LA MONTAGNA È DONNA

di e con Anna Torretta

Nessuno meglio di Anna Torretta può raccontare quanto vita e montagna siano strettamente intrecciate. Perché ha salito pareti di roccia e cascate gelate in ogni angolo del pianeta, perché si è imposta in un ambiente maschile. E perché forse, da donna e madre, percepisce più forte il palpito vitale della natura.



Biografia: nata a Torino nel '71, è guida alpina a Courmayeur. Nel 2006 è stata vice campionessa mondiale di arrampicata su ghiaccio. Conta due spedizioni femminili sulle montagne dell'Afghanistan, in Wakhan nel 2008 e 2010 e una in Nepal nel 2018 ai Mugu Peaks. Nel 2017 ha scritto "La montagna che non c'è" (Piemme).

**INGRESSO
LIBERO**



incontri presso **AUDITORIUM MENOSSI**
via San Pietro 60, Udine – ore 21.00



incontri presso **SEDE SAF**
via Brigata Re 29, Udine – ore 21.00



VENERDÌ 15 FEBBRAIO | Protagonisti



SENTIERO ITALIA I PRIMI 6000 CHILOMETRI

di Lorenzo Franco Santin

Il Sentiero Italia è stato percorso a piedi per oltre 6000 chilometri da Lorenzo Franco Santin. Un'impresa in solitaria raccontata in prima persona in un documentario da lui realizzato. Partito dal caldo mare di Santa Teresa di Gallura, passando le neviccate sull'Etna, il caldo torrido dell'Appennino e l'umidità ligure, Lorenzo arriva dopo più di 3000 chilometri sulle Alpi. Tra salite ripide e lunghe, quote superiori ai 3000 metri, il ghiacciaio, il viaggio si fa intenso ed estremo e si concluderà a Muggia dopo 114 giorni di cammino. Appassionato di escursionismo e di fotografia, dal 2009 Lorenzo ha cominciato a dedicarsi dapprima alle fotografie di eventi, poi alla fotografia naturalistica e di paesaggio montano.



VENERDÌ 22 FEBBRAIO | Protagonisti



MONTAGNA, FUTURO PRESENTE

con Enrico Camanni in dialogo con Linda Cottino, Alessandra Beltrame e altri ospiti

Che cosa vuole chi ama le terre alte? Che cosa invece lo attende? Che cosa fare per il bene sia della montagna sia di chi la frequenta?

Enrico Camanni Nato a Torino nel 1957, approda al giornalismo attraverso l'alpinismo. È stato caporedattore della Rivista della Montagna e fondatore-direttore del mensile *Alp* e del semestrale internazionale *L'Alpe*. Ha scritto molti libri sulla storia e la letteratura delle Alpi e dell'alpinismo e sei romanzi. È vicepresidente dell'associazione Dislivelli.

Linda Cottino Giornalismo, editoria e montagna sono i cardini della sua attività professionale. Ha diretto la rivista *Alp*, partecipato a un progetto europeo di web tv sull'arco alpino e scritto il libro *Qui Eljja, mi sentite?* (Vivalda). Cura la rubrica dei libri per *Montagne 360*, rivista mensile del Cai, e scrive per *inMovimento*, supplemento del *Manifesto*. Per la casa editrice Edt coordina la collana di guide Marco Polo.





VENERDÌ 01 MARZO Serata film



THE WHITE MAZE

Matthias Mayr

Austria / 2016 / 52' - Cineteca CAI

Al termine di un intero anno trascorso ad organizzare, programmare e immaginare possibili scenari avventurosi, Matthias Haun Haunholder e Matthias Mayr decidono di partire per la loro missione impossibile: essere i primi a sciare sul Monte Pobeda, la cima più alta della Siberia orientale.



PATABANG, UNA STORIA DEGLI ANNI '70

Andrea Frigerio

2013 / 42' - Cineteca CAI

Racconta la storia di un gruppo di giovani che alla fine degli anni '70 ha cambiato le regole del gioco, dando inizio a un nuovo modo di fare alpinismo. Si avvia così la storia dell'arrampicata moderna anche in Italia, sulla scia delle imprese americane in Yosemite Park (California USA)

Dalla voce di Jacopo Merizzi e Paolo Masa, "Patabang" racconta l'avventurosa scoperta della Val di Mello



VENERDÌ 08 MARZO Serata film



14+1

Vida Valencic

Italia / 2017 / 48'

La storia di vita della coppia di alpinisti Nives Meroi e Romano Benet. Marito e moglie, hanno scalato tutti i 14 Ottomila della Terra senza l'ausilio di bombole d'ossigeno né di portatori d'alta quota. Il loro "quindicesimo Ottomila" è stata la gravissima malattia di Romano, superata grazie a due trapianti. La montagna insegna tutto e dà gli strumenti per affrontare la vita.



13 FEBBRAIO



"VITA DA RIFUGISTI

Che cosa significa vivere e fare ospitalità in cima, nei luoghi più alti e selvaggi d'Europa. Il racconto di chi ha scelto di abitare e accogliere nei rifugi delle nostre montagne

Nella foto di Laura Tessaro: Irene e Fabio del rifugio Gilberti-Soravito



20 FEBBRAIO



"UN MARE DI PLASTICA. MA IL PROBLEMA È A MONTE"

Eugenio Fogli

Proiezione video e incontro con l'autore. Interviene Ivana Bassi (Tam Tutela ambiente montano Saf-Cai)

"Un mare di plastica. Il problema è a monte" è un cortometraggio di grande impatto che ripercorre gli splendidi paesaggi del Friuli Venezia Giulia e mostra i fondali marini deturpati dai rifiuti, l'80% dei quali proviene dalla terraferma, anche dalle montagne. **Eugenio Fogli** è udinese. Medico veterinario, dal 2013 è attivista con Sea Shepherd, ha partecipato alle campagne internazionali in difesa dei delfini in Giappone ed è coordinatore del progetto scuole.



27 FEBBRAIO



LO ZAINO BLU.

DALLE CIME ALLA MONTAGNA INTERIORE

di e con Cristina Noacco

dialoga con l'autrice Renzo Paganello

Il viandante di montagna si mette in gioco con tutto se stesso. Lo spirito e i muscoli, di solito separati e associati a funzioni indipendenti, sono coinvolti in uno slancio comune di elevazione. Perché l'erranza episodica o prolungata ha un unico esito: condurci a noi stessi.

Cristina Noacco, friulana, è docente di Letteratura francese del Medioevo all'Università di Tolosa in Francia. Ha scritto *La forza del silenzio. Piccole note sul fruscio del mondo* (Ediciclo 2017), *Morâr d'amôr. Albero d'amore* (Kappa Vu 2015), pubblicata anche in una versione illustrata *Sfueis d'amôr. Foglie d'amore* (Kappa Vu 2016) e *Lo zaino blu* (Orme 2018).

5 x mille

**Ami la montagna?
Vuoi proteggerla
e frequentarla
nel giusto modo?**

Iscriviti e sostieni la Società Alpina Friulana
la sezione del Club Alpino Italiano più grande e antica
del Friuli!

145 anni di storia e centinaia di chilometri di sentieri da
conservare e percorrere



**Destina il tuo 5 per mille
a sostegno della S.A.F**

Firma nella prossima dichiarazione dei redditi
l'apposita casella per la scelta del 5 x 1000 a sostegno
del volontariato, inserendo il

8 0 0 0 1 9 3 0 3 0 6

per la
SOCIETA' ALPINA FRIULANA
via Brigata Re 29
33100 Udine

**Non ti costa nulla e per noi
e per la montagna friulana
è un grande aiuto!**



06 MARZO



DOMANDANDO DI DOUGAN

di Flavio Ghio e Giorgio Gregorio

Proiezione del film documentario sull'alpinista triestino Vladimiro Dougan che fu pupillo di Julius Kugy.

Gli autori hanno ricostruito la memoria di Dougan attraverso un poderoso corpo di documenti, cercando di ridargli la giusta collocazione nella storia dell'alpinismo. Paragonato a Emilio Comici, Dougan è scomparso dalle cronache perché sloveno e arruolato nell'esercito austro-ungarico durante la prima guerra mondiale.

SEDE SAF

41

35ª RASSEGNA DEL FILM DELLA MONTAGNA

ANDANDE
CARTOLERIA - ARTICOLI DA REGALO - LIBRI

BIGLIETTERIA E ABBONAMENTI **SAF** FOTOCOPE STAMPE FAX CONVENZIONATO **TTS** GIOCATOLI E CONFIZIONE REGALO

Via Roma 66 - Plesian (Di Prato) (UD) - 0432 699736 - cartoleria.andande@gmail.com

ND OFFICINA MECCANICA NARDI

AZIENDA SPECIALIZZATA
NELLE LAVORAZIONI
MECCANICHE DI PRECISIONE

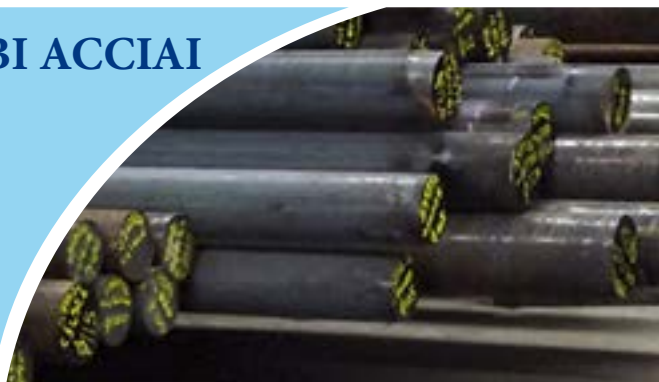
Servizi e controlli: tornitura, Fresa e controllo numerico, Controllo di lavoro fino a 10 assi, Controllo di lavoro CNC, Zone tradizionali, Fresa tradizionale, CNC turning, CNC milling, Machining centers 4 and 5 axis, CNC machining centers, Conventional turning, Conventional milling.

www.ndnardi.it - nardi@ndnardi.it



TUBI ACCIAI

via dell'artigianato, 26
Buttrio (UD)
tel. 0432-547464
mail@tubiacciai.it
www.tubiacciai.it





Nominare è nella natura dell'uomo ed è l'unico modo che l'uomo ha per conoscere. Scoprire come vengono dati i nomi significa entrare in contatto con altre culture, e attraverso i nomi è possibile risalire a culture che altrimenti sarebbero pericolosamente esposte al rischio di venire dimenticate. La regione Friuli-Venezia Giulia occupa una posizione privilegiata nel vasto mosaico linguistico ed etnico dell'arco alpino, poiché, per la sua conformazione e per la sua storia formata da un infinito intreccio di contaminazioni tra popoli, fin dall'antichità il suo territorio fu teatro di incontri fra le principali culture d'Europa, di cui ancora oggi si avverte l'influenza.

L'edizione delle Lezioni di Cultura Alpina del 2019 si chiamerà "Nel nome del Friuli" e due dei massimi esperti del settore ci faranno scoprire i segreti di ciò che abbiamo sempre avuto sotto i nostri occhi. Assieme ad Ermanno Dentesano e Barbara Cinausero Hofer scopriremo il vero motivo che ha portato ai nomi dei monti, dei fiumi, delle località, delle piazze, degli attrezzi per lavoro e per la vita quotidiana, ecc. tasselli preziosissimi che ci aiuteranno a ricostruire un puzzle che al termine ci farà conoscere meglio il luogo dove viviamo.

Le CONFERENZE

si svolgeranno alle ore 18.30 nei giorni di venerdì a partire dal 8 marzo 2019 nella sala eventi della sede della Società Alpina Friulana.

Le iscrizioni si aprono il 9 gennaio 2019.

Maggiori informazioni su www.alpinafriulana.it

oppure via email a divulgativa@alpinafriulana.it



Con il patrocinio di:

di:



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA



Club Alpino Italiano
Comitato Scientifico
Veneto Friulano Giuliano



APPROVATO DA
Aigae
Associazione Italiana Guide
Ambientali Escursionistiche
www.aigae.org - www.italoguide.org
Corso 0004-3C-19 nel nome del Friuli 4CFP

NEL NOME DEL FRIULI alla scoperta dei toponimi friulani

CONFERENZE:

08/03/2019

SUBSTRATO LINGUISTICO NEI NOMI DEI LUOGHI

sostrâts inguistics intai nons di lûc

15/03/2019

I TERMINI AMMINISTRATIVI NEI NOMI DEI LUOGHI

lis vôs aministrativis intai nôs di lûc

22/03/2019

LE ATTIVITÀ ECONOMICHE NEI NOMI DEI LUOGHI

ativitâts economichis intai nons di lûc

29/03/2019

LA TOPONOMASTICA ALPINA

la toponomastiche alpine

05/04/2019

I TOPONIMI DI ORIGINE SLOVENA DELLE VALLI DEL NATISONE

SEDE DEGLI INCONTRI: L'intero corso si svolgerà presso la sala eventi della Società Alpina Friulana – Via Brigata Re, 29 ad Udine

ORGANIZZAZIONE: Società Alpina Friulana in collaborazione con il Comitato Scientifico Veneto Friulano Giuliano del CAI, con il patrocinio della Regione Friuli Venezia Giulia, del Comune di Udine e dell'Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche.

COORDINATORI: Marco Cabbai, Renzo Paganello (Operatori Naturalistici e Culturali del CAI)

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: 40€
(30€ per soci CAI, AIGAE, studenti, soci delle istituzioni organizzatrici)

MATERIALE DIDATTICO: La quota di partecipazione comprende la distribuzione di materiale didattico e pubblicazioni scientifiche inerenti l'argomento

ISCRIZIONI: presso la sede della Società Alpina Friulana e on-line sul sito internet www.alpinafriulana.it





SCUOLA DI ALPINISMO SCIALPINISMO E ARRAMPICATA “CELSO GILBERTI”

44



Organico istruttori

Direttore Giorgio Bianchi **INAL**
Vicedirettore Matteo Cimolino **INA**

45

Alpinismo		Scialpinismo		Arrampicata Sportiva	
Matteo Cimolino	INA	Aldo Scalettaris	INSA-INA	Giorgio Bianchi	INAL
Andrea Fusari	AGAI	Maurizio Ceolin	ISA	Valerio Libralato	INAL
Giorgio Antonini	IA	Andrea Della Rosa	ISA	Fabrizio Della Rossa	AGAI IAL
Filippo Capizzi	IA	Ermanno Di Barbora	ISA	Alberto Contessotto	IAL
Geniale Caruso	IA	Marco Fontanini	ISA	Chiara Di Marco	IAL
Paolo Clementi	IA IAL	Marino Monticolo	ISA	Carlo Bulfone	SEZ
Giovanni Duratti	IA	Federico Paravano	ISA	Michele Duri	SEZ
Andrea Fantini	IA	Elio Sittaro	ISA	Roberto Gervasio	SEZ
Lucia Foschiani	IA	Giorgio Stefanelli	ISA	Paolo Mansutti	SEZ
Lorenzo Gregoretti	IA ISA	Christian Adami	SEZ	Nicola Picogna	SEZ
Mauro Mansutti	IA	Carlo Beltrame	SEZ	Laura Priolo	SEZ
Andrea Negri	IA	Donato Cernoia	SEZ	Stefano Roselli	SEZ
Giorgio Perosa	IA	Andrea Ceschiutti	SEZ	Edi Tosolini	SEZ
Gianluca Pizzutti	IA	Anna D'Agosto	SEZ	Elia Tosolini	SEZ
Fabio Brun	SEZ	Luca Gallo	SEZ		
Fabio Cuttini	SEZ	Riccardo Gremese	SEZ		
Saverio D'Eredità	SEZ	Silvia Rossi	SEZ		
Vanni Ellero	SEZ				
Ezio Paesani	SEZ				
Fabrizio Posocco	SEZ				

INA: Istruttore Nazionale Alpinismo
 INSA: Istruttore Nazionale Scialpinismo
 INAL: Istruttore Nazionale Arrampicata Libera

IA: Istruttore Alpinismo
 ISA: Istruttore Scialpinismo
 IAL: Istruttore Arrampicata Libera
 SEZ: Istruttore Sezionale
 AGAI: Guida Alpina

REGOLAMENTO CORSI SCUOLA ALPINISMO E MODALITÀ DI ISCRIZIONE

1. L'iscrizione ai corsi è riservata ai soci del Club Alpino Italiano in regola con il tesseramento, di età non inferiore ai 16 anni (salvo deroghe particolari per i corsi di arrampicata sportiva). Per i minori è richiesta, all'atto della presentazione della domanda, l'autorizzazione di entrambi i genitori.
2. Tutti i partecipanti iscritti ai corsi saranno assicurati con la polizza infortuni prevista per i soci C.A.I.; si consiglia di scegliere, al momento dell'iscrizione al C.A.I., la combinazione che offre i massimali più elevati (per maggiori informazioni sulle polizze consultare il sito www.cai.it).
3. L'alpinismo, lo scialpinismo e l'arrampicata sportiva sono per loro stessa natura attività la cui pratica comporta rischi potenziali non eliminabili. L'iscrizione ai corsi implica la consapevolezza di ciò e l'accettazione dei rischi connessi alla pratica dell'attività svolta nelle lezioni ed esercitazioni.
4. L'ammissione ai corsi è subordinata alla presentazione di un certificato medico comprovante l'idoneità alla pratica di attività sportiva non agonistica, valido per tutta la durata del corso. Per l'impegno fisico richiesto dalle attività alpinistiche, scialpinistiche e di arrampicata si consiglia inoltre di seguire un adeguato ciclo di preparazione fisica.
5. Per l'iscrizione ai corsi organizzati dalla Scuola di Alpinismo si richiede:
 - a) domanda di iscrizione compilata sull'apposito modulo disponibile presso la segreteria o sul sito internet <http://www.alpinafriulana.it>
 - b) tessera C.A.I. in regola con il bollino dell'anno in corso
 - c) quota di iscrizione prevista per il corso
 - d) dichiarazione di accettazione del regolamento e di consenso informato sui contenuti del corso e i rischi connessi all'attività oggetto del corso.
 - e) certificato medico di idoneità alla pratica di attività sportiva non agonistica (attivarsi per tempo poiché il medico potrebbe richiedere ulteriori accertamenti)
 - f) una foto formato tessera
6. Il saldo dell'intera quota e la presentazione della documentazione dovranno avvenire entro il termine di 7 giorni prima dell'inizio del corso. In caso di rinuncia al corso prima dell'inizio, la quota di iscrizione già versata potrà essere restituita solo se la rinuncia avviene entro il termine di 7 giorni prima dell'inizio, e la caparra sarà restituita solo se il posto potrà essere riassegnato, fatto salvo il rimborso integrale in caso di non ammissione al corso per inidoneità decisa dalla direzione. La quota già versata per l'iscrizione al C.A.I. non è in alcun caso rimborsabile.
7. La quota di iscrizione comprende l'istruzione teorico-pratica, il materiale didattico e l'uso dei materiali tecnici della Scuola. Le uscite delle lezioni pratiche saranno effettuate con mezzi propri.
8. Ai partecipanti ai corsi si chiede puntualità e frequenza alle lezioni ed esercitazioni previste dai programmi. L'assenza ingiustificata anche ad una sola delle esercitazioni pratiche può comportare l'esclusione dai corsi.
9. Durante le esercitazioni pratiche gli allievi dovranno attenersi scrupolosamente alle disposizioni impartite dagli istruttori.
10. La Direzione, a suo insindacabile giudizio, si riserva la facoltà di escludere dai corsi, durante lo svolgimento degli stessi, gli allievi che non si attenessero al presente regolamento o che risultassero non idonei a proseguire il corso.
11. Nessun rimborso verrà effettuato agli allievi che per qualsiasi motivo interromperanno il corso o ne venissero espulsi per motivi disciplinari.
12. La Direzione si riserva di variare i programmi dei corsi per motivi organizzativi o di condizioni ambientali o meteorologiche, dandone in ogni caso tempestiva comunicazione ai partecipanti.
13. La partecipazione ai corsi richiede equipaggiamento ed attrezzatura adeguati. Tutte le indicazioni al riguardo saranno date nella prima lezione teorica di ciascun corso, pertanto si consiglia di attendere tale data prima di effettuare acquisti.
14. Al termine del corso, a coloro che lo avranno superato, sarà rilasciato un attestato di partecipazione.
15. Per quanto qui non contemplato vale il Regolamento della Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo Scialpinismo e Arrampicata Libera del C.A.I. e lo Statuto della Società Alpina Friulana.
16. Per la partecipazione ai corsi è richiesta l'accettazione del presente regolamento.



INVITO ALLO SCIALPINISMO

ISCRIZIONI

Aperte dal **13 dicembre 2018** fino ad esaurimento dei posti disponibili.

Numero minimo partecipanti: 3

Quota di iscrizione:

€ 15,00 per i soci C.A.I.

comprendente l'istruzione teorico-pratica e l'utilizzo del materiale di sicurezza (ARTVA, pala e sonda) della Scuola;

per i non-soci C.A.I.

maggiorazione assicurazione obbligatoria

(€ 8,50 oppure € 14,00

a scelta dei massimali).

INFORMAZIONI

Silvia Rossi

cell. 349 4304468

e-mail: rossi.sil@libero.it

Domenica 20 gennaio 2019 sarà organizzata, in collaborazione con il Gruppo Alpinisti Sciatori della SAF (GAS) un'uscita di scialpinismo in ambiente alpino, aperta a tutti coloro che, pur privi di esperienza specifica, vorrebbero provare per la prima volta l'emozione di muoversi con gli sci lontano dalle piste.

Verranno spiegate, in totale sicurezza, le tecniche fondamentali della progressione e illustrati i contenuti del corso base di scialpinismo della Scuola, e sarà quindi una preziosa occasione per verificare le proprie capacità di affrontare questa affascinante disciplina. L'invito è rivolto in particolare a chi è interessato a frequentare un corso base di scialpinismo.

ATTREZZATURA NECESSARIA

Tutte le indicazioni verranno date durante l'incontro con i partecipanti che si terrà **giovedì 17 gennaio 2019 alle ore 21.00** presso la sede SAF.

Per la partecipazione all'uscita è necessario disporre di zaino ed abbigliamento sportivo invernale. Parte dell'attrezzatura individuale (sci, attacchi) potrà noleggiata.

41° CORSO BASE DI SCIALPINISMO

SA1

Direttore:

Marco Fontanini
(Istruttore di Scialpinismo)

Vice Direttori:

Giorgio Stefanelli e
Maurizio Ceolin
(Istruttori di Scialpinismo)

Il corso base di sci alpinismo si propone di fornire agli allievi le nozioni e le tecniche necessarie per praticare in autonomia lo sci alpinismo di media difficoltà. Il programma del corso prevede esercitazioni pratiche su itinerari classici di crescente difficoltà (che saranno scelti in funzione delle condizioni nivo-meteorologiche) e lezioni teoriche in sede.

Particolare attenzione sarà riservata alle tematiche della montagna invernale, della prevenzione del pericolo valanghe e dell'autosoccorso con ARTVA, nonché delle tecniche dello scialpinismo. Per la partecipazione al corso è richiesta una discreta forma fisica e completa padronanza degli sci in pista.

LEZIONI TEORICHE (sede SAF, ore 21.00)

24 GENNAIO - Apertura del corso. Struttura del CAI, scopi e finalità. Equipaggiamento e materiali per lo scialpinismo.

31 GENNAIO - ARTVA : tipologie, funzionamento, metodi di ricerca. Autosoccorso di travolto da valanga.

7 FEBBRAIO - Topografia e orientamento. Lo schizzo di rotta.

14 FEBBRAIO - Nivologia 1: formazione, metamorfismo ed evoluzione del manto nevoso.

21 FEBBRAIO - Elementi di meteorologia. Il bollettino nivo-meteo.

28 FEBBRAIO - Nivologia 2: le valanghe.

6 MARZO - Fisiologia, alimentazione e primo soccorso per la frequentazione invernale della montagna.

8 MARZO - Scelta, preparazione e condotta di una gita sci alpinistica (*in rifugio*).

9 MARZO - Elementi di ecologia e tutela dell'ambiente montano (*in rifugio*).

ISCRIZIONI

*riservate solo ai soci
regolarmente iscritti al C.A.I.*

Aperte **dal 6 dicembre 2018**
fino all'esaurimento dei posti
disponibili.

Numero minimo di allievi: 8

Quota di iscrizione:

€ 200,00 (caparra € 70,00),
comprendente l'istruzione
teorico-pratica, l'uso
dell'attrezzatura e il manuale
"Sci Alpinismo" edito dal CAI.

INFORMAZIONI

Marco Fontanini

cell. 347 9719380

e-mail: marcofontanini@libero.it

Giorgio Stefanelli

cell. 328 793 7121

e-mail: giorgio.doc@hotmail.it

Maurizio Ceolin

cell. 334 869 5080

e-mail: maurizio_ceolin@libero.it

LEZIONI PRATICHE

3 FEBBRAIO - Verifica capacità sciistiche. Uso dei materiali.
Ricerca ARTVA.

10 FEBBRAIO - Traccia di salita e di discesa. Ricerca ARTVA.

16-17 FEBBRAIO - Elementi di topografia e orientamento.
Comportamento in caso di valanga. Autosoccorso con ARTVA.
Tecniche di scavo nella neve. Tecniche di progressione in
sicurezza.

3 MARZO - Valutazione del manto nevoso. Blocco di slittamento.
Trasporto dell'infortunato. Ricerca ARTVA.

8-9-10 MARZO - Preparazione e condotta di una gita sci
alpinistica. Costruzione del bivacco di emergenza.

Dimostrazione di autosoccorso con più travolti da valanga.

ATTREZZATURA NECESSARIA

Per la partecipazione al corso è **necessario** essere in possesso
di sci con attacchi da sci alpinismo e rampant, pelli di tessilfoca,
scarponi da sci alpinismo, bastoncini da sci, zaino con cinghie per
il trasporto degli sci. Il materiale dovrà essere **in condizioni di per-
fetta efficienza**.

Tutte le **indicazioni** relative ai materiali necessari verranno date
durante la prima lezione teorica, si consiglia pertanto di attendere
fino a tale appuntamento prima di effettuare eventuali acquisti.
Parte dell'attrezzatura (ARTVA, pala, sonda ecc.) potrà essere for-
nita in prestito dalla Scuola.

49

Scuola di Alpinismo Scialpinismo e Arrampicata "Celso Gilberti" • attività 2019

GITE DI SCIALPINISMO

L'iniziativa è rivolta agli
ex-allievi dei corsi base di
scialpinismo (SA1)
organizzati dalla Scuola
negli ultimi anni e vuole offrire
la possibilità di proseguire
la frequentazione della
montagna innevata con
le "pelli di foca".

Le gite si svolgeranno in
concomitanza con le uscite
domenicali del corso SA1 e
saranno gestite da almeno un
istruttore della Scuola.

ATTREZZATURA NECESSARIA

I partecipanti dovranno essere muniti della normale dotazione
necessaria per la pratica dello scialpinismo (compresi ARTVA,
pala e sonda).

ISCRIZIONI

Le iscrizioni saranno raccolte entro il giovedì precedente a ciascu-
na gita, le gite saranno organizzate con un numero minimo di 3
partecipanti. L'iscrizione alle gite è **riservata ai soci** del Club Alpi-
no Italiano in regola con il tesseramento.

Quota di iscrizione € 15,00



4° CORSO AVANZATO DI SCIALPINISMO

SA2

50

Scuola di Alpinismo Scialpinismo e Arrampicata "Celso Gilberti" • attività 2019

Direttore:

Andrea Della Rosa
(Istruttore di Scialpinismo)

Vice Direttore:

Federico Paravano
(Istruttore di Scialpinismo)

Il corso SA2 è un corso di livello avanzato rivolto a coloro i quali sono già in possesso di esperienza scialpinistica e alpinistica. I partecipanti devono aver frequentato un corso SA1 o possedere e dimostrare una esperienza equivalente, oltre a un adeguato livello di allenamento. Il corso prevede l'insegnamento, attraverso lezioni teoriche e pratiche, delle nozioni fondamentali per svolgere in sufficiente sicurezza l'attività di scialpinismo in ambiente di alta montagna e su ghiacciaio. A tal fine è previsto l'insegnamento delle tecniche di progressione e assicurazione sui vari tipi di terreni (neve, ghiaccio e roccia) e delle principali manovre di autosoccorso, con approfondimento delle conoscenze per la prevenzione dei rischi in ambiente (valanghe, crepacci, seracchi e progressione in sicurezza su terreni di roccia e misto di media difficoltà) nonché di tutte le tematiche già trattate nei corsi di livello base.

LEZIONI TEORICHE (sede SAF, ore 21.00)

7 MARZO - Apertura del Corso. Materiali ed equipaggiamento

28 MARZO - Nodi, manovre e utilizzo dei materiali di assicurazione.

4 APRILE - ARTVA: utilizzo avanzato e ricerca di più travolti. Autosoccorso in valanga e protocollo di intervento.

11 APRILE - Neve e valanghe: situazioni tipo e utilizzo delle nozioni nella valutazione locale dell'itinerario.

18 APRILE - L'ambiente glaciale, caratteristiche, pericoli, topografia e orientamento e scelta dell'itinerario.

25 APRILE - Preparazione della gita scialpinistica e redazione dello schizzo di rotta (in rifugio).

2 MAGGIO - Preparazione e conduzione di una gita scialpinistica: metodi di riduzione del rischio e prevenzione delle situazioni di pericolo.

9 MAGGIO - La progressione su roccia e la catena di assicurazione.

ISCRIZIONI

*riservate solo ai soci
regolarmente iscritti al C.A.I.*

Apertura delle iscrizioni
dal 15 dicembre 2018,
chiusura delle iscrizioni
il 31 gennaio 2019.

Numero minimo e
massimo di allievi: 6 e 12.

Quota di iscrizione:

€ 250,00 (caparra € 70,00),
comprendente l'istruzione
teorico-pratica e il manuale
"Sci Alpinismo" edito dal CAI,
eventualmente sostituibile
con quello di Cartografia e
Orientamento per chi ne fosse
già provvisto.

INFORMAZIONI

Andrea Della Rosa

cell. 333 8371987

e-mail:

and.dellarosa@gmail.com

Federico Paravano

cell. 335 7153980

e-mail:

federico.paravano@gmail.com

LEZIONI PRATICHE

9-10 MARZO - Itinerario scialpinistico di livello BSA/OSA e verifica della tecnica individuale fuoripista.

6-7 APRILE - Uscita di due giorni con itinerari scialpinistici in ambiente glaciale. Approfondimento delle tecniche di assicurazione e progressione in ghiacciaio. Messa in sicurezza della cordata in caso di caduta in crepaccio.

25-28 APRILE - Uscita di più giorni su terreno glaciale in alta quota. Preparazione ed esecuzione di itinerari in ambiente glaciale, con difficoltà su neve, ghiaccio e misto. Apprendimento delle tecniche di assicurazione e progressione su neve e ghiaccio e di gestione della gita. Manovre di recupero da crepaccio. Topografia e orientamento e conduzione di una gita scialpinistica.

11 MAGGIO - Uscita su roccia: assicurazione della cordata su roccia e progressione in sicurezza su terreno di moderata difficoltà; predisposizione ed esecuzione di discese in corda doppia. Topografia e orientamento, conduzione della gita scialpinistica.

ATTREZZATURA NECESSARIA

Per la partecipazione al corso è necessario essere in possesso di sci con attacchi da sci alpinismo e rampant, pelli di tessilfoca, scarponi da sci alpinismo, bastoncini da sci, zaino con cinghie per il trasporto degli sci, ARTVA, pala, sonda, nonché ramponi, piccozza, imbragatura bassa, 3 metri di spezzone di corda dinamica, un cordino da 3,5 m in kevlar, due cordini da 1,5 metri in kevlar, 2 moschettoni con ghiera di tipo HMS, 2 moschettoni direzionali con ghiera, un freno (piastrina gigi/tuber), casco.

Il materiale dovrà essere in condizioni di perfetta efficienza e, ove previsto, munito delle certificazioni previste dalle norme vigenti. Tutte le indicazioni relative ai materiali necessari verranno date durante la prima lezione teorica, si consiglia pertanto di attendere fino a tale data prima di effettuare gli acquisti del materiale mancante. Parte dell'attrezzatura (ARTVA, pala, sonda, piccozza e ramponi) potrà essere fornita in prestito dalla Scuola.





27° CORSO DI ARRAMPICATA SPORTIVA

AL1

Direttore:

Chiara Di Marco

(Istruttore di

Arrampicata Libera)

L'arrampicata sportiva è quella specialità dell'arrampicata, diversa dall'alpinismo, che si svolge su pareti naturali o strutture artificiali lungo itinerari attrezzati con chiodatura ravvicinata e sicura.

Si possono così affrontare difficoltà sempre maggiori senza il rischio di cadute pericolose, puntando al miglioramento delle proprie capacità con lo spirito, gli obiettivi e il grado di sicurezza propri di una qualsiasi altra attività sportiva. Il corso ha lo scopo di fornire tutte le nozioni fondamentali per affrontare con ragionevole sicurezza itinerari in falesia e in strutture indoor, a partire dall'apprendimento di una corretta e efficace tecnica di arrampicata con una didattica finalizzata a approfondire lo studio del movimento e degli schemi di progressione su roccia e lo sviluppo delle qualità motorie; è quindi rivolto in particolare ai principianti e a tutti coloro che sono interessati ad acquisire una valida impostazione di base.

LEZIONI TEORICHE ED ESERCITAZIONI (Sede SAF ore 21.00 o Palestra indoor ore 20.00)

28 FEBBRAIO - Presentazione del corso. Il CAI: scopi e finalità. Materiali: l'attrezzatura di base.

6 MARZO - Tecnica di arrampicata: nozioni introduttive (Palestra indoor).

14 MARZO - Le qualità per l'arrampicata, l'allenamento delle capacità motorie.

20 MARZO - Nodi, uso della corda e dei rinvii (Palestra indoor).

27 MARZO - Allenamento: metodologia e pratica (Palestra indoor).

4 APRILE - La catena di assicurazione.

Materiali: caratteristiche tecniche, normativa.

11 APRILE - L'uso delle guide e bibliografia.

18 APRILE - Le regole del gioco. Video didattici.

2 MAGGIO - L'arrampicata moderna: evoluzione storica.

9 MAGGIO - Presentazione dei centri di arrampicata in regione.

Le date potranno subire variazioni in relazione della disponibilità delle palestre indoor.

ISCRIZIONI

*riservate solo ai soci
regolarmente iscritti al C.A.I.*

Aperte **dal 11 gennaio 2019**
fino all'esaurimento dei posti
disponibili (massimo 18).

Quota di iscrizione:

€ 190,00 (Caparra € 70,00),
comprendente l'istruzione
teorico-pratica, l'uso del
materiale della Scuola
durante il corso, le lezioni
in palestra indoor e
in struttura artificiale.

INFORMAZIONI

Chiara Di Marco

cell. 320 2181150

email: chi.dimarco@gmail.com

Alberto Contessotto

cell. 340 2523525

email: albreto@gmail.com

LEZIONI PRATICHE

10 MARZO - Tecnica di arrampicata: la progressione fondamentale.

17 MARZO - Tecnica di arrampicata: la progressione a triangolo. Assicurazione in moulinette.

24 MARZO - Arrampicata da primo di cordata. Tecniche di assicurazione su monotiri.

31 MARZO - Arrampicata in struttura artificiale e sala boulder. Prove di trattenuta di voli.

7 APRILE - Arrampicata in falesia: approfondimento sulle progressioni. Discesa in corda doppia.

13-14 APRILE - Weekend sulle falesie di Arco (TN). Il miglioramento: aspetti tecnici e mentali.

ATTREZZATURA NECESSARIA

Imbragatura, scarpette da arrampicata, casco, 1 moschettone con ghiera, 1 attrezzo per l'assicurazione (Gri-Gri o tuber) e alcuni rinvii.

Tutte le indicazioni al riguardo saranno comunicate nella prima lezione teorica. Parte dell'attrezzatura individuale potrà essere fornita in prestito dalla Scuola.





64° CORSO DI ALPINISMO SU ROCCIA

AR1

Direttore:

Matteo Cimolino
(Istruttore Nazionale
di Alpinismo)

Vice Direttore:

Lucia Foschiani
(Istruttore di Alpinismo)

INFORMAZIONI

Matteo Cimolino
cell. 389 6955289
e-mail: mcimo23@libero.it

Corso rivolto a chi abbia già frequentato un corso base di alpinismo o di arrampicata in falesia, o già possieda una adeguata esperienza, finalizzato a fornire la formazione necessaria ad affrontare in sicurezza ed autonomia itinerari di arrampicata su roccia di media difficoltà in ambiente di montagna.

Saranno trattate le tecniche di progressione in cordata, la preparazione e condotta di una salita, le manovre di discesa in corda doppia e quelle fondamentali di autosoccorso, con lezioni teoriche ed esercitazioni pratiche, e con salite di alcune vie classiche in Alpi Carniche, Giulie o Dolomiti.

LEZIONI TEORICHE (Sede SAF, ore 21.00)

4 APRILE - Presentazione del corso. Struttura del CAI, scopi e finalità. Materiali ed equipaggiamento.

11 APRILE - Tecniche di assicurazione e autoassicurazione. Procedimento in cordata su roccia.

18 APRILE - La catena dinamica di assicurazione.

9 MAGGIO - Topografia e orientamento in montagna.

16 MAGGIO - Preparazione di una salita su roccia, valutazione delle difficoltà, pericoli oggettivi e soggettivi.

23 MAGGIO - Il soccorso alpino.

30 MAGGIO - Meteorologia.

6 GIUGNO - Storia dell'alpinismo.

13 GIUGNO - Presentazione di vie consigliate. Chiusura del corso, raccolta e scambio di opinioni.

ISCRIZIONI

*riservate solo ai soci
regolarmente iscritti al C.A.I.*

Aperte dal **07 febbraio 2019**
fino all'esaurimento dei posti
disponibili [14].

Quota di iscrizione:

€ 220,00 [caparra € 70,00],
comprendente la formazione
teorico-pratica, l'uso delle
corde e di altri materiali della
scuola durante le lezioni,
il manuale "Alpinismo su
roccia" edito dal C.A.I.

L'ammissione al corso sarà
subordinata ad una selezione
finalizzata alla verifica
del possesso dei requisiti
richiesti [compilare l'apposito
questionario allegato alle
pratiche di iscrizione].

La partecipazione ad un
precedente corso di livello
A1 o AL1 costituirà titolo
preferenziale.

LEZIONI PRATICHE

7 APRILE - Verifica dell'attrezzatura personale. Assicurazione in falesia su monotiri. Tecnica base di arrampicata. Nodi per l'alpinismo.

14 APRILE - Allestimento delle soste e uso degli ancoraggi di progressione. Procedimento in cordata.

5 MAGGIO - Discesa in corda doppia e risalita. Autosoccorso. Prove di trattenuta del volo.

12 MAGGIO - Salita di una via in ambiente. Esercitazione di orientamento.

19 MAGGIO - Salita di una via in ambiente in Alpi Giulie

2 GIUGNO - Salita di una via in ambiente in Dolomiti

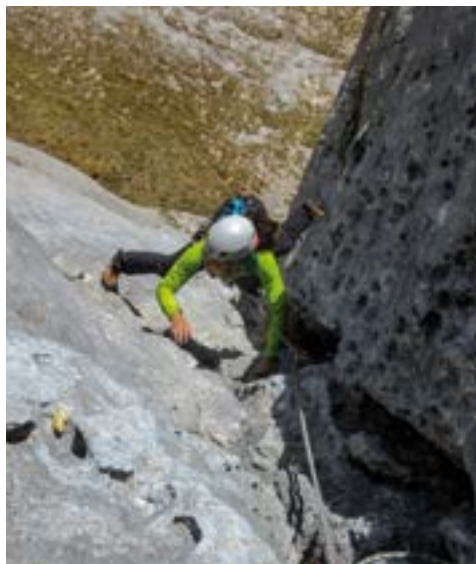
8-9 GIUGNO - Salita in ambiente nel gruppo del Civetta con pernottamento in rifugio.

*Le date delle uscite in montagna potranno subire variazioni
causa condizioni meteorologiche.*

ATTREZZATURA NECESSARIA

Tutte le indicazioni relative all'attrezzatura personale ed ai materiali di arrampicata saranno date nella prima lezione teorica, si consiglia pertanto di attendere tale incontro prima di effettuare eventuali acquisti.

Parte dell'attrezzatura individuale (casco, cordini, moschettoni, chiodi ecc.) potrà essere fornita in prestito dalla scuola.





15° CORSO BASE DI ALPINISMO

A1

56

Scuola di Alpinismo Scialpinismo e Arrampicata "Celso Gilberti" • attività 2019

Direttore:

Giorgio Antonini

(Istruttore di Alpinismo)

Vice direttore:

Filippo Capizzi

(Istruttore di Alpinismo)

Dall'escursionismo all'alpinismo: corso di impostazione generale, rivolto a tutti coloro che cercano una formazione di base per intraprendere in sicurezza e autonomia un'attività alpinistica in montagna, sia su roccia che su neve/ghiaccio.

Il corso prevede l'insegnamento, attraverso lezioni teoriche, pratiche ed uscite in ambiente, delle nozioni e delle tecniche fondamentali per l'arrampicata su roccia, la progressione su fer-rate, il superamento di pendii ripidi innevati, l'attraversamento di ghiacciai o tratti di neve compatta, le salite in alta montagna lungo vie normali di roccia e terreno misto con difficoltà medio/basse, e la realizzazione di semplici manovre di autosoccorso.

Particolare attenzione sarà rivolta alla sicurezza e alla valutazione del rischio in alpinismo.

LEZIONI TEORICHE (Sede SAF, ore 21.00)

29 AGOSTO - Presentazione del corso.

Equipaggiamento e materiali per l'alpinismo.

5 SETTEMBRE - Neve, valanghe ed autosoccorso.

Progressione della cordata su ghiacciaio.

Cenni di meteorologia e glaciologia.

12 SETTEMBRE - Catena di assicurazione e

progressione della cordata su roccia.

19 SETTEMBRE - Preparazione e condotta di una

salita. I pericoli della montagna. Il rischio in alpinismo.

26 SETTEMBRE - Preparazione fisica e

alimentazione per l'alpinismo.

Elementi di medicina di emergenza e primo soccorso.

3 OTTOBRE - Struttura del CAI.

Elementi di cartografia ed orientamento.

10 OTTOBRE - Storia dell'alpinismo.

Chiusura del corso.

ISCRIZIONI

riservate solo ai soci

regolarmente iscritti al C.A.I.

Aperte **dal 6 Giugno 2019**,
fino ad esaurimento dei posti
disponibili.

Quota di iscrizione:

€220,00 (caparra € 70,00)
comprendente l'istruzione
teorica e pratica, l'uso del
materiale della Scuola, il
manuale di alpinismo edito
dal C.A.I. e l'eventuale altro
materiale didattico che verrà
distribuito durante il corso.

INFORMAZIONI

Giorgio Antonini

cell. 349 5810415

e-mail: 65giorgio@gmail.com

Filippo Capizzi

cell. 335 7279474

e-mail: capizzi.filippo@libero.it

LEZIONI PRATICHE

31 AGOSTO - Utilizzo dell'imbragatura, nodi di legatura, assicurazione, autoassicurazione. Utilizzo kit da ferrata.

1 SETTEMBRE - Tecnica di arrampicata su roccia. Allestimento delle soste. Discesa in corda doppia. Risalita su corda.

7-8 SETTEMBRE - Tecnica di progressione su neve o ghiaccio. Manovre di autosoccorso della cordata. Attraversamento di ghiacciaio. Salita di un itinerario su neve/ghiaccio.

15 SETTEMBRE - Uscita in ambiente: via ferrata. Allestimento di corde fisse.

22 SETTEMBRE - Progressione della cordata su roccia. Posizionamento delle protezioni.

29 SETTEMBRE - Salita di una via classica di roccia.

6 OTTOBRE - Salita di una cresta o cima rocciosa.

Le date delle uscite in montagna potranno subire variazioni causa condizioni meteorologiche.

ATTREZZATURA NECESSARIA

Imbragatura bassa (omologata per alpinismo), casco, scarponi ramponabili. Nella prima lezione teorica verranno fornite tutte le indicazioni relative agli ulteriori materiali necessari.

Parte dell'attrezzatura individuale potrà essere fornita in prestito dalla Scuola.





SCUOLA SEZIONALE DI ESCURSIONISMO

FONDATA NEL 2012

Prima Scuola di Escursionismo del Friuli Venezia Giulia

58

Scuola Sezionale di Escursionismo • attività 2019

Società Alpina Friulana
SCUOLA SEZIONALE
DI ESCURSIONISMO

Via Brigata Re, 29
33100 Udine
(ex Caserma Osoppo)
Tel +39.0432.504290

e-mail: [scuolaescursionismo@
alpinafriulana.it](mailto:scuolaescursionismo@alpinafriulana.it)

www.alpinafriulana.it/
scuola-escursionismo/

www.escursionismoudine.it

ISCRIZIONI AI CORSI

per richiedere l'iscrizione visita:

www.alpinafriulana.it/
scuola-escursionismo/

IL SALUTO DEL PRESIDENTE

È con entusiasmo che, aderendo alla richiesta della Scuola di Escursionismo della SAF, scrivo queste righe per presentare tre corsi che ormai si sono affermati fra tutti gli appassionati di escursioni in montagna per la loro serietà, organizzazione e completezza in una ottica di tutela della sicurezza e di salvaguardia ambientale. A coloro che abbiano l'idea di frequentarli e per una qualsiasi ragione siano ancora titubanti, mi sento di raccomandare questo ambiente di amici ben preparati e cordiali con tutti, ma specialmente con gli allievi.

Buon divertimento a tutti!

Antonio Nonino

LEGENDA:

AE Accompagnatore
di Escursionismo

AINEVA Associazione Interregionale
NEve VALanghe

ANE Accompagnatore Nazionale
di Escursionismo

ASE Accompagnatore Sezionale
di Escursionismo

EAI Specializzazione AE Ambiente
Innevato

EEA Specializzazione AE Vie Ferrate

IA Istruttore di Alpinismo

INV Istruttore Neve e Valanghe

IS Istruttore Sezionale di Alpinismo

ONC Operatore Naturalistico e
Culturale

ONCN Operatore Naturalistico e
Culturale Nazionale

ONCS Operatore Naturalistico e
Culturale Sezionale

ONTAM Operatore Nazionale Tutela
Ambiente Montano



Organico

Direttore Maria Luisa COLABOVE **ANE**
Vice Direttore Marco GINI **ANE**

ORGANICO:	TITOLO
Dimitri BREDA	AE-EAI-EEA-IS
Paolo CIGNACCO	ANE-IA
Simonetta DEGANI	ASE
Ermes FURLANI	ASE-ONC
Manuel MASOTTI	AE
Nicola MICHELINI	ANE-INV
Denis MONAI	ASE
Bruno MONGIAT	AE-ONCN
Marco MORASSI <i>Segretario</i>	AE
Piero PASQUILI	AE-EAI
Enrico SABBADINI	ASE
Tiziano SCARSINI	ASE
Giancarlo SPELAT	AE
Enzo TROI	AE-EEA
Stefano VENICA	ASE

CORPO DOCENTI:	TITOLO
Ivana BASSI	ONTAM
Marco CABBAL	ONC
Elio CAMPIUTTI	
Livio DE MARCHI	ONC
Giorgio DI GIUSTO	
Gabriele GERVASIO RADIVO	
Riccardo MAIDA	
Daniele MORO	AINEVA
Antonio NONINO	ONC
Serena PETTOELLO	
Mauro RIZZO	
Giuseppe TIGANI	



I NOSTRI CORSI



LEZIONI TEORICHE

alle ore 20.30 presso la sede sociale (eccetto *).

LEZIONI PRATICHE

in ambiente: possibili variazioni in base alle condizioni nivo-meteo.

Sono rivolti ai Soci del CAI che desiderano acquisire conoscenze finalizzate alla pratica dell'attività escursionistica.

La Scuola di Escursionismo della SAF ha lo scopo di formare i partecipanti ad una consapevole ed autonoma frequentazione della montagna, con la necessaria padronanza e sicurezza, sia su sentieri e vie ferrate che in ambiente innevato, organizzando:

CORSO IN AMBIENTE INNEVATO / EA11

Per chi si avvicina alla montagna innevata frequentandola con l'ausilio delle racchette da neve: lezioni teoriche e uscite pratiche in montagna con le ciaspole, su itinerari che saranno scelti di volta in volta in funzione delle condizioni nivo-meteo.

CORSO BASE DI ESCURSIONISMO / E1

Rivolto a coloro che si avvicinano per la prima volta alla pratica dell'escursionismo o che hanno poca esperienza di montagna e vogliono imparare a conoscere questo mondo affascinante in tutti i suoi aspetti.

CORSO AVANZATO DI ESCURSIONISMO / E2

Per chi già frequenta autonomamente la montagna o abbia frequentato un corso di escursionismo Base (E1) o in Ambiente Innevato (EA11) e vuole apprendere le tecniche per affrontare sentieri attrezzati e vie ferrate in sicurezza.



17° CORSO DI ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO

EAI1

Direttore: Nicola Michellini

Vice Dir.: Piero Pasquili

ISCRIZIONI:

*riservate solo ai soci
regolarmente iscritti al C.A.I.*

dal 12.12.2018 al 09.01.2019
fino ad esaurimento posti

Allievi:

min 10 / massimo 20

Quota:

150€ compreso utilizzo
ARTVA-sonda-pala della
Scuola (escluso vitto/
alloggio uscita 2 giorni).
Per pagamenti superiori a
77,47€, effettuati presso
la Segreteria, l'importo va
maggiorato di 2€ per marca
da bollo su ricevuta.

Materiali: normale dotazione
escursionistica invernale,
bastoncini e ciaspole

LEZIONI TEORICHE

16 gennaio - Presentazione del
corso; Organizzazione e strut-
tura del CAI; Equipaggiamento e
materiali EAI

23 gennaio - Cartografia e orienta-
mento EAI

26 gennaio* - ARTVA: funziona-
mento, tecniche di ricerca, con-
trolli pre-escursione

30 gennaio - Meteorologia EAI

06 febbraio - ARTVA, sonda e pala

13 febbraio - Elementi di nivologia
e valanghe

20 febbraio - Autosoccorso in va-
langa; Soccorso alpino

27 febbraio - Organizzazione escur-
sione in ambiente innevato

06 marzo - Elementi di primo soc-
corso; Alimentazione e prepara-
zione fisica e movimento EAI

13 marzo - Ambiente montano in-
nevato; Flora e Fauna

LEZIONI PRATICHE

27 gennaio - Equipaggiamento e
materiali; Progressione su neve

10 febbraio - Eventuale uscita di
recupero

17 febbraio - Cartografia e orienta-
mento EAI; Nivologia, gestione
del rischio e stratigrafia

24 febbraio - Valutazione del per-
corso, gestione del rischio, au-
tosoccorso in valanga; Soccorso
organizzato in valanga con uni-
tà cinofila

09 marzo - Organizzazione di un'e-
scursione in ambiente innevato;
Verifica di quanto sviluppato

10 marzo - Escursione finale in
ambiente innevato

INFO:

N. Michellini – 349.2315518
nicola.michellini@alice.it

P. Pasquili – 340.7672872
piero.pasquili@alice.it



14° CORSO BASE DI ESCURSIONISMO

E1

62

Scuola Sezionale di Escursionismo • attività 2019

Direttore: Manuel Masotti

Vice Direttore: Giancarlo Spelat

ISCRIZIONI: *riservate solo ai soci regolarmente iscritti al C.A.I.*
dal 14.03.2019 al 17.04.2019
fino ad esaurimento posti

Allievi: minimo 10 /
massimo 20

Quota: 120€ (escluso vitto/
alloggio uscita 2 giorni).
Per pagamenti superiori a
77,47€, effettuati presso
la Segreteria, l'importo va
maggiorato di 2€ per marca
da bollo su ricevuta.

Materiali: normale dotazione
escursionistica

INFO:

M. Masotti - 340 2874727
manuel.masotti@libero.it

G. Spelat - 339 7749029
giancarlo.spelat78@gmail.
com

LEZIONI TEORICHE

24 aprile - Presentazione del
corso; Organizzazione e
struttura del CAI;

Equipaggiamento e materiali 1

30 aprile - Cartografia e
orientamento 1

4 maggio * - Sentieristica

8 maggio - Catena di sicurezza 1

15 maggio - Flora e Fauna

22 maggio - Organizzazione
di un'escursione

29 maggio - Gestione e
riduzione del rischio, cenni di
meteorologia

5 giugno - Elementi di primo
soccorso, alimentazione e
preparazione fisica

12 giugno - Meteorologia

19 giugno - Geografia, geologia
e idrologia

22 giugno* - Soccorso alpino

26 giugno - Ambiente montano e
cultura dell'andare in montagna

LEZIONI PRATICHE

04 maggio - Orientamento

05 maggio - Orientamento,
Sentieristica

12 maggio - Abbigliamento, uti-
lizzo dei materiali e movimento

19 maggio - Lettura del
paesaggio, tutela dell'ambiente
montano, flora e fauna

26 maggio - Organizzazione di
un'escursione, osservazione
meteo, gestione emergenze,
orientamento

02 giugno - Eventuale uscita di
recupero

09 giugno - Organizzazione di
un'escursione, osservazione
meteo, gestione emergenze,
orientamento

22 giugno - Organizzazione di
un'escursione, osservazione
meteo, gestione emergenze,
orientamento

23 giugno - Uscita di fine corso e
verifica di quanto sviluppato



19° CORSO AVANZATO DI ESCURSIONISMO

E2

Direttore: Paolo Cignacco

Vice Direttore: Marco Gini

ISCRIZIONI: *riservate solo ai soci regolarmente iscritti al C.A.I. dal 14.03.2019 al 17.04.2019 fino ad esaurimento posti*

Allievi: min. 5 / mass. 15

Quota: 150€ (escluso vitto/alloggio uscita 2 giorni). Per pagamenti superiori a 77,47€, effettuati presso la Segreteria, l'importo va maggiorato di 2€ per marca da bollo su ricevuta.

Materiali: normale dotazione escursionistica; imbraco (basso + pettorale), set da ferrata (EN958:2017) e casco omologati

INFO:

P. Cignacco - 333.6488093
p.cignacco@alice.it

M. Gini - 339.3401264
marco.gini@libero.it

LEZIONI TEORICHE

24 aprile - Presentazione del corso; Organizzazione e struttura del CAI; Equipaggiamento e materiali 1; Equipaggiamento e materiali 2

30 aprile - Cartografia e orientamento 1

04 maggio * - Cartografia e orientamento 2, Sentieristica

08 maggio - Catena di sicurezza 1

15 maggio - Flora e Fauna

22 maggio - Organizzazione di un'escursione

29 maggio - Gestione e riduzione del rischio, cenni di meteorologia

05 giugno - Elementi di primo soccorso, alimentazione e preparazione fisica

12 giugno - Meteorologia

19 giugno - Geografia, geologia e idrologia

22 giugno* - Soccorso alpino

26 giugno - Ambiente montano e cultura dell'andare in montagna

LEZIONI PRATICHE

04 maggio - Orientamento avanzato

05 maggio - Abbigliamento e utilizzo materiali, movimento, orientamento, sentieristica

12 maggio - Escursione su sentiero attrezzato o via ferrata, nodi e manovre di corda

19 maggio - Lettura del paesaggio, flora e fauna, tutela dell'ambiente montano

26 maggio - Escursione su sentiero attrezzato o via ferrata

02 giugno - Eventuale uscita di recupero

09 giugno - Organizzazione di un'escursione, osservazioni meteo, gestione emergenze; Escursione su sentiero attrezzato o via ferrata

22 giugno - Organizzazione di un'escursione, osservazioni meteo, gestione emergenze; Escursione su sentiero attrezzato o via ferrata

23 giugno - Escursione finale su sentiero attrezzato o via ferrata e verifica di quanto sviluppato

63

Scuola Sezionale di Escursionismo • attività 2019



REGOLAMENTO

- 1.** L'iscrizione al Corso è riservata ai Soci del Club Alpino Italiano, di età non inferiore ai 16 anni. Per i minori è richiesta, all'atto della presentazione della domanda, l'autorizzazione di entrambi i genitori.
- 2.** Tutti i partecipanti iscritti ai corsi saranno assicurati con la polizza infortuni prevista per i soci C.A.I.; si consiglia di scegliere, al momento dell'iscrizione al C.A.I., la combinazione che offre i massimali più elevati (per maggiori informazioni sulle polizze consultare il sito <http://www.cai.it>).
- 3.** L'escursionismo alpino è per sua stessa natura un'attività la cui pratica comporta rischi potenziali non eliminabili. L'iscrizione ai corsi implica la consapevolezza di ciò e l'accettazione dei rischi connessi alla pratica dell'attività svolta nelle lezioni ed esercitazioni.
- 4.** L'ammissione al corso è subordinata alla presentazione di un certificato medico comprovante l'idoneità fisica del richiedente allo svolgimento di attività escursionistica. Per l'impegno fisico richiesto dalle attività escursionistiche si consiglia inoltre di seguire un adeguato ciclo di preparazione fisica.
- 5.** Le domande d'iscrizione vanno compilate sull'apposto modulo disponibile presso la segreteria o sul sito internet <http://www.alpinafriulana.it> ed il richiedente dovrà: esibire la tessera C.A.I. in regola con il bollino dell'anno in corso, allegare una foto tessera, versare la quota d'iscrizione, presentare un certificato medico di idoneità alla pratica di attività sportiva non agonistica.
- 6.** La quota di iscrizione comprende l'istruzione teorico-pratica, il materiale didattico e l'uso del materiale della S.A.F.
- 7.** In caso di non ammissione al corso per inidoneità o di ritiro prima della prima lezione verrà restituita l'intera quota di iscrizione, detratte le eventuali spese già sostenute. La quota già versata per l'associazione al C.A.I. non è in alcun caso rimborsabile.
- 8.** Ai partecipanti ai corsi si chiede puntualità e frequenza alle lezioni ed esercitazioni previste dai programmi. L'assenza anche ad una sola delle esercitazioni pratiche può comportare l'esclusione dai corsi.
- 9.** I corsi necessitano di equipaggiamento ed attrezzatura adeguati. In particolare si richiedono scarponi adatti alla pratica escursionistica. Tutte le indicazioni relative ai materiali e all'equipaggiamento saranno date durante la prima lezione teorica di ogni corso, pertanto si consiglia di attendere sino a tale data prima di fare acquisti.
- 10.** Durante le esercitazioni pratiche gli allievi dovranno attenersi scrupolosamente alle disposizioni impartite dagli istruttori.
- 11.** La Direzione, a suo insindacabile giudizio, si riserva la facoltà di escludere dai corsi, durante lo svolgimento degli stessi, gli allievi che non si attenessero al presente regolamento o che risultassero non idonei a proseguire il corso.
- 12.** Nessun rimborso verrà effettuato agli allievi che per qualsiasi motivo interrompessero il Corso o ne venissero espulsi per motivi disciplinari.
- 13.** La Direzione si riserva di variare i programmi dei corsi per motivi organizzativi o di condizioni ambientali o meteorologiche, dandone in ogni caso tempestiva comunicazione ai partecipanti.
- 14.** Le uscite delle lezioni pratiche saranno effettuate con mezzi propri.
- 15.** Alla fine del Corso, a coloro che lo avranno superato, sarà rilasciato un attestato di partecipazione.
- 16.** Per quanto qui non contemplato, valgono il Regolamento Nazionale della Commissione Centrale per l'Escursionismo del Club Alpino Italiano e lo Statuto della Società Alpina Friulana.
- 17.** Per la partecipazione al corso è richiesta l'accettazione del presente regolamento.

COMMISSIONE ALPINISMO GIOVANILE GRUPPO "DIEGO COLLINI"



Società Alpina Friulana
COMMISSIONE DI
ALPINISMO GIOVANILE
GRUPPO "DIEGO COLLINI"

Via Brigata Re, 29
33100 Udine
(ex Caserma Osoppo)
tel +39.0432.504290
www.alpinafriulana.it

Per informazioni ed iscrizioni:

alpinismogiovanile@alpinafriulana.it

tel. 349 8267583

Donatella Carraro

PER PARTECIPARE ALL'ALPINISMO GIOVANILE È NECESSARIO:

- Avere da 0 a 17 anni;
- Essere soci CAI, oppure, in via eccezionale, previo pagamento dell'assicurazione giornaliera da effettuarsi presso la segreteria della Società Alpina Friulana;
- Contattarci tramite e-mail:
alpinismogiovanile@alpinafriulana.it

L'attività dell'Alpinismo Giovanile si svolge durante tutto l'anno. Il bambino/ragazzo nelle sue nuove esperienze viene costantemente seguito dagli accompagnatori dell'Alpinismo Giovanile. Seguici e diventa nostro amico sulla pagina

Facebook: Alpinismo Giovanile "Diego Collini" SAF-CAI Udine



Elenco dell'ORGANICO della Commissione Alpinismo Giovanile Gruppo "Diego Collini" per l'anno 2019

Donatella CARRARO -
ASAG-ONCS - Responsabile
Valentina CETTOLO - OSAG
Andrea COCCATO - OSAG
Tiziana D'ANDREA - OSAG
Andrea FERIGO -
Curatore del Sito

Davide FLOREANI - OSAG
Renato FLOREANI - OSAG
Cristina PROSPERI - OSAG
Lorenzo RIZZI - OSAG
Marco VALENTINO - OSAG
Massimiliano MIANI - AE
Collaboratore esterno

LEGENDA:

ASAG: Accompagnatore
Sezionale Alpinismo Giovanile
ONCS: Operatore Naturalistico
Culturale Sezionale
OSAG: Operatore Sezionale
Alpinismo Giovanile
AE: Accompagnatore
di Escursionsimo



GRUPPO FAMILY

Dedicato alle famiglie che desiderano condividere con i propri figli l'entusiasmante esperienza della montagna.

Nel gruppo Family bambini e genitori (ed eventuali altri parenti) vengono condotti nelle escursioni dagli accompagnatori che per tale attività hanno svolto uno specifico percorso personale, così da favorire il graduale inserimento nell'ambiente montano anche attraverso l'illustrazione dei suoi più variegati aspetti.

La presenza dei genitori non è obbligatoria pertanto i bambini possono partecipare alle escursioni anche senza di loro.



GRUPPO OSSI DURI

Dedicato ai bambini/ragazzi già in possesso di una discreta autonomia personale. Sulla base del numero di iscritti, età e singole abilità, vi potrà essere la possibilità di suddividere il gruppo in modo da affrontare escursioni con differenti livelli di difficoltà, con l'obiettivo di far amare ed apprezzare questo meraviglioso mondo.

Avendo sempre a riguardo la sicurezza spiegheremo ai ragazzi come organizzare un'uscita e come orientarsi nell'ambiente montano, illustreremo tutto ciò che ci circonda come animali, piante, rocce, persone, culture e tradizioni, ovvero la quintessenza della montagna. Affronteremo camminate in ambiente innevato con le "ciaspe", ci addentreremo alla scoperta del mondo sotterraneo in compagnia degli amici speleologi, calpesteremo sentieri sino in vetta, proveremo qualche facile arrampicata, insomma tutto quello che la montagna offre, nel massimo rispetto dell'ambiente e di chi ci vive.





**L'AMORE PER
LA MONTAGNA...**

**TI FA DIVENTARE
GRANDE**



PERCHÉ I BAMBINI IN MONTAGNA?

Semplice, perché sono curiosi e sensibili verso i primi raggi del sole primaverile che scaldano la nostra pelle, la pioggerellina che attenua i rumori, la nebbia che rende magico il paesaggio.

Un viaggio per diventare osservatori attenti, per diventare grandi, ma grandi dentro attraverso queste meravigliose esperienze e soprattutto camminare, correre e giocare nel verde, quel verde che ti avvolge, che dà equilibrio alla tua persona, creando una perfetta conciliazione tra anima e corpo; e l'azzurro del cielo che ci abbraccia come nella vita fanno le persone che ci amano, che ci stimano; la magia di un fiore che sboccia, il volo delicato delle farfalle, la brezza che fa danzare i fili d'erba, e poi ancora un'orma «Chissà chi è passato di qua???».

Questo è ciò che rende unico il contatto con la natura!

PERCHÉ I RAGAZZI IN MONTAGNA?

Camminare in montagna non è solo un'occasione per praticare uno sport all'aria aperta, ma tanto altro.

Ci permette di imparare a conoscere i luoghi e l'ambiente in cui viviamo: boschi, fiumi, grotte, laghi, neve e ghiacciai, piante e animali; ma ci dà anche l'opportunità di fare amicizia con altri ragazzi e coltivare le nostre passioni, per riscoprire il valore dei rapporti umani concreti e non "virtuali".



ATTIVITÀ COMMISSIONE ALPINISMO GIOVANILE PER IL 2019



SABATO 19 GENNAIO- (SERA) NOTTURNA ... CAMMINIAMO SOTTO LE STELLE

È notte. Tutto tace. La natura sembra assopita. Tutto è illuminato dalla luna e dalle stelle.

E noi per iniziare il 2019 ci immergiamo in questo magico ambiente per una camminata diversa ma sicuramente ricca di emozioni.



DOMENICA 3 FEBBRAIO CIASPOLATA AI LAGHI DI FUSINE

NEVE, NEVE. Ti aspettiamo! Una splendida ciaspolata nei dintorni dei laghi di Fusine - perla glaciale del Friuli Venezia Giulia- dalla località Scicchizza, lungo il sentiero Rio del Lago, volgendo lo sguardo verso la superba parete del Mangart.



SABATO 9 e 23 FEBBRAIO LEZIONI DI ARRAMPICATA INDOOR

Stiamo programmando delle lezioni di arrampicata con gli abili istruttori di Alpinismo della Saf: ci divertiremo ad “appenderci” in palestra in sicurezza.



DOMENICA 17 MARZO MONTE CIAURLEC CON GRUPPO ESCURSIONISMO DELLA SAF

In compagnia degli amici del gruppo escursionismo della SAF andremo a conoscere questo rilievo di modesta altitudine (mt. 1148 slm) ma ideale per questo periodo.

Situato in una vasta zona carsica, in un ambiente sostanzialmente integro, ci immergeremo in un itinerario avvolti da quel silenzio e quella pace che la vita frenetica odierna non ci concede più di apprezzare, consentendoci di osservare lungo il cammino le bizzarre formazioni rocciose variamente erose.

Per l'occasione è previsto lo spostamento in pullman, una buona opportunità per i genitori che potranno approfittare di aggregarsi al gruppo di escursionismo.



DOMENICA 31 MARZO MINIERA DI CLUDINICO E PASSEGGIATA NEI LUOGHI CIRCOSTANTI.

Accompagnati dalle guide del posto ci addentreremo all'interno delle ex miniere di carbone, attive in Comune di Ovaro nel mezzo della Val Degano sino agli anni '50, andando alla scoperta di questo misterioso e coinvolgente mondo e del lavoro degli addetti all'estrazione del minerale, in un viaggio senza tempo nel sottosuolo che proseguirà con la visita al museo ed ai luoghi circostanti.





DOMENICA 14 APRILE **LAUCO**

Gâns, agâns, pagâns, gigâns, chi saranno stati mai? Qualcuno racconta che fossero giganti sospettosi, con una forza di un leone e che usavano affilarsi le unghie sui sassi, altri affermano che fossero antiche genti con arcaiche usanze. In ogni modo il loro mistero è ancora irrisolto e tante leggende li circondano. Noi li cercheremo seguendo le loro tracce disseminate sull'altopiano di Lauco fra antiche necropoli e resti di fortificazioni a strapiombo sulla vallata sottostante.



DOMENICA 28 APRILE- **PULIZIA SENTIERO MONTE ROBA,** **MONTE BARDA** **INIZIATIVA "ADOTTIAMO UN SENTIERO"**

In questa occasione riallaceremo un discorso avviato alcuni anni or sono in cui il nostro gruppo aveva ripristinato questo interessante percorso didattico immerso nelle Valli del Natissone procedendo alla sua pulizia e marcatura, oltre alla realizzazione e collocamento dei nuovi pannelli didattici storico-naturalistici, per cui ripercorreremo il sentiero, lo puliremo e lo adotteremo ufficialmente, con l'impegno di averne cura anche per il futuro.



DOMENICA 19 MAGGIO **INTERSEZIONALE AG GEMONA** **MONTE FARA**

Insieme agli amici del gruppo AG di Gemona andremo a camminare nella zona del monte Fara. Questa panoramica montagna si trova nel Gruppo delle Prealpi Carniche, fra Montereale Valcellina e Andreis, in provincia di Pordenone.



DOMENICA 26 MAGGIO INTERSEZIONALE AG GEMONA BICICLETTATA ALPE ADRIA

Questa domenica vivremo un'esperienza davvero diversa. Non calzeremo gli scarponi ma saliremo sul nostro magico "cavallo di ferro", la bicicletta, e scenderemo da Tarvisio lungo la vecchia Ferrovia.

E per salire? Tutti in treno: noi, le bici e la nostra allegria.



DOMENICA 9 GIUGNO 7ª GIORNATA NAZIONALE "IN CAMMINO NEI PARCHI" - SENTIERO DEL DINT

Un nuovo sentiero da segnare ci aspetta! Con colori e pennelli questa volta ci sposteremo nel Parco Naturale delle Dolomiti Friulane, nei pressi del Lago di Barcis.



22/23 GIUGNO LAGO DEL MONTE NERO, VELIKA BABA, VAL LEPENA, SLOVENIA.

Una notte in rifugio! Un antico adagio recita: "Se vuoi conoscere la montagna ci devi dormire sopra!".

Quale occasione migliore per passare la notte in un bellissimo Rifugio Alpino all'interno del Parco Nazionale del Tricorno.

In una corona di montagne da leggenda, nelle Alpi Giulie, si trova un grazioso e profondo lago, capace di ospitare migliaia di vivaci salmerini. Il divertimento è assicurato!





DOMENICA 14 LUGLIO **SULLE ORME DEL GHIACCIAIO** **DEL MONTE CANIN**

Andremo a scoprire quello che resta di uno dei ghiacciai più orientali dell'intero Arco Alpino. Benché si trovi a quota eccezionalmente bassa, fra i 2000 e i 2500 metri circa, sopravvive sotto una grande quantità di detriti.

È difficile scorgere il ghiaccio, ma i cambiamenti di colore delle rocce e le morene presenti nella conca glaciale fanno capire l'estensione raggiunta dal ghiacciaio qualche secolo fa durante la piccola glaciazione.



22/23/24/25/26 AGOSTO **CAMPEGGIO AD AMATRICE**

Saliremo tutti in corriera insieme a tanti amici di altri gruppi di Alpinismo Giovanile e scenderemo ad AMATRICE per condividere con gli aquilotti locali un'esperienza indimenticabile.

Dormiremo in tenda e cammineremo sui loro sentieri, fianco a fianco con tanti nuovi amici, ma uniti dallo stesso amore per la montagna.



31 AGOSTO/1 SETTEMBRE **CIME DI TERRAROSSA**

Godiamoci queste due giornate di totale immersione nell'ambiente montano, godendo di paesaggi, natura e pace.

Questi luoghi sono popolati dai re delle montagne: gli stambecchi. Saliremo a fare loro visita e a conoscere questi splendidi animali che saranno così gentili da accoglierci a casa loro!



DOMENICA 22 SETTEMBRE ANELLO DELLE MALGHE DI CANEVA-POLCENIGO

Questa area dell'altipiano del Cansiglio un tempo era costellata da innumerevoli casere, se ne contavano veramente tante. La crisi di questa attività portò al loro abbandono, ma alcune di esse sono state recuperate per la valorizzazione dei prodotti caseari di malga. Con un percorso ad anello attraverso sentieri e strade forestali (CAI n. 981 e n. 982) andremo alla scoperta di alcune di queste e delle attività che lì vengono svolte.



DOMENICA 6 OTTOBRE FAEDIS, UN GIRO TRA I CASTELLI

Faedis è un paese che racchiude in sé tante bellezze. Percorrendo sentieri in boschi di faggi, dai quali il paese ha preso il nome, la nostra meta saranno i castelli che hanno reso questa zona degna di essere ricordata nella storia. Chissà quali storie di principi, principesse, nobili e ricche famiglie nascondono... Dalla posizione dei castelli potremo capire quali erano i vantaggi e quali gli svantaggi dell'abitare questi luoghi.



DOMENICA 20 OTTOBRE ESCURSIONE E CASTAGNATA PREALPI GIULIE – VALLI DEL NATISONE

Anche quest'anno faremo visita agli amici della Sezione Cai "Val Natisone". L'ambiente è quello autunnale, in questo periodo le Valli del Natisone cambiano pelle, con una diversità di colori propria di questo periodo. Lungo sentieri di collegamento tra le varie frazioni del comune di Grimacco compiremo un giro ad anello. Al termine dell'escursione tutti insieme alla Baita "Sotto il San Martino – Koča pod Sv. Martinam" per una calda pastasciutta e il meraviglioso frutto di stagione: La Castagna!



DOMENICA 10 NOVEMBRE BIVACCO FRANZ

Nei pressi del sentiero che da Tugliezzo porta al monte Plauris, sorge una costruzione in tronchi e scandole di larice. Questa è regolarmente abitata da ghiri e frequentata da caprioli e volpi; a guardarlo mancano solo Heidi, Nebbia e Peter!



DICEMBRE 24X1 ORA PER TELETHON

La squadra degli AQUILOTTI della SAF partecipa alla 24x1 ora per Telethon. Non possiamo mancare l'appuntamento che da ormai 9 anni vede il nostro gruppo impegnarsi per la solidarietà. Anche quest'anno daremo il massimo!



DOMENICA 15 DICEMBRE DA CLASTRA A SANTA LUCIA

Si avvicina la fine dell'anno. Le giornate si fanno molto corte, la luce sempre più viene a mancare. La tradizione vuole che le festività abbiano inizio con San Nicolo' e proseguano poi con l'amata Santa Lucia.

Attraverso il sentiero Cai n. 761, partiremo da Clastra per raggiungere l'antica chiesa di Santa Lucia in mezzo al bosco. Qui, in questo luogo magico, per l'occasione, verrà aperta la chiesetta e potremo così ammirare al suo interno i bellissimi affreschi che la decorano.



REGOLAMENTO DELLE ATTIVITÀ DI ALPINISMO GIOVANILE DEL GRUPPO “DIEGO COLLINI”

1. Partecipanti: L'attività di Alpinismo Giovanile è rivolta ai ragazzi/e fino ai 17 anni (nel gruppo Family anche alle loro famiglie) iscritti al CAI ed in regola con l'iscrizione all'attività di Alpinismo Giovanile per l'anno in corso.

2. Iscrizioni: Le iscrizioni avvengono tramite e-mail all'indirizzo alpinismogiovanile@alpinafriulana.it; sono accettate entro i termini stabiliti e comunque entro il mercoledì precedente la gita. Tuttavia possono essere chiuse anticipatamente qualora sia raggiunto il numero massimo di iscritti fissato per il mezzo di trasporto o ne sia imposta la limitazione da particolari situazioni tecnico-organizzative. In caso di escursione di più giorni con pernottamenti, le iscrizioni si chiudono alla data preventivamente comunicata dagli organizzatori. Non saranno prese in considerazione richieste pervenute oltre i termini.

3. Assicurazione: Tutti i partecipanti iscritti ai corsi saranno assicurati con la polizza infortuni prevista per i soci C.A.I.; si consiglia di scegliere, al momento dell'iscrizione al C.A.I., la combinazione che offre i massimali più elevati (per maggiori informazioni sulle polizze consultare il sito <http://www.cai.it>).

4. Obblighi dei partecipanti: Con l'iscrizione alla/e escursione/i ai partecipanti si richiede:

- il versamento della quota associativa annuale
- il rispetto e l'accettazione del programma dell'escursione e del regolamento dell'attività che saranno forniti di volta in volta e con adeguato anticipo
- di informare gli organizzatori e l'accompagnatore in merito a eventuali problema-

tiche di salute che possano in qualsiasi modo interferire con l'esercizio dell'attività escursionistica-alpinistica

- di portare obbligatoriamente con sé durante l'escursione la tessera nonché la carta d'identità (obbligatoria dal compimento del quattordicesimo anno)
- un comportamento corretto e di educata convivenza nonché la puntualità nella conferma delle escursioni e nel rispetto del programma prestabilito. Inoltre i partecipanti sono tenuti a recarsi al punto di partenza per l'escursione con qualsiasi tempo e rispettando gli orari previsti
- un equipaggiamento adeguato e comprensivo di scarponcini da montagna, zaino da montagna adeguato alla propria altezza con doppia allacciatura anteriore (integrato secondo lista fornita al momento dell'iscrizione), abbigliamento idoneo alla stagione
- una costante frequenza alle uscite al fine di mantenere la pratica dell'alpinismo ed escursionismo. Per questo motivo le escursioni fatte durante l'anno prevedono un aumento progressivo della difficoltà fisica e tecnica, quindi è auspicabile una frequenza regolare, soprattutto se si desidera partecipare ai fine-settimana e/o trekking di più giorni e/o alla settimana in alta quota
- per uscite di più giorni è previsto il versamento di una caparra pari al 50% del costo complessivo. In caso di rinuncia all'uscita tale caparra non verrà restituita
- il rispetto delle disposizioni, degli ordini e dei consigli degli Accompagnatori
- di avvertire immediatamente gli accompagnatori, anche la mattina stessa della gita, in caso di improvviso impedimento

- 5. Esclusione dall'escursione:** L'inosservanza degli obblighi indicati al punto 4 possono portare all'esclusione dall'attività escursionistica del partecipante ad insindacabile valutazione degli organizzatori o dell'Accompagnatore, nel caso in cui non sia fornita adeguata garanzia del superamento, senza pregiudizio per loro stessi e per il gruppo, delle attività inserite nell'itinerario per cause diverse quali ad esempio inadeguato equipaggiamento, precarie condizioni fisiche, inesperienza ecc.
- 6. Trasporto:** I mezzi di trasporto, fino ad esaurimento posti, saranno messi a disposizione gratuitamente dagli Accompagnatori, che analogamente a quanto avviene per tutte le componenti della Società Alpina Friulana, sono dei volontari e non svolgono la loro attività per scopi di lucro.
- 7. Obblighi dei genitori:** I genitori dovranno accompagnare i ragazzi al luogo di ritrovo ed essere presenti al rientro della gita negli orari prestabiliti. Di norma le escursioni si effettuano con partenza dal Parcheggio Scambiatore di via Chiusaforte a Udine (retro ospedale). Accordi diversi potranno essere presi solo con i responsabili dell'attività di Alpinismo Giovanile. Resta inteso che i genitori possono, se lo desiderano, trasportare i propri figli fino al luogo di partenza dell'escursione e riprenderli al termine della stessa. In tal caso gli organizzatori e l'Accompagnatore declinano ogni responsabilità per i trasferimenti stessi, intendendo l'escursione iniziata e finita rispettivamente nel momento in cui i genitori lasciano e riprendono in carico i propri figli.
- 8. Impegno degli Accompagnatori:** Gli Accompagnatori guidano la comitiva nell'escursione, curano il rispetto degli orari, la

sistemazione dei pernottamenti nei rifugi e tutto quanto serva al felice esito dell'escursione. Inoltre l'Accompagnatore può nominare degli Aiuto Accompagnatori in numero sufficiente tale da garantire l'assistenza a tutti i componenti della comitiva ed il buon andamento dell'escursione.

- 9. Variazioni nel programma:** Gli Accompagnatori, si riservano di annullare, di modificare gli orari, gli itinerari, le soste o di interrompere il proseguimento della gita.
- 10. Per quanto qui non contemplato,** valgono il Regolamento Nazionale della Commissione Centrale di Alpinismo Giovanile del Club Alpino Italiano e lo Statuto della Società Alpina Friulana.
- 11. L'adesione alle attività** di Alpinismo Giovanile del Gruppo "Diego Collini" è subordinata alla accettazione e sottoscrizione da parte di chi ne ha potestà di apposito modulo per il consenso al trattamento dei dati personali e di ogni altra problematica attinente la "privacy" come previsto dal D.Lgs. 30.06.03 n. 196, nonché di apposita dichiarazione in materia di diritto all'immagine e ogni altra problematica inerente il diritto d'autore come previsto dalla Legge 22.04.41 n. 633 e successive modifiche.
- 12. Per la partecipazione** alle attività di alpinismo giovanile è richiesta e presupposta l'accettazione del presente regolamento.



COMMISSIONE ESCURSIONISMO



Società Alpina Friulana
**COMMISSIONE PER
L'ESCURSIONISMO**

Via Brigata Re, 29
33100 Udine
(ex Caserma Osoppo)
Tel e fax +39 0432 504290

Tel. cellulare

accompagnatori:
+39 370 3626534

e-mail: escursionismo@alpinafriulana.it

facebook:
SAF Escursionismo

INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI:
www.alpinafriulana.it

Mailing-List: per iscriversi
o cancellarsi alla newsletter
gratuita www.alpinafriulana.it/mailling-list

Da 144 anni la Società Alpina Friulana è un punto di riferimento per alpinisti, ricercatori, scienziati, o semplici appassionati, e la frequentazione organizzata della montagna è parte integrante della vita dell'Alpina sin dai suoi albori. Le prime carovane, come erano denominate, comprese quelle dedicate alle scuole, risalgono agli anni immediatamente seguenti la fondazione (1874).

Gli escursionisti provenienti dalla città erano osservati con un misto di curiosità e diffidenza dagli abitanti dei monti. Molto tempo è passato e oggi l'escursionismo in ambiente naturale, in una molteplicità di forme, si è affermato come fenomeno di massa e sempre di più come modalità consapevole di immedesimazione nell'ambiente naturale. La Società Alpina Friulana, grazie alla disponibilità di Accompagnatori ed Operatori Naturalistici e Culturali, formati attraverso le strutture nazionali e regionali del Club Alpino Italiano, offre a tutti coloro che vogliono frequentare la montagna il modo di farlo in sicurezza e in compagnia. Non di rado nei nostri gruppi nascono o si cementano amicizie destinate a durare una vita.

Particolare attenzione viene riservata alla protezione dell'ambiente naturale e alla conoscenza dell'ambiente alpino, tanto nella dimensione naturalistica che in quella storica e antropica, a cui sono dedicate anche iniziative specifiche.

Agli amici che scelgono di venire in montagna con noi è richiesto di avvicinarsi alle nostre attività con lo stesso spirito con cui esse vengono offerte, ossia con reciprocità e rispetto per gli altri e per l'ambiente.



COMPONENTI LA COMMISSIONE PER L'ESCURSIONISMO

LEGENDA TITOLO COMPONENTI:

ONC: Operatore Naturalistico e Culturale

ONCN: Operatore Naturalistico e Culturale Nazionale

AE: Accompagnatore di Escursionismo

AE Em: Accompagnatore di Escursionismo Emerito

ANE: Accompagnatore Nazionale di Escursionismo

ASE: Accompagnatore Sezionale di Escursionismo

IA: Istruttore di Alpinismo

INV: Istruttore Neve Valanghe

Cognome e nome	Incarico	Titolo
Daniele BALLICO		ONC
Paolo BLASONI		
Marco CABBAI		ONC
Elio CAMPIUTTI		
Paolo CIGNACCO	Presidente	ANE-IA
Denia CLERI		ONC
Maria Luisa COLABOVE	Vicepresidente	ANE
Luca DEL BIANCO		
Livio DE MARCHI	Coordinatore Gruppo Seniores	ONC
Giorgio DI GIUSTO	Segretario	
Michela DI TOMASO		
Olivo ECoretti		ONC
Mauro FLORA		AE Em
Ermes FURLANI		ONC - ASE
Gabriele GERVASIO		
Riccardo MAIDA		
Massimiliano MALISAN		ONC
Francesca MARSILIO		ONC
Nicola MICHELINI	Responsabile Magazzino	ANE-INV
Marco MORASSI	Tesoriere	AE
Antonio NONINO		ONC
Renzo PAGANELLO		ONCN
Piero PASQUILI		AE
Mauro RIZZO		
Tiziano SCARSINI	Responsabile "Montagna Terapia"	ASE
Giancarlo SPELAT		AE
Pino TINGANI		
Stefano VENICA	Responsabile sito Web	ASE
Mirco VENIR		

ESCURSIONI 2019



LEGENDA DIFFICOLTÀ ESCURSIONI:

T Turistico
E Escursionistico
EE Escursionisti Esperti
EEA Escursionisti Esperti con Attrezzatura
EAI Escursionistico in Ambiente Innevato
A Alpinistico
TC Cicloturistico
MC Cicloturistico Medie Capacità Tecniche

LEGENDA ORGANIZZATORI:

UD - Commissione Escursionismo
UD SEN - Gruppo Seniores
UD CCD - Commissione Culturale/Divulgativa
ART - Artegna
PAL - Palmanova
PDP - Pasian di Prato
SDN - San Daniele
TAR - Tarcento
TRI - Tricesimo

ATTENZIONE: le escursioni proposte sono state selezionate e programmate antecedentemente gli eventi atmosferici di fine ottobre 2018 che hanno devastato buona parte dei sentieri e boschi dell'arco alpino orientale. In considerazione di ciò, preventivamente ad ogni escursione verrà effettuato un sopralluogo per valutare, di volta in volta, se l'itinerario proposto sarà percorribile in sicurezza. Ci scusiamo, ma **nel corso del 2019 il calendario delle escursioni potrebbe subire qualche variazione.**



GIOVEDÌ 10/01/2019

CASERA GLAZZAT ALTA [con ciaspole]

Alpi Carniche



Metri salita: 350 m

Metri discesa: 350 m

Durata: 4 ore – *Difficoltà:* **EAI**

Coordinatori: Livio De Marchi,
Claudio Assolari

UD SEN - Gruppo Seniores

Ciaspolata molto semplice e nel complesso poco faticosa. Casera Glazzat Alta, in zona Pontebba, si trova in posizione assai panoramica poco sotto lo spallone erboso del monte omonimo.



DOMENICA 13/01/2019

MONTE FORNO

Karawanke



Metri salita/discesa: 650m/650m

Durata: 5 ore / *Difficoltà:* **EAI**

Coordinatori: Giorgio Di Giusto,
Olivo Ecoretti

UD - Commissione Escursionismo

Da decenni Il Monto Forno è simbolo dell'unione e della fratellanza tra i tre popoli perché è posto all'intersezione dei confini di Italia, Austria e Slovenia. Effettueremo un percorso di moderata difficoltà ma molto appagante, che da Ratece (SLO) ci porta alla cima del Monte Forno, splendido balcone panoramico sulla Carinzia e sulle Alpi Giulie



GIOVEDÌ 24/01/2019

RIFUGIO ZACCHI (con ciaspole)

Alpi Giulie



Metri salita/discesa: 450m/450m

Durata: 5 ore / *Difficoltà:* **EAI**

Coordinatori: Livio De Marchi,
Claudio Assolari

UD SEN - Gruppo Seniores

Classica ciaspolata nel magnifico anfiteatro naturale dei Laghi di Fusine.

Dalla terrazza del rifugio un bellissimo colpo d'occhio sulla catena delle Ponze, sulle pareti nord della Veunza, del Piccolo Mangart di Coritenza e sul maestoso Monte Mangart.



DOMENICA 27/01/2019

DORSALE MONTI OBERKOFEL E MÖRGENLAIT

Escursione con ciaspole da
Sauris di Sopra (Alpi Carniche)



Metri salita: 700 m

Metri discesa: 700 m

Durata: 6 ore

Difficoltà: **EAI**

Coordinatori:
Giorgio Di Giusto, Olivo Ecoretti

**UD - Commissione
Escursionismo**

Ciaspolata lungo la dorsale dei m. ti Oberkofel (m 2.034) e Mörgenlait (1.975m): spartiacque tra la Val Pesarina e quella di Sauris. Da Sauris di Sopra (1.400m), inizia l'escursione lungo carrareccia in direzione Sella Festons (1.860m) (sent. CAI 204). Dall'ampia forcella l'itinerario piega a sinistra e sale ripido il costone ovest del M.te Festons (1.934m). Si prosegue sulla larga dorsale senza difficoltà in direzione ovest con faticosi sali e scendi fino alla vetta del M.te Oberkofel. In vetta si ammirano: il gruppo dei Monfalconi, la Cridola, le Dolomiti della Val Boite e la catena dei M. ti Clap, Siera e M.te Cimon. Rientro per lo stesso itinerario fino alla Sella di Festons, e con una ripida salita, sul versante est, si sale la bella vetta del M.te Mörgenlait. Straordinario scorcio panoramico verso le Tre Cime di Lavaredo. Rientro a Sauris lungo lo stesso percorso.



GIOVEDÌ 07/02/2019
SELLA BARTOLO (con ciaspole)
Alpi Carniche



Metri salita: 370 m

Metri discesa: 370 m

Durata: 4.00 ore / **Difficoltà: EAI**

Coordinatori: Livio De Marchi,
Claudio Assolari

UD SEN - Gruppo Seniores

Escursione estremamente semplice e rilassante in una bellissima ambientazione in mezzo alle baite ed ai prati bianchi di soffice neve. La Sella Bartolo è posta esattamente sul confine tra Italia ed Austria. La vista, sopra il bosco, ci regala un ottimo panorama verso ovest sul Monte Acomizza e verso sud, più lontano, sul gruppo dello Jôf Fuart.



**SAB. E DOM. 9-10/02/2019 VAL PUSTERIA TRA
LA VALLE DI ANTERSELVA E TESIDO**

Monte Luta - Monte Salomone
- Passo Stalle



Due giorni tra ciaspole e slittini alla scoperta di luoghi incantati in Alto Adige, Val Pusteria, dalla Valle di Anterselva a Tesido, località sopra Monguelfo.

Metri salita:

+ 400 m circa (1°g)

+ 700 m circa (2°g)

Metri discesa:

- 400 m circa (1°g)

- 700 m circa (2°g)

Durata:

5 ore (1°g)

6 ore (2°g)

Difficoltà: EAI

Coordinatori:

Francesca Marsilio,
Denia Cleri

**UD - Commissione
Escursionismo**

1° GIORNO: partiremo in fondo alla Valle di Anterselva, dall'omonimo Lago a quota 1.642 m a due passi dai fondisti seguendo con attenzione i cartelli che indicano il tracciato che sale a Passo Stalle 2.052 m, alternando tratti su pista battuta (d'estate il passo è aperto alle auto) e passaggi su neve fresca. Una volta in cima al passo raggiungeremo il confine con l'Austria!

2° GIORNO: dalla località di Tesido in Val Pusteria, saliremo in direzione "Alpenhof" e "Mudlerhof", e con le ciaspole ai piedi saliremo su comoda pista battuta in direzione Monte Luta, per poi inoltrarci nel bosco. Raggiungeremo la prima cima, quella del Monte Luta a 2.145 m, dove ci attende una meravigliosa vista panoramica. Proseguiremo poi al Monte Salomone dove una ancor più ampia vista ci attende! Lungo la discesa incontreremo la Malga di Tesido ai piedi del Monte Roda di Scandole, aperta sia in estate che d'inverno. Da qui la discesa a chiusura del nostro anello fino al punto di partenza.

In entrambe le giornate sarà possibile noleggiare gli slittini e godersi la discesa tornando un po' bambini e risparmiando la fatica dell'ultima discesa a piedi!



SABATO 16/02/2019

MONTE DOBRATSCH AL CHIARO DI LUNA

Escursione notturna con le ciaspole

nel Parco Naturale del Monte Dobratsch (A)



Metri salita: 435 m

Metri discesa: 435 m

Durata: 4.00 ore

Difficoltà: **EAI**

Coordinatori: Livio De Marchi,
Marco Morassi,
Tiziano Scarsini

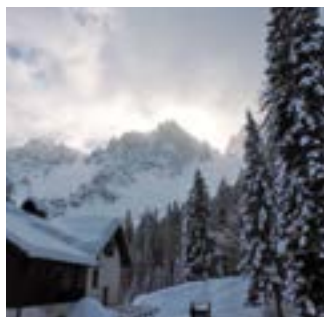
**UD - Commissione
Escursionismo**

Bellissima e facile escursione invernale con le ciaspole sul primo contrafforte, partendo da est, delle Alpi Carniche. Posto nella Villacher Alpe, il Monte Dobratsch (2167 m) si trova alla confluenza della valle austriaca del Gail e dell'italiana Val Canale.

Superata la cittadina di Tarvisio ed il confine italo-austriaco di Coccau, si raggiunge la città di Villach ed in automobile, percorrendo la Villacher Alpen Strasse si raggiunge il parcheggio di Rosstratten (1.732 m).

Calzate le ciaspole, inizia la nostra escursione in direzione della vetta del Monte Dobratsch. Si sale lungo una pista ben battuta, con splendide vedute sulla città di Villach e sulla catena delle Alpi Giulie, dallo Jôf di Montasio al Tricorno. Raggiunto l'altopiano sommitale, il percorso diventa più dolce e segue le ondulazioni carsiche del terreno.

Con una serie di serpentine si raggiunge il Rifugio Ludwig Walter Haus (2.140 m) ed in pochi minuti si sale alla vetta del Monte Dobratsch.



GIOVEDÌ 21/02/2019

RIFUGIO GIAF (con ciaspole)

Alpi Carniche



Metri salita: 500 m

Metri discesa: 500 m

Durata: 4.00 ore

Difficoltà: **EAI**

Coordinatori: Livio De Marchi,
Claudio Assolari

UD SEN - Gruppo Seniores

Appagante escursione con le ciaspole nel Parco delle Dolomiti Friulane.

Percorreremo la comoda strada forestale che dopo alcuni tornanti attraversa il bosco denominato Costa Urtisiel fino a raggiungere il Rifugio Giau.


DOMENICA 24/02/2019
FOCE DELL'ISONZO – ISOLA DELLA CONA

Escursione Naturalistica


Metri salita / discesa: // m

Durata: 5 ore / *Difficoltà:* **T**
Coordinatori: Operatori
Naturalistici e Culturali

**UD CCD – Commissione
Culturale e Divulgativa**

Effettueremo una affascinante ed interessante escursione nella migliore area d'Italia per il birdwatching.

Paludi di acqua dolce, ma anche vaste zone umide salate, canneti, boschi e praterie: la Riserva della foce dell'Isonzo è l'habitat ideale per tante specie animali e in particolare per gli uccelli, residenti e migratori.


DOMENICA 03/03/2019
MONTE ZOVO (SANTO STEFANO DI CADORE)

 Escursione ad anello con ciaspole da Costalissoio-
Monte Zovo-Costalalta-Costalissoio

Metri salita: 680 m

Metri discesa: 680 m

Durata: 5/6 ore

Difficoltà: **EAI**
Coordinatori: Mauro Rizzo,
Piero Pasquilli

**UD - Commissione
Escursionismo**

Particolare escursione ad anello con le ciaspole in una località sorprendente.

Si parte da Costalissoio, piccolo paese abbarbicato sui pendii del Monte Zovo. Percorriamo il segn. 165 lungo il costone Sasso Grigno fino alla panoramica dorsale finale che in breve ci porta al rifugio De Doo, da dove raggiungeremo la vicina cima. Da qui si possono ammirare il gruppo del Popera, le Marmarole, i Brentoni, e le crode dei Longerin, il Peralba: in tutte le direzioni lo spettacolo è garantito. Proseguiamo verso i piani dei Pradetti e Cernenà (segn. 166) fino a Costalta e rientro al punto di partenza a Costalissoio.


GIOVEDÌ 07/03/2019
CASERA VALMEDAN ALTA

Alpi Carniche


Metri salita: 550 m

Metri discesa: 550 m

Durata: 6 ore / *Difficoltà:* **EAI**
Coordinatori: Livio De Marchi,
Claudio Assolari

UD SEN – Gruppo Seniores

Da Rivalpo tramite strada forestale raggiungeremo dapprima la Casera Valmedan Bassa e poi la Casera Valmedan Alta situate sul versante meridionale del Monte Tersadia. Di fronte a noi grandioso panorama verso il Sernio.



Metri salita: 500 m

Metri discesa: 500 m

Durata: 6 ore / *Difficoltà:* **TE**

Coordinatori: Baldassi e Antoniazzi Daniela **per GO**
Livio De Marchi,
Claudio Assolari

CAI GO Gruppo Seniores

MERCOLEDÌ 13/03/2019

ALTFINKENSTEIN INTERSEZIONALE SENIORES UD-GO

Carinzia (Austria)



Uscita di fine inverno nella vicina Carinzia assieme al Gruppo Seniores di Gorizia che ci permetterà di conoscerci per intraprendere, nel corso dell'anno, uno scambio di esperienze e di condivisione del programma escursionistico. Cammineremo lungo il versante austriaco delle Caravanche, la "carovana" di monti che separa l'Austria dalla Slovenia, nel settore che si affaccia sulla conca di Villach e del Faaker See. La traversata ci porterà sul Kanzianiberg, la famosa palestra d'arrampicata sovrastata dalla pittoresca chiesa di San Kanzian da cui godremo della vista dei paesi carinziani della Drava e delle montagne che fan loro corona. Ridiscesi dal Kanzianiberg, prenderemo a salire verso i pianori sottostanti il gruppo del Mittagsskogel, raggiungendo il piccolo borgo di Altfinkenstein dominato dalle rovine del Castello.



DOMENICA 17/03/2019

ANELLO DEL MONTE CIAURLEC DA MEDUNO

SentieriNatura, Alpinismo Giovanile

"D.Collini" e SAF insieme sul Monte Ciaurlec



Metri salita: 1000 m

Metri discesa: 1000 m

Durata: 7 ore

Difficoltà: **E**

Coordinatori:
Sandra Tubaro, Ivo Pecile,
Mauro Flora, Paolo Cignacco

**UD - Commissione
Escursionismo**

in collaborazione con:



Situato in una vasta zona carsica, il Monte Ciaurlec si eleva in modo poco marcato rispetto alle ondulazioni prative e ai boschi che ne circondano il punto più alto, ma regalando ugualmente dei bellissimi panorami. Ivo Pecile e Sandra Tubaro di SentieriNatura ci faranno omaggio della loro presenza e della loro profonda conoscenza del territorio, alla scoperta di questo stupendo itinerario, bello in tutta la sua interezza. Osserveremo, tra le altre, anche alcune curiose e bizzarre rocce osservabili lungo il cammino, erose in modo evidente dalle intemperie e l'ampia visuale dalla cima. È un itinerario senza clamori dove tuttavia troverete quel silenzio e quella pace che purtroppo stanno sempre più scomparendo per l'incuria dell'uomo. La facilità del percorso lo rende un sentiero per tutti, compresi i molto giovani e chi si sta accostando al mondo dell'escursionismo. Sarà una bellissima esperienza poter salire in cima alla montagna con Ivo Pecile e Sandra Tubaro di SentieriNatura, ed assieme agli amici dell'Alpinismo Giovanile "Diego Collini" della SAF di Udine.

**GIOVEDÌ 21/03/2019****ANELLO DEL MONTE STELLA DA TARCENTO**

Prealpi Giulie

*Metri salita:* 600 m*Metri discesa:* 600 m*Durata:* 5 ore / *Difficoltà:* **E***Coordinatori:* Livio De Marchi,
Claudio Assolari**UD SEN - Gruppo Seniores**

Il monte Stella è la prima elevazione che si incontra risalendo la destra orografica dalla alta Valle del Torre. Il sentiero che attraversa il Monte Stella offre, oltre ad un bellissimo paesaggio naturale, caratterizzato dalle rupi carsiche ricche di piante rare, uno splendido panorama che guarda alla conca delle valli del Torre fino al mare Adriatico e, verso Ovest giunge fino ai Colli Euganei.

**DOMENICA 31/03/2019****OBERVELLACH – DANIELSBERG**Valle di Mölltal nel Parco Nazionale Alti
Tauri (A) tappa nr. 8 Alpe Adria Trail*Metri salita:* 900 m*Metri discesa:* 640 m*Durata:* 6 ore*Difficoltà:* **E***Coordinatori:* Daniele Ballico,
Luca Del Bianco**UD - Commissione
Escursionismo**

Iniziamo la nostra tappa dalla piazza principale di Obervellach con i suoi splendidi edifici del periodo delle miniere d'oro. Dopo pochi minuti giriamo a sinistra e seguiamo per un breve tratto la strada carrozzabile in salita.

Ben presto abbandoniamo questa strada a sinistra, saliamo per gran parte del percorso attraverso il bosco e raggiungiamo il meraviglioso belvedere "Mölltalblick" con vista panoramica sulla valle Mölltal. Giunti sopra il tracciato della ferrovia camminiamo lungo una strada carrozzabile con lievi salì scendi fino alla fattoria Unterhofer dove scendiamo verso destra raggiungendo ben presto il castello "Burg Niederfalkenstein". Qui svoltiamo a sinistra in discesa fino alla località di Gratschach. Abbandoniamo la carrozzabile a sinistra e seguendo vecchi sentieri di campagna tra muri di pietra raggiungiamo la pista ciclabile che seguiamo fino alla

località di Gappen. Qui prendiamo nuovamente a sinistra per un vecchio sentiero vicino ad un possente muro di pietra e quindi nuovamente la ciclabile fino a Penk.

Siamo arrivati ora ai piedi del monte Danielsberg, monte conico che si erge al centro della valle Mölltal è uno dei luoghi di culto più antichi della Carinzia. Grazie alla sua pietra dura non è stato eroso dai ghiacciai dell'epoca glaciale. Rimaniamo sulla strada di Penk fino ad una stretta curva, poi giriamo a destra e raggiungiamo, per un tratto inizialmente pianeggiante e poi leggermente ripido il percorso tematico "Jagdlehrpfad" che risaliamo direttamente fino alla cima del monte Danielsberg. Ci teniamo a pochi metri sulla sinistra dal prato che abbiamo appena incontrato raggiungendo così la meta della nostra giornata!



GIOVEDÌ 04/04/2019

ANELLO MONTE PRAT DA CORNINO

Prealpi Carniche



Metri salita: 600 m

Metri discesa: 600 m

Durata: 5 ore

Difficoltà: **E**

Coordinatori: Gildo Garlatti,
Pietro Venier

UD SEN - Gruppo Seniores

L'anello nell'altopiano del Monte di Prat è un suggestivo percorso tra muretti a secco ricoperti di muschio, solitari boschetti, piccoli borghi con le caratteristiche abitazioni in pietra, improvvise aperture sulla Val D'Arzino, sui monti di Anduins, verso Piancavallo e anche verso il mare.



DOMENICA 14/04/2019

DA BASKA A VELA LUKA - ISOLA KRK - CROAZIA

Lungo gli antichi percorsi dei pastori, nella carsica punta estrema meridionale dell'Isola di Veglia fino alle acque cristalline di una delle spiagge più incantevoli dell'Isola



ITINERARIO A:

Metri salita: 600 m

Metri discesa: 600 m

Durata: 5/6 ore

Difficoltà: **EE**

ITINERARIO B:

Metri salita: 600 m

Metri discesa: 600 m

Durata: 5/6 ore

Difficoltà: **E**

Coordinatori:
Francesca Marsilio,
Denia Cleri, Mirco Venier

**UD - Commissione
Escursionismo**

Escursione molto interessante da evitare soprattutto con il sole a picco dell'estate o con la sventagliante bora invernale.

Ci saranno **due itinerari**, entrambi partiranno dalla bella cittadina di Baska per poi uscire lungo la costa con le caratteristiche spiagge ciotolate, poi i gruppi si separeranno: uno percorrerà il percorso più impegnativo lungo il canale asciutto della Vrzenica e l'altro lungo uno dei tanti antichi sentieri dei pastori. I due gruppi si ritroveranno presso la deserta spiaggia di Vela Luka con la sua ampia baia e le sue acque verdi e azzurro cristalline. Per i più temerari ci sarà la possibilità di fare un fresco, freschissimo bagno!

Il rientro sarà in comune per lo stesso tragitto tra muretti a secco ed innumerevoli pecore che pascolano alla ricerca del poco verde che l'arida isola offre loro.

Particolare sarà inoltre la compagnia dei grifoni con il loro solenne e silenzioso volo.


GIOVEDÌ 18/04/2019
MONTE PAULARO DA CASERA PRAMOSIO

Alpi Carniche



Metri salita: 650 m

Metri discesa: 650 m

 Durata: 5 ore / Difficoltà: **E**

 Coordinatori: Claudio Assolari,
Daniela Biasutti

UD SEN - Gruppo Seniores

Da casera Pramiosio raggiungeremo la cima del Monte Paularo da cui il panorama ci offre una splendida visione su tutta la valle del Bût, sul Monte Dimon, il Sernio e la Grauzaria, il Monte Zermula e la Creta d'Aip. Il panorama mozzafiato sarà quello che ci riserverà la Val di Collina con il bellissimo gruppo della Creta di Collina e del Coglians.


SABATO-DOMENICA 27-28/04/2019
WEEKEND SUL LAGO DI GARDA

Due giorni particolari tra ferrate, bici ed escursioni in un luogo incantevole



Imbarazzo della scelta per questa singolare iniziativa. Scegli e programma il tuo weekend come ti piace.

1° GIORNO
Itinerario A: Dislivello: +/- 400 m

 Durata: 3,30 ore / Difficoltà: **EEA**
Itinerario B: Dislivello: +/- 330 m

 Durata: 3,30 ore / Difficoltà: **EE**
2° GIORNO
Itinerario A:

Dislivello: +/-1200 m

 Durata: 7 ore / Difficoltà: **EEA**
Itinerario B:

Dislivello: +/- 700 m

Lunghezza percorso: 25 Km

Durata: 6,30 ore

 Difficoltà: **MC**

 Coordinatori: Paolo Cignacco,
Mauro Rizzo

**UD - Commissione
Escursionismo**

 in collaborazione con la SND -
Sottosezione di San Daniele

1° GIORNO

Il gruppo "A" salirà ad Arco di Trento per affrontare la prima ferrata della stagione. Non particolarmente impegnativa, ci porterà sul monte Colodri. Il gruppo "B" salirà il monte Colt per poi lungo la cresta raggiungere l'altro gruppo alla fine della ferrata sul Colodri.

GRUPPO A (ferrata) Monte Colodri +/- 400 m / **EEA**

Arco (TN) 3,30 ore

GRUPPO B (escursione) Monte Colt + Colodri +/-330 m / **EE**

Arco (TN) 3,30 ore

2° GIORNO

Nel secondo giorno: a muscoli caldi il gruppo "A" si cimenterà sulla ferrata Cima SAT con uno splendido percorso di un certo impegno. Il gruppo "B" con la bici affronterà il percorso più bello e suggestivo che si possa fare sul lago di Garda, la vecchia strada del Ponale, panoramica a picco sul lago, per veri biker.

GRUPPO A (ferrata) Cima SAT +/- 1200 m **EEA**

(Riva del Garda - 7 ore)

GRUPPO B (mtb) La strada del Ponale +/- 700 m / 25 km **MC**
(medie capacità tecniche) Da lago di Garda al lago di Ledro
6,30 ore



GIOVEDÌ 02/05/2019
MATAJUR DA MERSINO
Prealpi Giulie



Metri salita: 900 m
Metri discesa: 900 m
Durata: 7 ore
Difficoltà: **E**
Coordinatori: Claudio Assolari,
De Marchi Livio
UD SEN - Gruppo Seniores

Dopo il borgo di Mersino Alto si segue il sentiero CAI 725 che sale fino a raggiungere malga Tazacel e successivamente il rifugio A.N.A. Planina; al bivio successivo si prosegue sulla nostra sinistra fino a raggiungere con un tratto un po' impegnativo la cima del Matajur con il panorama più esteso delle valli del Natisone.



DOMENICA 05/05/2019
ESCURSIONE INTERSEZIONALE
a cura della Sottosezione CAI
di Pasian di Prato



Metri salita: / m
Metri discesa: / m
Durata: 4 ore / *Difficoltà:* **E**
Coordinatori: La Commissione
UD - Commissione
Escursionismo

Annuale ritrovo di diverse sezioni e sottosezioni del CAI. Nel 2019 l'evento viene organizzato dalla Sottosezione CAI di Pasian di Prato. Sarà un bel momento per vivere assieme un'occasione di incontro, condividendo l'amore per la montagna effettuando l'escursione insieme e concludendo con il rituale momento di festa in allegria e condivisione.



DOMENICA 12/05/2019
VAL MONTANAIA E BIVACCO PERUGINI
Parco Naturale delle Dolomiti Friulane



Metri salita: 850 m
Metri discesa: 850 m
Durata: 6 ore
Difficoltà: **EE**
Coordinatori: Antonio Nonino,
Daniele Ballico
UD - Commissione
Escursionismo

Una escursione classica, ma non per questo meno emozionante. Si parte dal Rifugio Pordenone e dopo circa 2 ore e mezza di salita senza difficoltà (anche se un po' faticosa) si giunge al Bivacco Perugini.

Il Campanile è una torre di roccia alta 280 m, che si innalza dalle ghiaie dell'alta Val Montanaia, al centro di una anfiteatro di cime dolomitiche che gli fanno da corona ricreando un ambiente molto suggestivo che porterà agli escursionisti momenti di gioia ed emozione, ripensando a quante salite al Campanile hanno fatto i più grandi alpinisti al mondo ed a quanti libri ha ispirato questo magnifico luogo.



GIOVEDÌ 16/05/2019 MONTE GOLICA - SLOVENIA

Caravanche



Metri salita: 900 m

Metri discesa: 900 m

Durata: 6 ore

Difficoltà: **E**

Coordinatori: Gildo Garlatti,
Lisena Scialino

UD SEN - Gruppo Seniores

La Golica è una bella e vasta montagna collocata nella catena occidentale delle Caravanche, al confine tra Slovenia ed Austria, sopra all'alta valle della Sava.

La sua fama è dovuta in gran parte alla ricchissima flora dei suoi versanti che risultano così dei veri e propri giardini botanici. In questa stagione avremo modo di ammirare la splendida fioritura dei narcisi che ricoprono incredibilmente i suoi prati.



DOMENICA 19/05/2019 TOPPO, CASTELLO DI TOPPO E TAMER

Escursione Naturalistica



Metri salita: 250 m

Metri discesa: 250 m

Durata: 4 ore

Difficoltà: **E**

Coordinatori: Operatori
Naturalistici e Culturali

**UD CCD – Commissione
Culturale e Divulgativa**

Escursione Naturalistico/Culturale ad anello con partenza dalla bellissima villa di Toppo Wassermann, edificata nel Cinquecento sul sito di un maso medievale e poi largamente rimaneggiato nel settecento.

Dalla villa si sale a visitare gli imponenti resti del castello di Toppo che domina il sottostante omonimo borgo e la ricca distesa pianeggiante ai piedi delle montagne del pordenonese, tra i corsi dei fiumi Meduna e Cosa.

Da qui si sale a casera Tamer per poi rientrare al punto di partenza lungo la pista degli slittoni. Nel borgo belle case in pietra.



MERCOLEDÌ 22/05/2019 RADUNO SENIORES TRIVENETO

Colli Euganei



Coordinatori:
Gruppo Seniores Udine in
collaborazione con CAI Padova
UD SEN - Gruppo Seniores

Quest'anno si terrà il 9° Raduno Triveneto Seniores, organizzato dal CAI Sezione di Padova nei Colli Euganei. Il programma dettagliato verrà fornito dagli organizzatori.



Metri salita: 400 m

Metri discesa: 700 m

Durata: 6 ore

Difficoltà: **E**

Coordinatori: Olivo Ecoretti,
Mirco Venir

**UD - Commissione
Escursionismo**

DOMENICA 26/05/2019

DAL PASSO GIAU AL PASSO STAULANZA

Traversata dal Passo Giau
al Passo Staulanza (Dolomiti)



È una traversata con bellissimi e ampi panorami (anche detta la tappa delle 8 forcelle). Fa parte dell'alta via N° 1 che dal lago di Braies arriva a Belluno.

L'escursione ha inizio dal Passo Giau (m 2.236) seguendo il sentiero n. 436, passando per Forcella di Zònia e Forcella de Col Piombin tra Col Piombin e il Monte Cenera scendiamo a quota 2.170m per poi salire alla Forcella Giau (m 2.360) tra la Ponta Lastoi de Formin e il Monte Cenera.

Qui entriamo sul pianoro tra i bastioni di Lastoi de Formin - Spiz de Mondeval e il Monte Mondeval dove si trova il sito archeologico della tomba mesolitica dell'Uomo di Mondeval. Ampio panorama su: Beco de Mezodì, Pelmo, Civetta. Scendiamo fino a quota 2175 per poi risalire alla Forcella Ambrizola (m 2.277) tra Croda da Lago e il Becco de Mezodì, da dove ammiriamo la conca di Cortina e i monti che la circondano. Tenendo il sentiero 436, a sud, ci portiamo alla Forcella Col Duro e scendiamo alla Casera Prendera (m 2.148) e poi, per sent. 458, alla forcella de Col Roan (m 2.075) con vista sull'Antelao e per sentiero 467 alla Forcella Roan (1.999 m) per poi salire alla Forcella de la Puina (m 2.034) e fiancheggiando il Col de la Puina possiamo osservare verso est la Marmolada. Scendiamo al Rifugio Città di Fiume (m 1.918) per poi riprendere il sentiero 472 e, attraverso i ghiaioni del Pelmo e del Pelmetto, arrivare al Passo Staulanza (m 1.766).



GIOVEDÌ 06/06/2019

CROCIERA SUL SILE

Veneto



Durata: 7 ore

Difficoltà: **T**

Coordinatori:
Antonella Pasqualotto,
Livio De Marchi

UD SEN - Gruppo Seniores

Escursione lungo il fiume Sile, il fiume di risorgiva più lungo d'Europa, oggi Parco Naturale, tra natura e ville venete con soste lungo le sue sponde per ammirare ville, chiese ed il misterioso "Cimitero dei Burci."

Durante la navigazione verranno illustrate la storia del fiume Sile, dalla sua nascita, all'importanza commerciale e le bellezze che lo circondano.

**ITINERARIO A:***Metri salita:* 750 m*Metri discesa:* 500 m*Durata:* 6-7 ore / *Difficoltà:* **EEA****ITINERARIO B:***Metri salita:* 850 m*Metri discesa:* 700 m*Durata:* 6-7 ore / *Difficoltà:* **EE***Coordinatori:*Francesca Marsilio,
Luca Del Bianco, Mauro Flora**UD - Commissione**
Escursionismo**DOMENICA 09/06/2019****SENTIERO CORBELLINI E PASSO ELBEL**Traversata da Sappada alla Val Pesarina –
Gruppo del Clap – Alpi Carniche Occidentali

Una traversata nel cuore delle Dolomiti Pesarine che con due itinerari ci porterà da Sappada alla Val Pesarina attraverso percorsi spettacolari.

Il **PERCORSO A** ci vedrà impegnati sul Sentiero attrezzato Corbellini su un percorso vario e suggestivo, attraverso valoni e costoni panoramici. Recentemente messo in sicurezza, alterna passaggi scavati nella roccia, aree boschive e pratiche, passerelle di legno ed un probabile passaggio su nevaio, fino a giungere al Rifugio f.lli De Gasperi (1.767 m).

Il **PERCORSO B** parte lungo un tratto in falsopiano attraverso la Valle del Rio Storto e poi del Rio Enghe per poi sormontare una bastionata rocciosa tra boschi di larici e vallette detritiche fino ad una fresca cascata. Raggiungeremo poi il panoramico Passo Elbel (1.963 m). Da qui in un'ora abbondante si raggiungerà il Rifugio per poi scendere tutti assieme verso la località Pian di Casa (1.280 m).

*Metri salita:* 400 m*Metri discesa:* 400 m*Durata:* 5 ore*Difficoltà:* **E***Coordinatori:* Renzo Paganello,
Antonio Nonino**UD - Commissione**
Escursionismo**DOMENICA 23/06/19****PIZ DI MEDE - PEZZACUL**Giornata del "Solstizio d'estate" organizzata
dagli Operatori Naturalistici e Culturali del CAI

Chissà cosa si prova a camminare sulla lava ad un chilometro di profondità sotto il mare!

Dev'essere complicato andarci, ma se si aspetta un po' (310-320 milioni di anni), ecco che le spinte della crosta terrestre portano quel fondo marino a due chilometri sopra il livello del mare e, per fare servizio completo, la natura provvede ad abbellire il tutto con ricchi addobbi floreali ed un panorama impagabile.

Aggiungiamoci poi laghetti glaciali, trincee della Grande Guerra, vacche e capre al pascolo, moderati dislivelli ed il servizio è completo.

Certo, la vecchia strada militare di arroccamento è lunga, ripida e stretta, ma tanto utile e, una volta in quota, si merita davvero il nome di "panoramica delle vette".



GIOVEDÌ 27/06/2019
GARTNERKOFEL (A)
Alpi Carniche



Dislivello: +/-670 m
Durata: 5 ore / *Difficoltà:* **E**
Coordinatori: Livio De Marchi,
Claudio Assolari
UD SEN - Gruppo Seniores

Remunerativa escursione nelle Alpi Carniche con partenza da uno dei poli sciistici più in voga della Carinzia ossia Passo Pramollo. Il Gartnerkofel si trova in territorio austriaco e offre in vetta un panorama incredibile: dalle Giulie Slovene alle Dolomiti.



DOMENICA 30/06/2019
CORNO DI FANA E RIFUGIO BAITA BONNER
Escursione ad anello da Candelle - Rifugio Bonner
- Corno di Fana - Bocchetta di Fana - Candelle



Metri salita: 1100 m
Metri discesa: 1100 m
Durata: 7 ore
Difficoltà: **E**
Coordinatori: Riccardo Maida,
Mauro Rizzo
UD - Commissione Escursionismo

Da Dobbiaco, per la Valle di S. Silvestro, si arriva a Candelle (m 1.540). Il tracciato inizia sulla strada forestale segn. 25 e prosegue fino alla quota di 1900. Da lì seguiamo sulla sinistra il sentiero che sale rapidamente con numerose serpentine sino al Rif. Bonner Hutte (m 2.340) e poi alla cima del Corno di Fana (m 2.663), percorrendo un pezzo dell'alta via di Dobbiacco. Scendendo sulla cresta di confine si arriva alla Bocchetta di Fana (m 2.511). Escursione molto appagante per la splendida vista che si ha sul massiccio delle Vedrette di Ries e degli Alti Tauri a nord e sulle Dolomiti a sud. Per la discesa si percorre il sent. 24 (poi il 25 a) e si scende per la conca alpestre della Bergalmhütte e i suoi piccolissimi specchi lacustri. Continuando la discesa raggiungeremo il sentiero della partenza e poi di nuovo a Candelle.



DOMENICA 07/07/2019
MONTE PIZZUL
Escursione Naturalistica



Metri salita / discesa: // m
Durata: 5 ore / *Difficoltà:* **E**
Coordinatori: Operatori
Naturalistici e Culturali
**UD CCD – Commissione Culturale
e Divulgativa**

Interessante escursione Naturalistico/Culturale. Da Malga Pizzul per mulattiere e sentieri di guerra saliremo sulla vetta del monte Pizzul alla ricerca delle rocce tra le più antiche d'Italia risalenti all'Ordoviciano (circa 450 milioni di anni fa). Stupenda la vista a 360° che si gode dalla cima, in particolare verso Pontebba. Dalla cima ritorneremo a Malga Pizzul passando per casera Paluchian.



Metri salita/discesa: 500m / 500m
Durata: 4.30 ore / *Difficoltà:* **E**
Coordinatori: Gildo Garlatti,
 Daniela Biasutti
UD SEN - Gruppo Seniores

GIOVEDÌ 11/07/2019

PUANINA TOUR

Alpi Carniche



Puanina è il nome con cui gli abitanti di Ugovizza, nel cuore della Valcanale, indicano l'alpeggio, la montagna dove sono ancora vive tradizioni secolari. Attraverso un percorso circolare si potrà compiere un vero e proprio viaggio lungo la tradizione delle malghe di Ugovizza. Attraverso boschi e prati fioriti raggiungeremo dapprima Malga Priu e quindi il Rifugio Gortani.



Metri salita/discesa: 600 m/600m
Durata: 6 ore / *Difficoltà:* **E**
Coordinatori: Marco Cabbai,
 Piero Pasquili, Nicola Michelini
UD - Commissione Escursionismo

DOMENICA 14/07/2019

TRAVERSATA DA PASSO SAN PELLEGRINO A MALGA CIAPELA

Dolomiti Fassane – Gruppo di Costabella



L'escursione proposta è altamente panoramica: parte dal Passo San Pellegrino e, valicando il Passo di Forca Rossa, lungo l'Alta Via dei Pastori si scende a Malga Ciapela. L'ambiente è meraviglioso e lungo tutto l'itinerario presenta vari aspetti naturalistici e paesaggistici, come i numerosi laghetti, i tabià (ex fienili di legno) di Fuciade e di Valfreda, lo sfasciume rosso delle Marmolade, i pascoli che si estendono a perdita d'occhio, i picchi dolomitici, il minuscolo villaggio di Franzedàs con i suoi antichi tabià che si dice abitati dai personaggi delle fiabe.



1° GIORNO *Dislivello:* 850 m
2° GIORNO *Itinerario A:*
Metri salita: 470m / *discesa:* 1350m
Difficoltà: **EE**
Itinerario B: *Metri salita:* 200 m /
discesa: 1100 m / *Difficoltà:* **E**
Coordinatori: Gildo Garlatti,
 Claudio Assolari
UD SEN - Gruppo Seniores

MERCOLEDÌ e GIOVEDÌ 24-25/07/2019

ALTA VIA – VETTA D'ITALIA

Trentino Alto Adige – Dolomiti Orientali



L'Alta Via Vetta d'Italia è una delle più vecchie in Alto Adige, costruita nel 1903 conduce ancor oggi attraverso un meraviglioso paesaggio nella parte più a nord della Valle Aurina, ai piedi dei ghiacciai del Picco dei Tre Signori e del Pizzo Rosso di Predoi. Il primo giorno raggiungeremo il Rifugio Tridentina. Il secondo giorno sono previsti due percorsi:

ITINERARIO A - attraverso il sentiero "Via Vetta D'Italia" con difficoltà EE arriveremo direttamente alla cima (m 2.912)

ITINERARIO B - partirà più tardi dal Rifugio fino a raggiungere il bivio del sentiero che porta in Vetta dove si ricongiungerà con il gruppo A per la discesa.



ITINERARIO A

Dislivello: + 600 m circa (1°g)
+ 1500 m circa (2°g)

Durata: 6 ore (1°g)
9 ore (2°g)

Difficoltà: **EEA**

ITINERARIO B

Dislivello: + 600 m circa (1°g)
+ 1150 m circa (2°g)

Durata: 6 ore (1°g)
9 ore (2°g)

Difficoltà: **E / EE**

Coordinatori:

Maria Luisa Colabove,
Luca Del Bianco, Manuel Masotti,
Marco Morassi

UD - Commissione Escursionismo
in collaborazione con
la Sottosezione di San Daniele

SABATO-DOMENICA 27-28/07/2019

GRUPPO DELLE TOFANE - DOLOMITI

Tofana di Rozes – Ferrata G.Lipella – Tofane di
pace e di guerra, fra leggende e fatti storici



1° GIORNO: Il Passo Falzarego (2.109 m) deriva dal ladino “fàlza règo” ossia “falso re”. L'appellativo si riferisce a un leggendario sovrano del Regno dei Fanes che avrebbe usurpato il trono al suo legittimo detentore e si sarebbe successivamente tramutato in pietra per aver ingannato il suo popolo.

ITINERARIO A: traversata dal rifugio Col Gallina al Col dei Bos per la via Ferrata Brigata Alpina (classificata moderatamente difficile) e discesa al rifugio Dibona. (difficoltà EEA - dislivello 600m – durata 6 ore)

ITINERARIO B: traversata dal rifugio Col Gallina per le Forcelle Travenanzes e Col dei Bos fino al rifugio Dibona. (difficoltà E - dislivello 600m – durata 6 ore)

2° GIORNO: Le Tofane, situate nel Parco Naturale delle Dolomiti di Ampezzo, da sempre esaltano con la loro bellezza la conca di Cortina. La Tofana di Rozes con il suo profilo inconfondibile è un mondo incantato fra terra e cielo.

ITINERARIO A: dal rifugio Dibona per la via Ferrata Lipella (classificata moderatamente difficile); discesa per la via normale. (difficoltà EEA - dislivello 1150m – durata 9 ore)

ITINERARIO B: dal rifugio Dibona per comodo sentiero fino al rifugio Giussani ove per chi lo desidera è possibile fermarsi; quindi per la via normale (difficoltà EE) per placche e terrazze detritiche si raggiunge la cima. (difficoltà E-EE - dislivello 1150m – durata 9 ore)



Metri salita: 300 m + 460 m

Metri discesa: 300 m + 460 m

Durata: 6 ore / *Difficoltà:* **E**

Coordinatori: Livio De Marchi

UD SEN - Gruppo Seniores

GIOVEDÌ 08/08/2019

BUS DEL BUSON E BRENT DE L'ART

Parco Nazionale delle Dolomiti Bellunesi



Due incantevoli forre, relitti fossili di fiumi glaciali dalle alte pareti. Pur essendo delle forre di dimensioni ridotte, per la particolare forma e per la composizione degli strati calcarei marmorei oltre che per i caratteristici colori tra il rosso, il bianco e il grigio verde sono le più affascinanti dell'area, annoverabili tra i monumenti ecologici delle Prealpi Bellunesi.

**GIOVEDÌ 29/08/2019****PICCO DI GRUBIA**

Alpi Giulie

*Metri salita:* 500 m*Metri discesa:* 500 m*Durata:* 6 ore / *Difficoltà:* **EE***Coordinatori:* Gildo Garlatti,
Pietro Venier**UD SEN - Gruppo Seniores**

Da Sella Nevea con la funivia raggiungeremo il rif. Gilberti. Da qui, seguendo il segnavia CAI 632, attraversando un enorme anfiteatro sovrastato dalle pareti nord dell'Ursic - Canin e Picco di Carnizza, raggiungeremo sella Grubia e il bivacco Marussig (2.040m). Proseguendo si arriverà a Forchia di Terarossa e quindi alla Cima del Pic di Grubia, splendido spartiacque tra la val Raccolana e la val Resia.

**DOMENICA 1/9/2019****MONTE COGLIANS (FERRATA NORD)
E MONTE RAUCHKOFEL**

Alpi Carniche

*Metri salita:* 1430 m **(A)** /
1100 **(B)***Metri discesa:* 1430 m **(A)** /
1100 **(B)***Durata:* 8-9 ore **(A)** / 6-7 ore **(B)***Difficoltà:* **EEA (A) – EE (B)***Coordinatori:* Tiziano Scarsini,
Simonetta Degano,
Marco Morassi, Olivo Ecoretti**UD - Commissione
Escursionismo**

ITINERARIO A: la via ferrata Nord del Coglians è considerata difficile. Nonostante l'attrezzatura eccellente rimane un itinerario impegnativo per dislivello e ambiente severo in cui si svolge. È richiesta quindi una certa esperienza e preparazione fisica. Nel tratto iniziale, dove il vuoto e la verticalità sono padroni assoluti, l'uso del cavo è indispensabile, mentre nel tratto centrale si cammina su detriti a tratti instabili. La lunga e aerea cresta finale che porta alla cima ci accoglie in un grandioso itinerario di alta montagna.

ITINERARIO B: facile itinerario escursionistico di notevole impatto visivo, il Rauchkofel si trova in territorio austriaco, situato di fronte alle imponenti pareti N del Coglians e Lastrons del Lago, la cui piramide verde, che fa da sfondo al cristallino lago, si presenta in tutta la sua bellezza appena valicato il passo Volaia.

**MERCOLEDÌ e GIOVEDÌ 11-12/09/2019****CANYON DEL BLETTERBACH E LABIRINTO
LATEMAR**

Alto Adige, Val D'Ega

*Metri salita:* 300 m (1°g), 500 m (2°g)*Metri discesa:* 300 m (1°g), 500 m (2°g)*Difficoltà:* **E** / *Coordinatori:*

Claudio Assolari, Tosolini Stenia

UD SEN - Gruppo Seniores

Il primo giorno da Aldino si raggiunge il centro visitatori e si percorre il Canyon del Bletterbach fino alla cascata "Butterloch". Il secondo giorno dal passo di Costalunga si raggiunge malga Latemar e si scende verso il labirinto del Latemar facendo un percorso in un immenso caos pietroso.



Metri salita: 1000 m (1°g),
600 m (2°g)

Metri discesa: 1600 m (2°g)

Difficoltà: **EE**

Coordinatori: Ermes Furlani,
Michela Di Tomaso,
Riccardo Maida

**UD - Commissione
Escursionismo**

SABATO e DOMENICA 14-15/09/2019 SUI SENTIERI DELL'ORSO

Parco Naturale dell'Adamello e Brenta



Una splendida due giorni nel Parco dell'Adamello e Brenta (TN), un parco ricco di flora e fauna grazie all'integrità e varietà del suo territorio.

Visiteremo gli spettacolari e panoramici sentieri della Val d'Ambiez e della Val di Jon in compagnia degli amici della TAM SAT di Trento, con l'intento di osservare l'orso bruno (Ursus Arctos) nel suo habitat. Ci guideranno in completa sicurezza spiegandoci biologia e comportamenti dell'orso, oltre a raccontarci gli aspetti positivi e negativi del progetto Life Ursus, un progetto nato per non far estinguere la popolazione autoctona di orsi rimasta in Trentino agli inizi degli anni novanta.

1° GIORNO: dal Paese di San Lorenzo Dorsino (TN) saliremo in Val d'Ambiez fino a raggiungere il rifugio Cacciatore che ci ospiterà per la notte. (dislivello 1.000 metri in salita)

2° GIORNO: dal Rifugio Cacciatore saliremo leggermente di quota fino a raggiungere la Val di Jon per poi scendere verso Malga Asbelz e raggiungere il paese di Dorsino (TN). (dislivello 600 metri salita e 1.600 metri discesa)



Metri salita: 520 m + 310 m

Metri discesa: 520 m + 310 m

Durata: 5 ore

Difficoltà: **E**

Coordinatori: Livio De Marchi,
Daniela Biasutti

UD SEN - Gruppo Seniores

GIOVEDÌ 26/09/2019

RIFUGIO GRAUZARIA, FORAN DE LA GJALINE

Alpi Carniche



Dalla Val Aupa si salirà per il sentiero 437 fino al rifugio Grauzaria (1.250m), posto nel bosco sotto gli strapiombi della Sfinge e del Cuel del Gaj proseguendo poi fino al Foran del la Gjaline, ove apparirà solitaria la torre del Sernio.



DOMENICA 29/09/2019

MONTE PRAMAGGIORE (2.478 M), DOLOMITI FRIULANE

Salendo dalla Val Settimana
e passando per Casera Pramaggiore



Metri salita: (B) 900 m fino
a Casera Pramaggiore;

(A) 1600 m fino alla cima

Metri discesa: (B) 900 m;

(A) 1600

Durata: 8/9 ore

Difficoltà: (B) E

(A) EE / I+ / F+

Coordinatori: Maria Luisa Colabove
Giorgio Di Giusto

UD - Commissione Escursionismo

Il Monte Pramaggiore è una delle più importanti e belle cime delle Dolomiti Friulane. Lasciate le auto poco prima del rifugio Pussa, si imbecca il facile sentiero 366 fino al ricovero Casera Pramaggiore (1.802 m) dal quale si può godere di una splendida vista e ove termina l'itinerario B.

L'itinerario A continua salendo per pendio prativo fino a Forcella Pramaggiore (2.295 m) dove spesso pascolano gli stambecchi. Qui termina il sentiero CAI e inizia la traccia rocciosa e impegnativa segnalata da bolli rossi: per raggiungere la cima è necessario infatti affrontare la cresta rocciosa con qualche passaggio di grado I+. La faticosa salita sarà compensata dalla possibilità di ammirare un bellissimo panorama sulle altre vette del Parco e fino ai ghiacciai austriaci.



DOMENICA 06/10/2019

GROTTE DI PRADIS

Escursione Naturalistica



Metri salita: 100 m

Metri discesa: 100 m

Durata: 5 ore

Difficoltà: T

Coordinatori: Operatori Naturali-
stici e Culturali

UD CCD – Commissione Culturale
e Divulgativa

Pradis: grotte verdi, forra, geo-morfologia e archeologia. Innumerevoli gli spunti per una escursione davvero interessante: a Clauzetto la chiesa di San Giacomo dove portavano le indemoniate per gli esorcismi, poi i vari piccoli borghi rurali dell'altopiano di Pradis con caratteristiche case in pietra e una molteplicità di profonde vallette, con ponti, antiche mulattiere, prati e fitti boschi, fino ad arrivare al paese di Gerchia.

La grotta con la statua della Madonnina è situata sull'orlo della profonda, stretta e bellissima forra, dove poi il percorso porta da un lato all'altro della stessa o sul suo fondo dove scorre il torrente Cosa. La sorgente dell'acqua Pradis e la valle del Rio Secco, con i reperti dell'uomo di Neanderthal.



Metri salita: 700 m

Metri discesa: 700 m

Durata: 6 ore

Difficoltà: **E**

Coordinatori: Livio De Marchi,
Claudio Assolari

UD SEN - Gruppo Seniores

GIOVEDÌ 10/10/2019

JÔF DI SOMDOGNA

Alpi Giulie



La Sella di Somdogna è il valico naturale tra la Val Dogna e il Tarvisiano. Il percorso dell'escursione è ad anello, con partenza dalla Sella si giunge alla cima incontrando lungo il percorso le prime testimonianze della Grande Guerra (resti di ricoveri e trincee).

Dalla cima si scende verso sud attraversando la Fossa di Carnizza per giungere al bivacco Stuparich e successivamente al Rifugio Grego.



DOMENICA 13/10/2019

MONTE CLAPSAVON (2.462 M)

Autunno quasi alpinistico,
da Casera Razzo al Clapsavon



Metri salita: 750 m

Metri discesa: 750 m

Durata: 6 ore

Difficoltà: **EE / I / F+**

Coordinatori: Paolo Blasoni,
Denia Cleri, Giorgio Di Giusto

UD - Commissione Escursionismo

Il Monte Clapsavon è la vetta inferiore del massiccio del Bivera-Clapsavon: l'elevazione senza impedimenti sa regalare panorami unici.

Da Casera Razzo (1.739 m) attraverseremo sul sentiero 210 i piacevoli pascoli delle casere Mediana e Chiansaveit (1.698 m), rimirando i larici dei declivi vicino prendere i colori giallo, arancio, oro e marrone della nuova stagione.

Proseguiremo prendendo decisamente quota, su cammino ripido e inizialmente scivoloso nel bosco, poi più stabile su pendii erbosi fino a forcella Chiansaveit (2.051 m).

Piegheremo quindi su sentiero segnato alpinistico attraverso i ghiaioni e sfasciumi del versante nord del Clapsavon, fino alla vetta con croce (2.462 m), per apprezzare appieno lo sguardo che via via si è aperto libero sui 360° di panorama di vette.

Rientreremo per la forcella del Bivera (2.330 m), da raggiungere dopo alcuni passaggi assicurati con corde in cresta, scendendo per il ripido ghiaione del massiccio fino ad incontrare nuovamente vegetazione e quindi chiudere l'anello con il dolce rientro per casera Razzo.

**GIOVEDÌ 24/10/2019****CIMA DEI COLESEI**

Dolomiti di Sesto

*Metri salita:* 700 m*Metri discesa:* 700 m*Durata:* 6 ore / *Difficoltà:* **E***Coordinatori:* Livio De Marchi,
Claudio Assolari**UD SEN - Gruppo Seniores**

Faremo un giro ad anello che partendo da Bagni di Valgrande (Padola) ci porta dapprima al Rifugio Lunelli e quindi, su strada militare, superato il limite del bosco alla Cima dei Colesei. Panorama sul Comelico e sul Monte Popera.

La discesa avverrà sul versante opposto a quello di salita fino a Valgrande.

**DOMENICA 27/10/2019****MONTE ZIAIVOR**Escursione ad anello da Passo Tanamea,
Monte Zaiavor, Sella Carnizza, Passo Tanamea*Metri salita:* 955 m*Metri discesa:* 955 m*Durata:* 6/7 ore*Difficoltà:* **E***Coordinatori:* Mauro Rizzo,
Marco Morassi**UD - Commissione Escursionismo**

Bel percorso autunnale. Da passo Tanamea si percorre il sentiero 727 fino alla Bocchetta di Zaiavor e poi su in cima allo Zaiavor (m 1815).

Si scende verso la Bocchetta per poi proseguire verso Sant'Anna di Carnizza. Giunti alla casera Nischiuarch imbocchiamo il sentiero 739, che ci riporta al punto di partenza

**GIOVEDÌ 07/11/2019****MALGA AVRINT - SIARADE SENIORES**

Prealpi Carniche

*Metri salita:* 500 m*Metri discesa:* 500 m*Durata:* 4 ore*Difficoltà:* **E***Coordinatori:* Livio De Marchi,
Claudio Assolari**UD SEN - Gruppo Seniores**

Tranquilla escursione di fine stagione da Verzegnis a Malga Arint situata in una panoramissima posizione sui monti della Valle del Tagliamento e della Valle del But.

Al termine dell'escursione raggiungeremo un locale tipico della zona per un momento conviviale di chiusura del programma annuale ed un arrivederci all'anno nuovo.



Coordinatori: La Commissione
UD - Commissione Escursionismo
UD SEN - Gruppo Seniores

DOMENICA 10/11/2019

SIARADE



“SIARADE” è il termine della lingua friulana che indica la chiusura ma anche l'autunno, mutuato dalla terminologia contadina e inteso come stagione di chiusura dei lavori agricoli.

Nel nostro caso SIARADE indica la chiusura della stagione escursionistica, ma non termine della curiosità e amore per la montagna, quella voglia di andare che è l'energia che ci fa pensare alle escursioni per l'anno venturo.

SIARADE è la denominazione che diamo ad una giornata in compagnia dove ci ritroveremo tutti (escursionisti domenicali, gruppo Seniores, gruppo Montagna Terapia, e tanti altri amici) per festeggiare e stare assieme, dividendo la giornata tra una prima parte dedicata all'escursione ed una seconda parte di convivio presso un locale tipico. Programma ancora da definirsi.



Durata: 5 ore

Difficoltà: T

Coordinatori: Operatori Naturalistici e Culturali

UD CCD – Commissione Culturale e Divulgativa

DOMENICA 17/11/2019

DA S. GIOVANNI AL TIMAVO AL SENTIERO RILKE

Escursione Naturalistica



Le sorgenti del fiume sotterraneo Timavo, con la suggestiva antica chiesa di san Giovanni Battista; il monumento ai “Lupi di Toscana”; il porto peschereccio; la cava di pietra dove hanno rinvenuto i fossili di dinosauri e poi l'altopiano carsico fino a Duino.

I due castelli ed infine la passeggiata Rilke sulle falesie carbonatiche di Duino, con splendide vedute sul golfo di Trieste.

Concluderemo l'escursione pranzando al villaggio dei pescatori di Duino.



GIOVEDÌ 21/11/2019
MONTE SABOTINO (VERSANTE ITALIANO)
Valle dell'Isonzo



Metri salita: 600 m

Metri discesa: 600 m

Durata: 4 ore

Difficoltà: **E**

Coordinatori: Claudio Assolari,
Tosolini Stenia

UD SEN - Gruppo Seniores

Il Monte Sabotino (609m) è un'altura al confine tra Italia e Slovenia a nord di Gorizia.

Da San Mauro (Oslavia) saliremo per il sentiero che porta alla chiesetta di San Valentino e da qui per il sentiero di cresta fino alla vetta da cui si può godere un meraviglioso panorama di Nova Gorica a sud, verso l'occidente si vede il Collio, ad est il Monte Santo e l'altopiano di Trnovo e Banjščice, verso nord si possono ammirare le Alpi. Il ritorno avverrà per la strada militare.

102



DICEMBRE 2019
24 X 1 ORA
PER TELETHON

Coordinatori:
La Commissione

UD - Commissione Escursionismo

La Commissione Escursionismo da molti anni organizza due squadre per la staffetta benefica di Telethon e cerchiamo atleti! Non chiediamo "prestazioni da super atleti" o di macinare chilometri su chilometri, ma semplicemente di prendere parte a questa staffetta mettendoci il cuore: **Telethon non è una gara, si può partecipare correndo, camminando o facendo un po' e un po'!**

Se volete darci una mano, mettetevi in contatto con noi o consultate il nostro sito web www.alpinafriulana.it

ATTENZIONE: le escursioni proposte sono state selezionate e programmate precedentemente gli eventi atmosferici di fine ottobre 2018 che hanno devastato buona parte dei sentieri e boschi dell'arco alpino orientale. In considerazione di ciò, preventivamente ad ogni escursione verrà effettuato un sopralluogo per valutare, di volta in volta, se l'itinerario proposto sarà percorribile in sicurezza. Ci scusiamo, ma **nel corso del 2019 il calendario delle escursioni potrebbe subire qualche variazione.**

SEZIONE di UDINE e SOTTOSEZIONI – PROGRAMMA ESCURSIONI 2019

01-GENNAIO	Auguri di Buon Anno sul Monte Cuar [Prealpi Carniche] - con ciaspole	EAI	SDN
01-gen	Monte Cuarnan	E	TAR
06-gen	Dellacher Alm [Austria] - con ciaspole	EAI	SDN
10-gen	Casera Glazzat Alta - con ciaspole	EAI	UD SEN
13-gen	Monte Forno - con ciaspole	EAI	UD
13-gen	Mondeval [BL] - con ciaspole	EAI	TRI
19-gen	Notturna al Rifugio Monte Ferro [Alpi Carniche] - con ciaspole	EAI	SDN
20-gen	Rifugio Padova - con ciaspole	EAI	TRI
24-gen	Rifugio Zacchi - con ciaspole	EAI	UD SEN
27-gen	Dorsale monti Oberkofel e Mörgenlait - con ciaspole	EAI	UD
26/27-gen	Pale di San Martino - con ciaspole	EAI	TRI
27-gen	Sentiero della Risonanza - con ciaspole	EAI	PAL
03-FEBBRAIO	Klagenfurter Hütte [Karawanken - Austria] - con ciaspole	EAI	SDN
9/10-feb	Val Pusteria tra la Valle di Anterselva e Tesido [2 giorni] - con ciaspole	EAI	UD
03-feb	Rifugio Locatelli [Val Fiscalina] - con ciaspole	EAI	TRI
07-feb	Sella Bartolo - con ciaspole	EAI	UD SEN
10 feb	Anello del Matajur - con ciaspole	EAI	PAL
10-feb	Casera Tragonia - con ciaspole	EAI	TRI
16 feb	Ciaspolata al chiaro di luna	EAI	TAR
16-feb	Monte Dobratsch al chiaro di luna - con ciaspole	EAI	UD
17-feb	Monte Nebria [Malborghetto - Alpi Giulie] - con ciaspole	EAI	SDN
21-feb	Rifugio Giau - con ciaspole	EAI	UD SEN
22-feb	Assemblea Ordinaria Soci (votazioni rinnovo consiglio)		PDP
24-feb	Monte Specie [Prato Piazza] - con ciaspole	EAI	TRI
24-feb	Foce dell'Isonzo - Isola della Cona	E	UD CCD
MARZO	Fine settimana con le ciaspole [2 giorni]	EAI	TAR
03-mar	Monte Paularo - con ciaspole	EAI	PAL
03-mar	Anello del Passo della Digola (Sappada - Alpi Carniche) - con ciaspole	EAI	SDN

LEGENDA SEZIONE ORGANIZZATRICE

UD: Commissione Escursionismo
UD Sen: Gruppo Seniores
UD CCD: Comm.ne Culturale/Divulgativa
ART: Artegna
PAL: Palmanova
PDP: Pasian di Prato
SDN: San Daniele
TAR: Tarcento
TRI: Tricesimo

LEGENDA DIFFICOLTÀ

T: Turistico
E: Escursionistico
EE: Escursionisti Esperti
EEA: Escursionisti Esperti con Attrezzatura
EAI: Escursionistico in Ambiente Innevato
A: Alpinistico
TC: Cicloturistico

03-mar	Giro delle malghe del Montasio - con ciaspole	EAI	TRI
03-mar	Monte Zovo [Santo Stefano di Cadore] - con ciaspole	EAI	UD
07-mar	Casera Valmedan Alta - con ciaspole	EAI	UD SEN
10-mar	Pulizia del monte Faet		ART
13-mar	Altfinckenstein Intersezionale Seniores UD-GO	T-E	UD SEN
16/17-mar	Val Casies (con Sezione Gemona del Friuli) - con ciaspole	EAI	SDN
17-mar	Anello di Peonisi	E	PDP
17-mar	Giro delle malghe Val Visdende - con ciaspole	EAI	TRI
17-mar	Anello del Monte Ciaurlec da Meduno (con SentieriNatura ed Alpinismo Giovanile)	E	UD
21-mar	Anello del Monte Stella da Tarcento	E	UD SEN
24-mar	Collio sloveno - Brda	T	ART
31-mar	Col Rotondo [Alpi Giulie] - con ciaspole	EAI	SDN
31-mar	Rifugio Zacchi - con ciaspole	EAI	TRI
31-mar	Obervellach – Danielsberg	E	UD
04-APRILE	Anello Monte Prat da Cornino	E	UD SEN
07-apr	Cascate della Val d'Arzino	E	PDP
07-apr	Anello del Monte Bottai	EE	TRI
14-apr	Anello Mrzli Vrh	E	ART
14-apr	Monte Nanos (Slovenia)	T	PAL
14-apr	Grotte del Caglieron (Prealpi Trevigiane)	E	SDN
14-apr	Monte Ciaurlec da Meduno	E	TAR
14-apr	Monte Jama	E	TRI
14-apr	Da Baska a Vela Luka - Isola Krk - Croazia	E-EE	UD
18-apr	Monte Paularo da Casera Pramsoio	E	UD SEN
25-apr	Rogazioni di San Marco (con CAI Val Natisone)	E	PDP - SDN
27/28-apr	Weekend sul Lago di Garda tra ferrate, escursioni e mountain-bike	E-EE-EEA-MC	UD – SDN
28-apr	Monte Zaiavor (Da passo Tanamea)	E	PAL
28-apr	Manutenzione sentieri		SDN
28-apr	Escursione speleologica	E	TAR
28-apr	Rio degli Uccelli (Pontebba)	EEA	TRI
02-MAGGIO	Matajur da Mersino	E	UD SEN
05-mag	ESCURSIONE INTERSEZIONALE	T	PAL-PDP-SDN-UD
05-mag	Viarte		TAR
05-mag	Capin di Ponente [Camporosso]	E	TRI
12-mag	Manutenzione dei sentieri della Valle del Torre		TAR
12-mag	Col Gentile	E	TRI
12-mag	Val Montanaia e Bivacco Perugini	EE	UD
16-mag	Monte Golica - Slovenia	E	UD SEN

19-mag	Festa della Montagna sul Monte Cuarnan	E	ART
19 mag	Monte Cadin (Da Tanataviele)	E	PAL
19-mag	Puanina Tour (Alpi Carniche orientali)	E	PDP - SDN
19-mag	Toppo, Castello di Toppo e Tamer	E	UD CCD
22-mag	Raduno Seniores Triveneto		UD SEN
25-mag/01-giu	Trekking nel Parco Nazionale del Cilento - con CAI Caserta	E	TAR
26-mag	Golica	E	ART
26-mag	Ferrata della Memoria (Vajont)	EEA	TRI
26-mag	Dal Passo Giau al Passo Staulanza	E	UD
02-GIUGNO	Cuel Tarond (Val Dogna)	E	PAL
02-giu	Ritrovo annuale sul Monte Cuar (Prealpi Carniche)	E	SDN
02-giu	Forra di Garnitzenklamm (Austria)	E	PDP
06-giu	Crociera sul Sile	T	UD SEN
09-giu	Amariana (con CAI Pieve di Soligo e SAT Mezzocorona)	EEA	ART
09-giu	Settsass (Valparola)	E	SDN
09-giu	In cammino nei Parchi - 7ffi Edizione - Parco Prealpi Giulie	E	TAR
09-giu	Prati di Tribil (Stregna)	E	TRI
09-giu	Sentiero Corbellini e Passo Elbel – Val Pesarina	EE-EEA	UD
16-giu	Creta di Aip (Ferrata Crete Rosse)	EEA	PAL
16-giu	Forra Garnitzenklamm (Hermagor)	E	TRI
23-giu	Lago Sorapiss (Gruppo del Sorapiss)	EE	SDN
23-giu	Monte Montusel da Costa Molino	EE	TAR
23-giu	Monte Corona (Pramollo)	E	TRI
23-giu	Piz Di Mede - Pezzacul (Giornata Solstizio d'estate)	E	UD CCD
27-giu	Gartnerkofel	E	UD SEN
30-giu	Zermula	EEA	ART
30 giu	Peralba	EEA	PAL
30-giu	Malga Ungarina e Malga Confin	EE	PDP
30-giu	Monte Polinik	EE	TRI
30-giu	Corno di Fana e Rifugio Baita Bonner	E	UD
06/07-LUGLIO	Ferrata Croda dei Toni	EEA	TRI
07-lug	Escursione per il 70° anniversario di fondazione della Sottosezione	EE	SDN
07-lug	Creta di Aip da Cason di Lanza	EEA	TAR
07-lug	Monte Pizzul	E	UD CCD
11-lug	Puanina Tour (Alpi Carniche orientali)	E	UD SEN
12/14-lug	Periplo delle Odle	EEA	ART
12/14-lug	Tre giorni sulle Dolomiti	EEA	PDP
14-lug	Monte Razor (Passo Vrsic Slovenja)	EEA	PAL

14-lug	Traversata da Passo San Pellegrino a Malga Ciapela	E	UD
20/21-lug	Monte Agner - Ferrata Stella Alpina - Pale di San Martino	EEA	TAR
21-lug	Escursione con GEM (Gruppo Escursionisti Meranesi)	EE-EEA	SDN
21-lug	Creta di Collinetta - Ferrata Senza Confini	EEA	TRI
24/25-lug	Alta Via - Vetta d'Italia	E-EE	UD SEN
27/28-lug	Gran Pilastro	EE	PAL
27/28-lug	Tofana De Rozes (Ferrata Lipella - Dolomiti Ampezzane)	EE-EEA	SDN - UD
28-lug	Mangart	EEA	ART
28-lug	Gita Sociale (da definire)		PDP
28-lug	Ferrata Daümling, Gartnerkofel	EEA	TRI
28/29-lug	Gruppo delle Tofane - Dolomiti	E-EEA	UD
04-AGOSTO	Cima Confine da Sella Nevea	EE	TAR
04-ago	Via Amalia al Montasio	EEA	TRI
08-ago	Bus del Buson e Brent De L'Art	E	UD SEN
11-ago	Escursione geologica - Anello del Monte Corona (Alpi Carniche Orientali)	EE	SDN
11-ago	Terza Grande	EE	TRI
18-ago	Monte Prisoinj	EEA	TRI
23/25-ago	Monte Monviso e punta Udine		TRI
24/25-ago	Popera	EE	PAL
24/25-ago	Val Genova e sentiero dei fiori (Gruppo dell'Adamello) con Sezione Gemona d.F.	EE-EEA	SDN
24/25-ago	Gruppo del Catinaccio - Malignon - Ferrata Laurenzi	EEA	TAR
29-ago	Picco di Grubia	EE	UD SEN
01-SETTEMBRE	Col Gentile	EE	PDP
01-set	Monte Cimacuta e Casera Val Menon	E-EE	TRI
01-set	Monte Coglians (ferrata Nord) e Monte Rauchkofel	EE-EEA	UD
08-set	Laghi d'Olbe e Monte Lastroni	E	ART
08-set	Baba Grande	EE	PAL
08-set	Anello torre Tre Scarperi (Dolomiti di Sesto)	E	SDN
08-set	Cime Centenere - Anello Val Zemola da Erto	EE	TAR
08-set	Sentiero del Centenario	EEA	TRI
11/12-set	Canyon del Bletterbach e Labirinto Latemar	E	UD SEN
14/15-set	Sui sentieri dell'Orso	EE	UD
15-set	Siarade a Pesariis		TAR
15-set	Monte Piper, Due Pizzi e Gosadon	EEA	TRI
21-23set	Sentiero Italia	E	TRI
22-set	Rauchkofel	EE	ART
22-set	Ripristino sentieri	E	PAL
22-set	Escursione didattica - Zoufplan e Cimon di Crasulina (Alpi Carniche)	E	SDN - PDP

22-set	Monte Pramaggiore da Andrazza	EE	TAR
26-set	Rifugio Grauzaria - Foran de la Gjaline	E	UD SEN
29-set	Monte Palombino	EE	TRI
29-set	Monte Pramaggiore - Dolomiti Friulane	E-EE	UD
06-OTTBRE	Anello di Passo Elbel (Val Pesarina)	E	PAL
06-ott	Anello del Monte Brizzia (Sentiero Della Schiava - Alpi Carniche Orientali)	EE	SDN
06-ott	Manutenzione dei sentieri della Valle del Torre		TAR
06-ott	Valli del Natisone - organizza Sezione CAI "Val Natisone"	E	PDP
06-ott	Anello della Val Montanaia	EE	TRI
06-ott	Grotte di Pradis	E	UD CCD
10-ott	Jôf di Somdogna	E	UD SEN
13-ott	Marronata	E	ART
13-ott	Val Dogna - Sentiero Battaglione Gemona	EEA	TAR
13-ott	Monte Clapsavon	EE	UD
20-ott	Marronata	T	PAL
20-ott	Castagnata sul Mont di Prat	E	SDN
20-ott	Marronata		PDP
20-ott	Monte Piombada	EE	TRI
24-ott	Cima dei Colesei	E	UD SEN
27-ott	Anello di Casera Pramaggiore (Dolomiti Friulane)	E	SDN
27-ott	Costa Baton e Campanili (Forni di Sotto)	E	TRI
27-ott	Monte Zaiavor	E	UD
07-NOVEMBRE	Malga Avrint (Siarade Seniores)	E	UD SEN
10-nov	Casera Valine Alta (Val Tramontina)	E	PDP - SDN
10-nov	Marronata a Coia		TAR
10-nov	Las Calas (Paularo)	EE	TRI
10-nov	Siarade	E	UD
17-nov	Monte Tribil da Cludinico	EE	TRI
17-nov	Da S.Giovanni al Timavo al sentiero Rilke	E	UD CCD
21-nov	Monte Sabotino (versante italiano)	E	UD SEN
24-nov	Monte Cum (Valle dello Judrio)	E	SDN
24-nov	Monte Freikofel	EE	TRI
01-DICEMBRE	Creta di Mezzodi	E	TRI
13-dic	Auguri di Natale in sede		TAR
15-dic	Mondeval (Dolomiti Ampezzane)	EAI	SDN
15-dic	Auguri di Natale in Malga		TAR
15-dic	Pranzo sociale		TRI
22-dic	Val Die da Raveo	E	TRI
dicembre	24x1 ora Telethon		UD



GAS

GRUPPO ALPINISTI SCIATORI

108

GAS – Gruppo Alpinisti Sciatori • attività 2019



Il **GAS**, Gruppo Alpinisti Sciatori, nasce più di dieci anni fa per iniziativa di alcuni istruttori ed ex allievi dei corsi di scialpinismo della Società Alpina Friulana, con lo scopo di fornire agli ex allievi ed agli appassionati di scialpinismo occasioni per effettuare uscite in compagnia di chi condivide la stessa passione.

Il **GAS** si propone di offrire la possibilità di praticare lo scialpinismo in gruppo, condividendo esperienze ed esplorando insieme nuove località, e quindi consentendo ai partecipanti di allargare il proprio 'raggio di azione'. Il **GAS** organizza inoltre uscite di aggiornamento ed esercitazioni con gli strumenti AR-TVA, pala e sonda per la ricerca dei travolti da valanga, nonché occasioni conviviali di incontro.

La partecipazione alle attività del **GAS** è aperta a tutti i soci della SAF e più in generale del CAI e, per la partecipazione alle gite anche ai non soci, previo il pagamento di una assicurazione contro gli infortuni, secondo le condizioni stabilite dalla SAF/CAI e ovviamente a carico dei partecipanti.

La maggior parte delle attività proposte è alla portata di tutti gli scialpinisti che abbiano seguito un corso base di Scialpinismo o comunque maturato analoga esperienza.

Alcune iniziative richiedono invece un livello minimo di competenza tecnica e/o di preparazione fisica, in questo caso il **GAS** si riserva di valutare tali requisiti assieme all'interessato e di non accettare le domande di partecipazione di tutti coloro il cui possesso di tali requisiti non sia sufficientemente com-



provato. In ogni caso, salvo diversa indicazione del programma, la partecipazione all'attività richiede il possesso delle conoscenze e delle tecniche insegnate nei corsi base di scialpinismo del CAI.

Il programma dettagliato di tutte le iniziative viene messo a disposizione degli interessati tramite l'iscrizione alla mailing list, registrandosi al link: <http://eepurl.com/ukZHB> o attraverso il sito della SAF: www.alpinafriulana.it. L'iscrizione alle attività richiede generalmente il versamento di una caparra. Il **GAS** si riserva di variare gli itinerari o annullare i programmi in base alle condizioni nivo-meteorologiche.

L'attività del **GAS**, analogamente a quanto avviene per tutte le componenti della Società Alpina Friulana, è gestita da volontari e non è svolta a fini di lucro.

I volontari non sono titolari di alcuna qualifica ai fini dell'accompagnamento di altri soggetti: si occupano semplicemente dell'organizzazione, pertanto la partecipazione alle iniziative avviene sotto la piena responsabilità individuale di ciascun partecipante, previa valutazione delle informazioni ricevute circa

le caratteristiche tecniche e di difficoltà delle singole proposte.

Pertanto la partecipazione alle gite è lasciata unicamente alla scelta dello scialpinista che valuterà autonomamente in base alle proprie condizioni psicofisiche e alle proprie capacità tecniche dopo che saranno state fornite dal GAS tutte le informazioni necessarie ai fini della partecipazione, quindi che materiali dovranno far parte della dotazione, quali dislivelli e difficoltà da affrontare per lo svolgimento della gita.

Di norma la dotazione base, oltre all'attrezzatura da scialpinismo, si compone di ARTVA, pala e sonda.

Ogni componente del **GAS** è importante per fornire suggerimenti, informazioni, consigli utili per migliorare l'organizzazione delle gite, per divulgare le informazioni e per la buona riuscita delle gite, lo scopo è semplicemente condividere una passione comune, lo scialpinismo, divertendosi, scoprendo posti nuovi, assieme e in sicurezza.

PROGRAMMA 2018-2019

2018

VENERDÌ 23 NOVEMBRE

Serata presentazione programmi GAS

Ore 20.30 sede CAI –SAF

2019

Befana nella polvere

3 - 6 GENNAIO 2019

Il tradizionale appuntamento del GAS, vero inizio della stagione sci alpinistica. Itinerari di soddisfazione ma alla portata di tutti ricercando la neve migliore. La meta è la **Val Venosta** con base a Curon in un comodo alberghetto in mezzo a prati alpini e vicino a boschi ad alto fusto, lungo la valle ci sono più di 32 gite per tutti i gusti e con partenza da quota 2000 m, quindi con una buona garanzia di trovare neve già a gennaio.

La prima volta con le pelli di foca

DOMENICA 20 GENNAIO 2019

Una giornata dedicata all'introduzione allo sci alpinismo per chi non ha mai provato questa attività. Gestita dalla scuola con il supporto GAS

Lezioni di sci pista e fuoripista

9 e 16 FEBBRAIO e 2 MARZO 2019

Con il maestro esperto di sci fuoripista Livio Sadoch sulle nevi di Sella Nevea.

Fuoripista eccellenti

PRIMI MARZO 2019

We lungo sulle nevi si St. Anton am Arlberg per sci fuoripista (con impianti) sui 200 km. di scarpate e fuori pista disponibili nel comprensorio.

DOMENICA 24 FEBBRAIO 2019

Giornata dedicata alla sicurezza e all'uso Artva con i tecnici del Soccorso Alpino della Guardia di Finanza di Sella Nevea

Sui ghiacciai della Vallee Blanche

PRIMI DI MARZO 2019

La Valle'e Blanche: una spettacolare discesa di quasi 2800 metri tra i ghiacciai del Monte Bianco. Come cita la guida Mont Blanc Freeride: "La Valle'e Blanche è come Sharon Stone in Basic Instinct: bellissima, ma è meglio non distrarsi troppo".

We Dolomitico con traversata

Tre Cime di Lavaredo - MARZO 2019

Una magnifica traversata (non troppo difficile) al cospetto delle Tre Cime da Misurina alla Val Fiscalina.

Uova sulla neve la Pasquetta del GAS

19 - 22 APRILE 2019

Il secondo tradizionale appuntamento del GAS aperto a tutti, con anche itinerari di livello medio e facile. Possibile meta la Val Mazia e il Rifugio Sesvenna in alta Val Venosta.

Fine stagione Val Malta - METÀ MAGGIO 2019

Classica meta di fine stagione per gite primaverili alla portata di tutti.

Gita in bici con pranzo sociale - GIUGNO 2019

COME L'ANNO SCORSO SI ORGANIZZERANNO GITE DOMENICALI ANCHE DELL'ULTIMA ORA, IN BASE ALLE CONDIZIONI NIVO/METEO

REGOLAMENTO GAS

La partecipazione ai programmi del GAS è aperta a tutti i soci del CAI e, limitatamente ad alcune attività, anche ai non soci. I partecipanti alle attività organizzate vengono assicurati secondo le regole proprie del Club Alpino Italiano.

La maggior parte delle attività proposte è alla portata di tutti gli scialpinisti che abbiano seguito un corso base al CAI o comunque maturato analoga esperienza. Alcune iniziative richiedono invece un livello minimo di competenza tecnica e/o di preparazione fisica. In questo caso il GAS si riserva di valutare tali requisiti assieme all'interessato e di non accettare le domande di partecipazione di tutti coloro il cui possesso di tali requisiti non sia sufficientemente comprovato.

In ogni caso, salvo diversa indicazione nel programma, la partecipazione all'attività richiede il possesso delle conoscenze e delle tecniche insegnate nei corsi di livello SA1 del Club Alpino Italiano.

Il programma dettagliato di tutte le iniziative viene messo a disposizione degli interessati circa un mese prima della data di inizio delle attività stessa per le attività scialpinistiche, una settimana prima per quanto riguarda le attività di sci su pista. I programmi vengono diffusi agli iscritti alla mailing list, oppure possono essere ritirati presso la sede della SAF - Società Alpina Friulana ovvero essere richiesti via mail (gas@alpinafriulana.it).

Le iscrizioni a tutte le attività si aprono nel momento in cui viene reso noto il programma

dettagliato e si chiudono all'esaurimento dei posti disponibili, ma non oltre una settimana prima della partenza. L'iscrizione alle attività richiede il versamento di una caparra. Il GAS si riserva di variare gli itinerari o annullare i programmi in base alle condizioni nivometeo-reologiche.

L'attività del GAS, analogamente a quanto avviene per tutte le componenti della SAF, è gestita da volontari e non si svolge a fini di lucro.

Coloro i quali desiderano essere maggiormente informati sull'attività del GAS possono farne richiesta iscrivendosi alla mailing list (vedi sotto).

La sede della SAF è in via Brigata Re, a Udine, ed è aperta dal mercoledì al venerdì, dalle 17.30 alle 19.00, il giovedì anche dalle 21.00 alle 22.30 (telefono 0432.504290).

ISCRIZIONE MAILING LIST DEL GAS

Per iscriversi alla mailing list del GAS ed essere puntualmente informati sulle attività in corso è necessario registrarsi al link:

<http://eepurl.com/ukZHB>

o inviare una mail a gas@alpinafriulana.it

Società Alpina Friulana
Gruppo Alpinisti Sciatori
Via Brigata Re 29 - 33100 Udine
Tel. 0432.504290
E-mail: gas@alpinafriulana.it

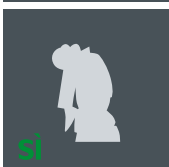
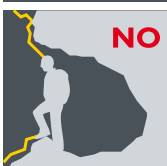


Finito di stampare
nel mese di dicembre 2018
presso Litostil, Fagagna (UD)

Fotografia in copertina
Ermes Furlani
Il Campanile di Val Montanaia

Grafica e impaginazione
De Reggi-studio grafico (UD)

COSA FARE IN CASO DI TEMPORALI

allontanarsi in fretta da ogni rialzo del suolo, da cime o creste esposte e da "punte" di qualsiasi genere (croci, antenne o altro)		
non ripararsi sotto gli alberi, specie se sono isolati, e allontanarsi il più possibile da essi		
allontanarsi da corsi d'acqua, laghi o bacini di contenimento e dalle pareti verticali		
allontanarsi (almeno 50 m) da qualunque conduttore metallico ed evitare per qualsiasi ragione i percorsi ferrati; riporre nello zaino eventuale attrezzatura metallica; non lasciare la piccozza agganciata allo zaino con il puntale rivolto in su		
evitare di utilizzare il cellulare		
assumere una posizione accucciata e raccolta con la testa tra le ginocchia e i piedi uniti (non stendersi a terra), meglio se in un avvallamento		
eventualmente ripararsi in un anfratto o in una grotta (non però in prossimità di creste o guglie rocciose), purché non si tocchi la roccia; attenzione a non rimanere all'ingresso: portarsi il più all'interno possibile		

LUOGHI SICURI: automobile, interno di rifugi e bivacchi

ALL'APERTO: in bosco purché sotto un albero non isolato e più basso dei circostanti, accovacciati e seduti sullo zaino, nelle zone concave e non in prossimità di cime e pinnacoli. In ogni caso è necessario liberarsi degli oggetti metallici (ramponi, piccozza, chiodi, attrezzature da ferrata) ed allontanarsi da strutture metalliche (croci di vetta, ferrate).



MONTAGNAMICA

è un ambizioso progetto del Club Alpino Italiano, Soccorso Alpino e Guide in collaborazione con tutte le Associazioni dedite alla formazione e/o prevenzione degli incidenti in montagna.



SHOP & PLAY Città Fiera

IL PIU' GRANDE CENTRO COMMERCIALE DELLA REGIONE



INTERSPORT®

ENERGIA & SERVIZI
AMGA

GRUPPO
HERA

Civi  **Bank**

Ottica

Jenny

Piazza P. Diacono 4
REMANZACCO (UD)
Tel. 0432 668946
Cell. 331 4785869

e-mail: otticajenny@virgilio.it
web: otticajenny.permobile.it

 **SAF**
by arriva

www.saf.ud.it
info@saf.ud.it
tel. **800 915303**
chiamata gratuita


Seven
ITALIA SRL
SISTEMI INTEGRATI
DI SCLIFREZZA

Via G. Marconi, 81/G
33010 TAVAGNACCO (UD)
Telefono +39 0432 600600

giangio

live café