



ANNO 47—NUMERO 178—MARZO 2009

Lo Zaino

INFORMATORE DEL CLUB ESCURSIONISTI ARCORESI
SOTTOSEZIONE DI ARCORE DEL CLUB ALPINO ITALIANO
ANNO FONDAZIONE 1962

Sede sociale: ARCORE – Via IV Novembre, 9 tel 039/6012956

www.gxg.it/cea email: cea-arcore@libero.it cell 347/9471002

REDAZIONE: FABIO—ORNELLA— ENZO— MARIO—FABRIZIO



NOTIZIE DI RILIEVO:

- ◆ LA PREMIAZIONE! pag. 2
- ◆ RISULTATI GARA SOCIALE SCI/SNOW pag. 3
- ◆ RISULTATI GARA SOCIALE DI FONDO pag. 4
- ◆ LE GITE ESTIVE pag. 5

L'OPINIONE DI

.....



Ciao Amici,

nonostante siamo già a marzo inoltrato, grazie alle abbondanti nevicate invernali è ancora possibile trascorrere qualche entusiasmante giorno sulla neve prima di appendere al chiodo sci e tavole!!

Vi ricordo quindi l'ultima gita invernale ufficiale del

Cea che si terrà sabato 28 marzo al Diavolezza (CH) (i dettagli li potete trovare sullo scorso numero dello Zaino oppure sul nostro sito internet).

La stagione invernale si chiuderà poi ufficialmente venerdì 3 aprile con la serata delle premiazioni.

Successivamente avrà quindi inizio la stagione estiva con il primo appuntamento del 19 aprile al Corna Trentapassi, giusto per sgranchirsi le gambe!!!

Tante le novità, con percorsi per tutte le età (e tutte le gambe!!!).

Su questo numero de Lo Zaino (e come sempre anche sul nostro sito internet) potete trovare in dettaglio tutte le info sul-

le gite estive!!

Non mi resta che augurarvi di passare una

FELICE PASQUA, magari ancora sulla neve!

Buona lettura!!

FABIO



ALTRE NOTIZIE:

SONDAGGIO	PAG. 8
GLI AMICI DEL CEA SCRIVONO!	PAG. 9
COMUNICAZIONI VARIE	PAG. 9
GLI SPONSOR CONSIGLIANO.....	PAG. 10

VENERDI' 3 APRILE 2009

H 20.45 - AULA MAGNA

SCUOLE MEDIE VIA MONGINEVRO

ARCORE



PREMIAZIONE CAMPIONATI ARCORESI 2009



PRESENTAZIONE STAGIONE ESTIVA

***** INGRESSO LIBERO *****

— PREMI E RINFRESCO PER TUTTI —

**CLASSIFICA SLALOM GIGANTE SCI—SNOW 31/01/2009 —MADESIMO**

	Cognome Nome	Pettorale N°	Categoria	Tempo gara	Ordine arrivo	Note
CATEGORIA "AMATORI"						
1	BORRI LORENZO	22	AMATORI	00.49,00	1	
2	TERUZZI MATTEO	37	AMATORI	00.53,79	2	
3	MANDELLI ENRICO	29	AMATORI	00.54,42	3	
4	FOSSATI MAURIZIO	26	AMATORI	00.59,14	4	
5	PEREGO FILIPPO	32	AMATORI	00.59,46	5	
6	DAL BEN MASSIMILIANO	24	AMATORI	00.59,82	6	
7	INTRA BATTISTA	27	AMATORI	01.00,12	7	
8	MONGUZZI LUCA	30	AMATORI	01.01,77	8	
9	REDAELLI EMILIO	34	AMATORI	01.07,20	9	
10	SPINELLI MARIO	36	AMATORI	01.09,99	10	
11	PRIVITERA GIOVANNI	33	AMATORI	01.13,81	11	
12	BOSISIO GIUSEPPE	23	AMATORI	01.16,06	12	
13	MAGNI EMILIO	28	AMATORI	01.23,16	13	
14	BELLONI PAOLO	21	AMATORI	01.56,98	14	Squalificato
15	SPIGA SILVANO	35	AMATORI		14	Non arrivato
16	ZAPPA LUCA	38	AMATORI		14	Non arrivato
CATEGORIA "SENIORES"						
17	REDAELLI LORENZO	42	SENIORES	00.46,53	1	
18	CAZZANIGA ANDREA	39	SENIORES	00.49,49	2	
19	LAZZARONI SERGIO	40	SENIORES	01.00,22	3	
20	PIROLA DAVIDE	41	SENIORES	01.03,79	4	
CATEGORIA "FEMMINILE"						
21	GALBIATI GLORIA	51	FEMMINILE	01.02,92	1	
40	FERRARIO ALESSIA	50	FEMMINILE	01.03,33	2	
41	VOLPI GIOVANNA	56	FEMMINILE	01.06,97	3	
42	OROFINO FRANCESCA	61	FEMMINILE	01.08,55	4	
43	BELLONI GRETA	44	FEMMINILE	01.10,94	5	
44	BUCCELLA LAURA	47	FEMMINILE	01.12,22	6	
45	BRAMBILLA GIULIA	46	FEMMINILE	01.16,92	7	
46	MOTTA FRANCESCA	53	FEMMINILE	01.17,88	8	
47	CONFALONIERI BRAMBILLA STELLA	48	FEMMINILE	01.23,39	9	
48	SALA GLORIA	55	FEMMINILE	01.26,53	10	
CATEGORIA "RAGAZZI"						
49	MENGHERLE ALESSANDRO	67	RAGAZZI	00.55,36	1	
50	MONGUZZI DANIELE	63	RAGAZZI	00.57,74	2	
51	SPIGA ANDREA	68	RAGAZZI	00.58,66	3	
52	BORRI ALBERTO	57	RAGAZZI	01.02,42	4	
53	BORRI FRANCESCO	58	RAGAZZI	01.15,69	5	
54	MAIOCCHI GABRIELE FILIPPO	62	RAGAZZI	01.17,03	6	
55	DAL BEN SIMONE	60	RAGAZZI	01.17,23	7	
56	MONGUZZI FRANCESCO	64	RAGAZZI	01.19,43	8	
57	BRAMATI MATTEO	59	RAGAZZI	01.20,15	9	
58	PETERLE FEDERICO	66	RAGAZZI	01.27,32	10	Squalificato
CATEGORIA "CORSO" (tracciato ridotto)						
59	PEREGO MARTINA	83	CORSO	00.37,38	1	
60	DI FRANCO ANDREA	73	CORSO	00.38,12	2	
61	SALA FILIPPO	80	CORSO	00.42,90	3	
62	CONFALONIERI GIOVANNI	72	CORSO	00.43,68	4	
63	MANDELLI GRETA	82	CORSO	00.44,67	5	
64	DOZIO ALESSANDRO	74	CORSO	00.46,92	6	
65	SPINELLI PAOLA	81	CORSO	00.52,45	7	
66	USUELLI JESSICA	84	CORSO	01.02,34	8	
67	MARCHESI DAVID ALESSANDRO	77	CORSO	01.20,78	9	
68	MANZOTTI CLAUDIO	75	CORSO	02.02,24	10	
69	MANZOTTI LEONARDO	76	CORSO	02.08,14	11	
CATEGORIA "SNOW"						
67	PESSINA FABIO	71	SNOW	01.18,15	1	
68	MAGNI VALERIA	70	SNOW	01.31,62	2	
69	BUCCELLA DANIELA	69	SNOW	02.58,22	3	

CLASSIFICA GARA SOCIALE DI FONDO — PIANI DI BOBBIO — 08/03/09

PO S.	DATI PARTECIPANTI			DATI GARA		
	Cognome Nome	Pettorale N°	Categoria	Tempo gara	Ordine arrivo	Note
CATEGORIA "BABY"						
1	GALDINI CHIARA	466	BABY		1	
CATEGORIA "CUCCIOLE"						
1	GALDINI SILVIA	357	CUCCIOLE		1	
2	SALA VALENTINA	360	CICCIOLE		2	
CATEGORIA "FEMMINILE"						
1	TERUZZI PAOLA	561	FEMMINILE	0,21,31	1	
2	FRIGERIO CHIARA	566	FEMMINILE	0,29,53	2	
3	IANNETTONE MANUELA	539	FEMMINILE	0,31,26	3	
CATEGORIA "MASCHELE"						
1	BERETTA MARIO	215	MASCHELE	0,36,01	1	
2	CONVERSANO MARIO	257	MASCHELE	0,36,55	2	
3	VITALI GIANPIETRO	256	MASCHELE	0,41,15	3	
4	FERRARI PAOLO	148	MASCHELE	0,42,17	4	

HONDA
Mi Auto
Concessionaria ufficiale
per Milano e provincia
a MEDA 0362 / 341395

il Cittadino

Giornale di Monza e della Brianza

VIMERCATESE

TOYOTA
Mariani Auto
CESANO MADERNO
0362 / 504.619 R.A.
MEDA
0362 / 73.439

Sabato 7 febbraio 2009 Fondato nel 1899 • Anno 110 • N. 11 • € 1,20

MONTAGNA Settimana scorsa la 47esima edizione del trofeo di discesa e snowboard: 72 i partecipanti
Campionati sociali del Cea, ecco tutti i vincitori del 2009

Sabato scorso successo di partecipazione a Madesimo per il quarantasettesimo Campionato sociale organizzato da Cea. Come consuetudine da diversi anni, in concomitanza con la giornata finale dei corsi sci, si sono svolti sulle piste della Skiarea Valchiavenna all'alpe Motta le gare di slalom gigante valide anche per il quarantesimo Campionato arcorese. Alle 12.30 in punto dal cancelletto di partenza si sono cimentati ben settantadue partecipanti suddivisi in sette categorie per ordine di partenza: associati Avis, categoria unica per 18 sciatori, seguiti da sedici «amatori», partecipanti di età compresa

tra 35 e 55 anni; quattro «seniores» tra i 19 e 31 anni; dieci sciatrici tra i 7 e 38 anni; dodici «ragazzi» tra 8 e 13 anni; tre snowboardisti tra i 29 e 32 anni e infine la categoria «corso» per undici

corse con tracciato ridotto tra i 6 e 13 anni. Si sono aggiudicati il gradino più alto del podio: Avis; Marchesini Laura; amatori Borri Lorenzo; seniores Redaelli Lorenzo; femminile

Galbati Gloria; ragazzi Mengherle Alessandro; snowboard Pessina Fabio; corso Perogo Martina. La giornata soleggiata ha permesso una piacevole presenza nei pressi del traguar-

do ai numerosi sostenitori aggregati al gruppo dei corsisti. Lo speaker d'eccezione Danilo Ferrario ha commentato al microfono con entusiasmo l'intero svolgimento della gara conclusa alle 14.30. Le premiazioni avverranno nella serata di venerdì 3 aprile nell'aula magna delle scuole medie di via Monginevro 2. Di strada il club ne ha fatta dal lontano 1962, anno della fondazione. Dagli iniziali 35 oggi i soci sono oltre 400. Un risultato conseguito grazie soprattutto al costante contributo che ogni membro succedutosi nei vari consigli ha con passione apportato in tutti questi anni.



→ (A.R.P.) Il Palaunimec ospiterà il grande pugilato con Luciano Lombardi, famoso boxer usmatense ai vertici della boxe mondiale. L'evento si terrà il 12 marzo con tre incontri professionistici, cui faranno da contorno cinque match a livello dilettantistico. Il protagonista dell'incontro più importante sarà Lombardi, che si sta preparando per conquistare a giugno la cintura mondiale sfuggitagli a novembre al Palacandy di Monza. La manifestazione del 12 marzo è il primo passo di una collaborazione tra il pugile, il sindaco Marco Rocchini e l'assessore Vittorio Perrella. L'obiettivo è creare un centro di avviamento allo sport che agisca nel sociale per aiutare i ragazzi in difficoltà.



Le gare sono state organizzate a Madesimo

Arianna Pintor



LE GITE ESTIVE



E anche quest'anno, dopo tanta neve, è già arrivato il tempo di pensare all'estate 2009!!!

Quattro passi per cominciare. Anzi trenta

Ma non preoccupatevi Corna Trentapassi è il nome della prima montagna che andremo a visitare, un'escursione facile e alla portata di tutti abbinata alla visita delle strane formazioni rocciose delle Piramidi di Zone. Poi riproponiamo la traversata Casaccia - Soglio sperando in un meteo più clemente e in una maggiore adesione, cosa che sicuramente non mancherà alla consueta gita in terra ligure.

Si riprende con la montagna con una gita molto panoramica proprio di fronte al Monte Bianco e subito dopo con il primo weekend in alta quota sulle montagne vicino al passo del Malora; dopo quindici giorni ci spostiamo in Val d'Aosta per andare in una delle località più conosciute, Cogne, che sarà il punto di partenza per la salita alla Grand Serz. Ed è già ora del consueto trekking su ghiaccio di una settimana; quest'anno è stata scelta la zona tra Valpelline e l'alta Val d'Arolla, con la salita a cime di oltre 3500 metri. Dopo la pausa estiva si riprende con una montagna simbolo del Piemonte, il Rocciamezone, da dove si ha un panorama davvero grandioso e a conclusione c'è il rituale appuntamento con la nostra Madonnina del Baciamenti.

Come sempre il consiglio ringrazia di cuore tutti coloro che ci aiutano in sede e nelle gite. Si ricorda a tutti che la sede è sempre aperta e disponibile per tutti quelli che vogliono aiutare nei vari modi, consigliare, criticare, proporre idee e gite nuove.

19/04/2009 - CORNA TRENTAPASSI e PIRAMIDI DI ZONE (BS)

Corna Trentapassi, ai tempi nota con il nome di Punta di Vignole, caratteristica e isolata "becca" a balcone sul lago d'Iseo tra Marone e Pisogne, nelle cui acque, cupe e profonde, immerge i suoi selvaggi e rocciosi versanti meridionali. Si tratta di una meta molto interessante che deve larga parte della sua notorietà e simpatia al fatto che è eccezionalmente panoramica.

Tappa obbligatoria per i visitatori sul lago d'Iseo, lo spettacolo è unico e vanta pochi esempi al mondo. In località **Cislano di Zone**, raggiungibile da Marone, l'azione corrosiva dell'acqua a contatto col terreno morenico della montagna, ha modellato questo territorio creando delle piramidi sulle cui sommità sono poggiati grossi massi che fungono da cappello protettivo per il terreno sottostante. La vita delle piramidi è legata al cappello protettivo, quando esso si stacca, la piramide di terra lentamente subisce un abbassamento dovuto all'azione erosiva dell'acqua. Un sentiero, che parte dalla chiesetta di San Giorgio, ci conduce al belvedere da dove ammirare l'incomparabile spettacolo.

Dislivello: 500 metri **Tempo:** 5 ore circa per l'intero percorso + 1 ora per la visita alle piramidi di Zone. **Equipaggiamento:** da media montagna. **Difficoltà:** E **Trasporto:** gita che si effettuerà in pullman (Soci € 12,00; Nuovi soci € 14,00) se si raggiunge il numero sufficiente, altrimenti in macchina.

10/05/2009 - TRAVERSATA CASACCIA - SOGLIO (CH)

Riproponiamo la gita in programma lo scorso anno in terra Svizzera, un itinerario di tutto riposo; infatti è praticamente tutto in discesa. Partendo da Casaccia (1400 m, poco prima del Passo del Maloia) e passando da alcuni paesini si percorre il "Sentiero Panoramico" della Val Bregaglia, sempre con lo sguardo sulle Sciore e il gruppo del Badile. **Dislivello:** 400 metri in discesa e qualche saliscendi. **Tempo di percorrenza:** 6 ore circa per l'intero percorso. **Equipaggiamento:** media montagna. **Difficoltà:** gita priva di difficoltà tecniche. **Trasporto:** gita che si effettuerà in pullman (Soci € 15,00; Nuovi soci € 17,00) se si raggiunge il numero sufficiente, altrimenti in macchina.



24/05/2009

**IL TIGULLIO: Sestri Levante (GE)
(Gita Turistica - Escursionistica)**

Come da nostra consuetudine, nel mese di Maggio é la Riviera Ligure a regalarci un'altra gita memorabile: quest'anno nel Tigullio, visitando la ridente e caratteristica penisola di Sestri Levante e dintorni.

Per chi invece preferisce dedicarsi ad un'esplorazione d'impronta decisamente turistica suggeriamo l'interessante visita della penisola, non senza sostare in contemplazione all'incantevole Baia del Silenzio.

E perché non avventurarsi in una mini-crociera lungo le coste delle Cinque Terre servendosi dei pubblici mezzi di trasporto marittimo locale?!

Infine, per chi vuol cogliere l'opportunità di cimentarsi in un trekking esplorativo, suggeriamo un itinerario abbastanza semplice e tra i più suggestivi della Riviera di Levante: l'anello che partendo dal centro storico di Sestri conduce sino a Punta Manara per poi ritornarvi passando per il Monte Castello.

Prezzi (pulmann A/R): Soci € 17,50; Nuovi soci € 19,50

Orario partenza: 6.00 (Posteggio bus FS)

Raccolta adesioni con decorrenza giorno 5 Maggio e termine max. giorno 19 Maggio 2009.

**Da Domenica 31 Maggio a Sabato 6 Giugno 2009
ELBA (LI), UCCELLINA & DINTORNI (GR)**

— GITA ANNULLATA —

Stiamo valutando la fattibilità di effettuare un'altra, in sostituzione, prevedente un Week-end in Val Venosta: "MMM ATTO II (Messner Mountain Museum - museo del ghiaccio a Solda – Ortles) con possibilità di visita alla città di Merano ed eventualmente anche al relativo modernissimo centro termale.

Comunicatoci al più presto in merito via e-mail a cea-arcore@libero.it il vostro indice di gradimento a questa iniziativa indicando altresì il vostro intento nella partecipazione.

07/06/2009-MONT DEL SAXE TESTA BERNARDA 2500m (VAL d'AOSTA)

Il crinale che separa Courmayeur dalla Val Ferret e che culmina con il Mont de la Saxe e la Testa Bernarda, offre straordinari panorami sul versante italiano del Monte Bianco, ed è da oltre un secolo una delle più classiche mete nei dintorni di Courmayeur.

Dislivello: 1000 metri in salita. **Tempo di percorrenza:** 6.30 ore per l'intero itinerario. **Equipaggiamento:** media montagna. **Difficoltà:** E. **Trasporto:** gita che si effettuerà in pullman (Soci € 17,50; Nuovi soci € 19,50) se si raggiunge il numero sufficiente, altrimenti in macchina.

Altre informazioni presso la sede e sul nostro nuovo sito internet:

www.cea-arcore.com



20-21/06/2009 - CIMA DI CASTELLO 3392 m (SVIZZERA)

La Cima di Castello è la vetta più alta di tutto il gruppo Masino-Bregaglia e costituisce uno dei punti più panoramici della regione. La montagna sorge a cavallo fra la Valle di Zocca, che scende sul versante italiano, e le valli del Forno e dell'Albigna, che si trovano invece in Svizzera. Dalla vetta si può godere della vista sulla Valle del Forno, sui Pizzi Torrone e, più a Est, sul Monte Disgrazia. A Ovest, in lontananza, si possono ammirare i colossi rocciosi del Cengalo e del Badile con la liscia parete Nord est di quest'ultimo.

Primo giorno: salita e pernottamento al rifugio Albigna. **Dislivello:** in salita 300 m.

Tempo di salita: 1 ora circa.

Secondo giorno: salita alla vetta della Cima di Castello. **Tempo di salita:** 4 ore circa. **Discesa:** 5 ore circa fino alla macchina. **Dislivello:** in salita 1000 metri, in discesa 1300 metri. **Equipaggiamento:** alta montagna, ramponi, piccozza, casco, moschettoni, ghette, imbracatura, sacco lenzuolo, occhiali da neve, guanti. **Difficoltà:** PD+ **Trasporto:** gita che si effettuerà con i mezzi propri.

04-05/07/2009 - GRAND SERZ 3552 m (VAL d'AOSTA)

È la cima più facilmente raggiungibile dal rifugio Vittorio Sella e per questo motivo è diventata una meta classica. Collocata sulla cresta che divide la Valle di Cogne dalla Valsavarenche, è un punto panoramico di prim'ordine e le rocce che conducono sulla sommità offrono una facile e divertente arrampicata.

Primo giorno: per raggiungere il rifugio Sella vengono proposti due itinerari:

A) Salita diretta al rifugio. Tempo di salita: 2.30 ore. **Dislivello in salita:** 900 m.

B) Salita al rifugio passando per i Casolari dell'Erbetett. Tempo di salita: 6 ore
Dislivello: 900 m.

Secondo giorno: salita alla cima e ritorno fino alle macchine. **Tempo di salita:** 4 ore circa.

Dislivello in salita: 1000 m. **Tempo di discesa fino alla macchina:** 5 ore in totale.

Equipaggiamento : da alta montagna, ramponi, piccozza, ghette, imbracatura, moschettoni, casco, sacco lenzuolo, occhiali. **Difficoltà:** PD. **Trasporto:** gita che si effettuerà con i mezzi propri.

12-17/07/2009 - Trekking del MONT COLLON (VAL d'AOSTA)

Un giro ad anello tra Italia e Svizzera, intorno al Mont Collon con vista su Cervino, Dent Blanche e Dents de Bouquetins. Partendo dalla solitaria Valpelline passando per i plateau glaciali dell'alta Val d'Herens e l'alta Val d'Arolla.

Difficoltà: visto l'ambiente completamente glaciale e la quota, è riservato ad alpinisti esperti e ben allenati, abituati a camminare tanto (e mangiare poco). **Equipaggiamento:** alta montagna.

Trasporto: gita che si effettuerà con i mezzi propri.

N.B. Per motivi di organizzazione l'iscrizione al trekking deve essere fatta almeno quindici giorni prima della partenza.

05-06-07/09/2009 - GIRO DEL ROCCIAMELONE (TO)

Nel medioevo il Rocciamelone era considerata la più alta cima delle Alpi. Questa convinzione, che oggi sappiamo errata, era supportata da diversi fattori: il monte infatti incombe su Susa con un balzo che supera i tremila metri; inoltre era visibile dalla frequentatissima Via Fracigena, che portava oltralpe attraverso il Moncenisio, palesandosi anche al viaggiatore più distratto in un periodo in cui vaste zone alpine erano pressoché inesplorate.

Primo giorno: trasferimento da Arcore al Lago di Malciaussia e salita al Rif. Mazzetti.

Tempo di salita: 2.30 ore. **Dislivello in salita:** 850 m. **Difficoltà:** EE.

Secondo giorno : dal Rif. Tazzetti al Rif. Cà d'Asti con la salita al Rocciamelone.

Tempo di salita: 5.30 ore circa. **Dislivello in salita:** 1000 m. **Difficoltà:** EE.

Terzo giorno: dal Rif. Cà d'Asti al Lago di Malciaussia e ritorno ad Arcore.

Tempo: 4.30 ore. **Dislivello in salita:** 300 m. **Equipaggiamento:** da media montagna.

Difficoltà: EE. **Trasporto:** gita che si effettuerà con i mezzi propri.



27/09/2009 - PIZZO BACIAMORTI - FESTA C.E.A.

È la nostra tradizionale festa in montagna e tutti i soci, famigliari e amici sono calorosamente invitati. Più che una festa è un incontro e un ritrovarsi davanti alla nostra cara Madonnina stando in silenzio e riflettendo anche solo un minuto. È da qui che la mente si libera, il corpo si rilassa e il pensiero si innalza fino ad arrivare lassù oltre le imponenti vette, dove qualcuno ci osserva, ci guida, ci protegge. A mezzogiorno taleggio, polenta e tutto quanto offre il convento CEA presso la baita Cabretondo.

Dislivello: 700 metri circa. **Tempo di percorrenza:** in salita ore 2,30, in discesa ore 2 circa.

Equipaggiamento: media montagna. **Difficoltà:** gita priva di difficoltà tecniche. **Trasporto:** gita che si effettuerà con mezzi propri. Pranzo al sacco.

25/10/2009 PRANZO SOCIALE—LOCALITA' DA DEFINIRE

Dopo tanto camminare una gita di riposo per tutti. E' ormai il nostro tradizionale ritrovo culturale-conviviale e di più. Per il piacere di ritrovarsi tutti assieme fra nonni, nipoti, alpinisti, pantofolai, vecchi e nuovi soci, amici, simpatizzanti e per chi desidera stare in ottima compagnia.

Difficoltà: dipende dalla capacità dei singoli a tavola.

RACCOMANDAZIONI:

Ci sono molti modi di mostrare il proprio coraggio, ma affrontare la montagna senza un'adeguata attrezzatura tecnica e vestiario non è il migliore. Specialmente in alta quota dove il tempo cambia rapidamente. Per questo occorre essere sempre adeguatamente attrezzati, bisogna avere nello zaino capi di abbigliamento che permettano di affrontare cali repentini della temperatura, pioggia, nebbia improvvisa, vento e neve. Per effettuare una gita è importante prepararsi moralmente e fisicamente e non scegliere mai imprese al di sopra delle proprie possibilità o lasciarsi trascinare stupidamente dall'ambizione. Rinunciare ad una vetta non è mai una vergogna, si può sempre riprovare, l'escursione non termina in vetta, ma quando si arriva alla macchina. La discesa, il più delle volte è più difficile e pericolosa della salita, la stanchezza aumenta ed i riflessi calano. Dovunque vai ricordati sempre di rispettare l'ambiente che ti circonda, non sporcarlo ma conservarlo. Portati a casa i tuoi rifiuti. Amalo seriamente e con convinzione, non solo a parole, con i fatti e con il tuo esempio concreto.

“Salite sui monti ma ricordate che coraggio e vigore non valgono nulla senza la prudenza: ricordate che la negligenza di un istante può distruggere la felicità di tutta una vita. Non fate nulla precipitosamente, vigilate ogni vostro passo e fin da principio pensate quale può essere la fine”
“EDWARD WHYMPER”

N. B. Per una migliore organizzazione delle gite, siamo tutti invitati ad iscriverci e a versare le rispettive quote (costo pullman, anticipo di 20€ per pernottamento nei rifugi) entro il martedì prima delle gite. Ci aiuterete ad evitare contrattempi e spiacevoli malintesi.

RISCHI Con l'iscrizione alla gita, si accetta esplicitamente, senza riserva il seguente principio: in considerazione dei rischi e dei pericoli relativi all'attività escursionistica ed alla frequentazione della montagna, il partecipante solleva il CEA- CAI ARCORE Sottosezione di Vimercate, gli organizzatori e gli accompagnatori da ogni qualsiasi responsabilità per incidenti e infortuni che dovessero accadergli prima, durante e dopo l'escursione. I coordinatori si riservano di apportare al programma qualsiasi modifica suggerita da motivi tecnici, organizzativi e di sicurezza.

Con la richiesta di adesione alle nostre iniziative il partecipante dichiara implicitamente l'accettazione integrale senza riserva alcuna del nostro “REGOLAMENTO GITE” disponibile per consultazione presso la sede C.E.A. nonché scaricabile dal sito www.cea-arcore.com

SONDAGGIO:

Ci sono iniziative, gite od eventi da proporci per la programmazione della prossima stagione?

Hai inoltre dei suggerimenti atti a migliorare il servizio offerto?

Scrivici a: cea-arcore@libero.it :ben volentieri li valuteremo!

COMUNICAZIONI VARIE

“CAMMINIAMO INSIEME” 03/05/09

Dopo il buon esito delle scorse edizioni, grazie ai numerosi partecipanti (molti del CEA) ed alla solidarietà concreta a favore del Comitato Maria Letizia Verga, alcune Associazioni di Arcore (tra le quali il CEA), organizzano la ormai consueta giornata che vedrà alla mattina una piacevole camminata tra le ville signorili e le cascine di Arcore ed al pomeriggio spettacoli vari. Durante tutta la giornata saranno presenti gli stands delle associazioni. Ancora una volta il CEA si unisce a questo momento di solidarietà, rinunciando volentieri ad una domenica tra le alte vette, per dare il proprio contributo per una nobile causa. A questo proposito invita tutti i soci a partecipare alla manifestazione. Coloro che volessero offrire il proprio aiuto nella preparazione o durante la giornata stessa saranno bene accetti.

- UN GRADITO RICORDO DA UNA CORSISTA -



FRANCESCA MOTTA



La sede è aperta Il Martedì e il Venerdì dalle ore 21 alle 22,30.

Tel.: 039-6012956—Cell.: 347-9471002—

CHI DESIDERA VISIONARE IL GIORNALINO O LE VARIE INIZIATIVE DEL CEA VIA E-MAIL CI PUO' SEGNALARE IL PROPRIO INDIRIZZO, ANCHE ATTRAVERSO IL NS. SITO INTERNET.

CHI DESIDERA POTRA' INVIARE VIA E-MAIL ARTICOLI, PENSIERI, POESIE O ALTRO, INERENTE ALLE NOSTRE ATTIVITA'.

LA REDAZIONE ANALIZZERA' I TESTI PER EVENTUALE PUBBLICAZIONE SU "LO ZAINO".
RINGRAZIAMO ANTICIPATAMENTE PER LA COLLABORAZIONE.

Visita il nostro nuovo sito internet:

www.cea-arcore.com - email: cea-arcore@libero.it

NEW!

PASTICCERIA

PRODUZIONE PROPRIA

Prodotti artigianali

**Profumo
Dolce**

TUTTO PER IL VOSTRO RINFRESCO

Torte da cerimonia e personalizzate

Pasticceria mignon - Salatini - Torte salate - Pizze e focacce

Tartine e brioches salate - Panettone gastronomico

Via Roma 12, 20043 Arcore (Mi) - Tel. 039 6882371 - CHIUSO IL LUNEDÌ

Ottica Migliorini

 **unimec**

**SUPERMACELLERIA
RATTI**

**QUALITA' +
PREZZO =
RISPARMIO**

ARCORE
Via Natale Beretta, 75
Tel. 039/6012184

OGGIONO
Via Giovanni XXIII, 37
Tel. 0341/576133

