



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione Ligure Genova



Programma delle Attività Escursionistiche 2024



*Escursionismo e
Gite Sociali*



Organico Commissione Escursionismo

Presidente

Pietro Nieddu

Vice Presidente

Luciano Taccola

Tesoriere

Laura Oliveti

Direttori Escursione 2024

Achelli Piero	Marengo Sergio (AE, EEA, EAI)
Aldinucci Walter (AE, EEA)	Marongiu Raffaele (ASE)
Belfiore Stefano (ONC, DE)	Mazzarello Davide (DE)
Bertola Roberta (DE)	Mion Elisa (AE)
Bordo Daniela (AE, EEA, EAI)	Montobbio Silvio (AE, EEA)
Braggio Mariano (AE, EEA)	Nieddu Pietro (AE, EAI, EEA)
Bruzzo Giacomo (DE)	Parodi Sandro
Callà Nicoletta	Quolantoni Alessandro (AE, EEA)
Campomenosi Marta (DE)	Rigamonti Alberto (AE)
Casu Gianni (AE, EEA)	Rolleri Edo (AE)
Cella Luigi (DE)	Solari Lorenzo (AE, EEA)
Ene Ana	Taccola Luciano (AE, EEA)
Giacobbe Maurizio (ASE)	Todde Marco (AE)
Isola Laura (DE)	Toscano Roberta (DE)
Lanna Patrizia (ASE, ONC)	Vinci Giovanna (DE)

AE	Accompagnatore Escursionismo
ASE	Accompagnatore Sezionale Escursionismo
ANE	Accompagnatore Nazionale Escursionismo
EAI	Accompagnatore Escurs.Ambiente Innevato
EEA	Accompagnatore Escurs.percorsi Attrezzati
DE	Direttore Escursione
ONC	Operatore Naturalistico Culturale
ONCN	Operatore.Naturalistico Culturale Naz.
SMF	Storia Montagne Fortificazioni "Riccardo D'Epifanio"
ONTAM	Operatore Nazionale TAM
ORTAM	Operatore Regionale TAM
OSTAM	Operatore Sezionale TAM
TAM	Tutela Ambiente Montano

Gennaio

14 gennaio Monte Santa Croce m.518 (Appennino Ligure)

Difficoltà E Dislivello 600 m Tempo 5 ore

Direttori escursione: *Toscano, Bruzzo, Nieddu*

21 gennaio Anello del Redentore (Appennino Ligure)

Difficoltà E Dislivello 500 m Tempo 5 ore

Direttori escursione: *Rigamonti, Ene, Braggio, Lanna*

28 gennaio SMF Forti Richelieu e Ratti, Torre Quezzi

Difficoltà E Dislivello 500 m Tempo 5 ore

Direttori escursione: *Giacobbe, Casu*

Febbraio

4 febbraio Ciaspolata, località da definire in base all'innevamento

Difficoltà EAI Dislivello da definire Tempo da definire

Direttori escursione: *Nieddu, Bruzzo, Giacobbe*

17-18 febbraio Escursione fotografica intersezionale nel

Ponente Ligure (Appennino Ligure)

Difficoltà E Dislivello da definire Tempo da definire

Direttori escursione: *Lanna, Talon, Vinci, Mascherpa*

18 febbraio Sentieri conosciuti e non sul M. di Portofino

(Appennino Ligure)

Difficoltà EE Dislivello 600 m Tempo 6 ore

Direttori escursione: *Nieddu, Bruzzo*

25 febbraio Eventuale recupero o attività della Commissione

Escursionismo

Marzo

3 marzo Anello di Albenga, Monte Bignone m.520 (App. Ligure)

Difficoltà E Dislivello 600 m Tempo 5 ore

Direttori escursione: *Rigamonti, Ene, Braggio, Vinci*

10 marzo Costa Lavezzara 1091 m (Appennino Ligure)

Difficoltà E Dislivello 320 Tempo 3 ore

Direttori escursione: *Aldinucci, Bordo, Marengo, Montobbio*

17 marzo Monte Reixa 1183 m (Appennino Ligure)
Difficoltà E/EE Dislivello 1290 m Tempo 8 ore
Direttori escursione: *Ene, Lanna, Rigamonti, Vinci*

24 marzo Monte Mongioie 2630 m (Val Tanaro)
Difficoltà F/EAI Dislivello 1400 m Tempo 8 ore
Direttori escursione: *Achelli, Taccola*

Aprile

7 aprile Anello di Monesteroli da Campiglia (Appennino Ligure)
Difficoltà E Dislivello 600 m Tempo 5 ore
Direttori escursione: *Nieddu, Bruzzo*

14 aprile Monte Crociglia 1578 m e Monte Carevolo 1552 m
(Alta Val Nure)
Difficoltà E Dislivello 500 m Tempo 5 ore
Direttori escursione: *Campomenosi, Cella, Giacobbe*

21 Aprile Messa per i Caduti in Montagna, organizzata da CAI
Arenzano
Difficoltà E Dislivello da definire Tempo da definire
Direttori escursione: *Nieddu, Rollerì*

25 aprile Monte Antola 1597 m, Prendi un tricolore e vieni in vetta
(App.Ligure)
Difficoltà E Dislivello 650 m Tempo 6 ore
Direttori escursione: *Achelli, Braggio, Giacobbe*

28 aprile AVML tappa 15-Colle Melogno 1208 m - Giogo
Giustenice (Alpi Liguri)
Difficoltà E Dislivello 250 m Tempo 6 ore
Direttori escursione: *Nieddu, Bruzzo, Parodi*

Maggio

4-5 maggio Monte Marguareis 2651 m (Alpi Liguri), Canale dei
Genovesi
Difficoltà PD/F/EAI Dislivello 900 e 800 m Tempo 3 e 8 ore
Direttori escursione: *Achelli, Bertola*

5 maggio Da Riomaggiore a Portovenere (Appennino Ligure)
Difficoltà E Dislivello 650 m Tempo 5.30 ore
Direttori escursione: *Aldinucci, Bordo, Marengo, Montobbio*

12 maggio Traversata Casella/Crocetta d'Orero - Genova
(Appennino Ligure)
Difficoltà E Dislivello da definire Tempo da definire
Direttori escursione: *Belfiore, Nieddu*

19 maggio Eventuale recupero o attività della Commissione
Escursionismo

26 maggio Ferrata degli Artisti (Appennino Ligure)
Difficoltà EEA Dislivello 670 m Tempo 6 ore
Direttori escursione: *Solari, Quolantoni, Toscano*

Giugno

8-9 giugno Anello del Mongioie (Val Tanaro)
Difficoltà E/EE Dislivello 300 e 1100 m Tempo 1.30 e 7 ore
Direttori escursione: *Nieddu, Toscano, Mazzarello*

15-16 giugno Cima della Maledia 3061 m (Alpi Marittime)
Difficoltà PD / EAI Dislivello 1400 +400 m Tempo 5 e 8 ore
Direttori escursione: *Achelli, Bertola, Marongiu*

16 giugno Anello Monte Dubasso 1538 m ed Armetta 1739 m
(Alpi Liguri)
Difficoltà E Dislivello 800 m Tempo 6 ore
Direttori escursione: *Rolleri, Nieddu*

30 giugno Colle di Finestra 2495 m (Val Gesso)
Difficoltà E /EE Dislivello 1300 m Tempo 6 ore
Direttori escursione: *Mazzarello, Toscano, Nieddu*

Luglio

12-15 luglio Giro delle Odle (Dolomiti)
Difficoltà T/E/EE Dislivello 500/600 m Tempo 6-7 ore
Direttore escursione: *Nieddu, Toscano, Quolantoni*

28 luglio Tour della Meja (Valle Maira) Sentiero Gino Gertosio da Grange Selvest 4 colli Margheria, Ancoccia, Mulo, Vallette
Difficoltà EE Dislivello 1050 m Tempo 7 ore
Direttori escursione: *Taccola, Solari, Marongiu*

Agosto

31 agosto - 1 settembre Cima Sud Argentera 3297 m (Alpi Marittime)
Difficoltà F/PD Dislivello 700 m e 800 m Tempo 3 e 8 ore
Direttori escursione: *Achelli, Bertola, Marongiu*

Settembre

7-8 settembre Monte Chaberton 3131 m (Alta Val Susa)
Difficoltà EEA/EE Dislivello 1400 m Tempo 8 ore
Direttori escursione: *Isola, Bertola, Giacobbe*

15 settembre Intersezionale LPV, organizzata da CAI Mondovì
Difficoltà E Dislivello da definire Tempo da definire
Direttori escursione: *Nieddu*

15 settembre Colle dell'Arolla 2890 m da Lillaz Anello dei Valloni di Valleille e Bardoney
Difficoltà EE Dislivello 1320 m Tempo 7 ore
Direttori escursione: *Taccola, Solari, Marongiu*

22 settembre Anello Laghi del Boden 2348 m (Val Formazza)
Difficoltà E Dislivello 650 m Tempo 5 ore
Direttori escursione: *Casu, Giacobbe*

22 settembre Ferrata Bec della Valletta 1470 m (Valle Vermentagna)
Difficoltà EEA Dislivello 400 m Tempo 4.30 ore
Direttori escursione: *Nieddu, Braggio, Toscano, Mazzarello*

29 settembre Testa Rognosa della Guercia 2693 m (Alpi Marittime)
Difficoltà EE Dislivello 1330 m Tempo 7 ore
Direttori escursione: *Taccola, Solari, Marongiu*

Ottobre

6 ottobre Val Pellice, lungo il Vallo Alpino
Difficoltà E Dislivello da definire Tempo da definire
Direttori escursione: *Campomenosi, Cella, Giacobbe*

12-22 ottobre Cammino dei Pescatori (Portogallo)

Sette tappe:

1 Porto Covo- Vila Nova

2 Vila Nova- Almogrove

3 Almogrove-Zambujeira

4 Zambujeira -Odeceixe

5 Odeceixe- Arrifana

6 Carrapateira- Vila do Bispo

7 Vila do Bispo- Cavo de Sao Vincente

Difficoltà E Dislivello da definire Tempo da definire

Direttori escursione: *Braggio, Nieddu, Mion, Todde*

13 ottobre Pizzo d'Ormea 2476 m (Alpi Liguri, Val Tanaro)

Diff. E/EE - Dislivello 1200 m Tempo 5 ore salita

Direttori di escursione: *Toscano, Bruzzo*

20 ottobre Anello del Liociornio e Monte Ramaceto (Val d'Aveto)

Difficoltà E Dislivello 500 m Tempo 5 ore

Direttori escursione: *Cella, Giacobbe, Campomenosi,*

27 ottobre Riomaggiore-Santuario Monte Nero-Volastra-Manarola (Appennino Ligure)

Difficoltà E Dislivello 400 m Tempo 5 ore

Direttori escursione: *Callà, Nieddu, Bruzzo*

Novembre

3 novembre Anello di Celle e Sanda (Appennino Ligure)

Difficoltà E Dislivello da definire Tempo 5 ore

Direttori escursione: *Vinci, Lanna, Rigamonti*

10 novembre Anello Ceriale, Peagna, Monte Acuto, Monte Croce, Ceriale (Appennino Ligure)

Difficoltà E Dislivello 800 m Tempo 6 ore

Direttori escursione: *Bertola, Campomenosi, Isola*

17 novembre Recupero o altra attività della Comm. Escursionismo

Dicembre

1 dicembre Acquedotto Storico Genovese (Appennino Ligure)

Difficoltà E Dislivello 500 m Tempo 5 ore

Direttori escursione: *Nieddu, Bruzzo*

8 dicembre Escursionismo Urbano, via Postumia da Certosa a Sestri Ponente

Diff. T/E Dislivello da definire Tempo da definire

Direttori escursione: *Nieddu, Belfiore*

22 dicembre Bicchierata in vetta, meta da definire

Difficoltà E Dislivello da definire Tempo da definire

Direttore escursione: *Achelli*



Sentiero Glaciologico L. Marson Ghiacciaio Fellaria 2585 m, Valmalenco

escursione del 17/18 settembre 2022

foto P. Lanna

Regolamento ad uso dei partecipanti alle escursioni sociali
(<https://www.cailiguregenova.it/pag/escursionismo-e-gite-sociali/>)

PROGRAMMA ANNUALE La Commissione Escursionismo della Sezione Ligure del CAI predispone un programma annuale di uscite collettive in montagna, di difficoltà compresa tra l'escursionismo (difficoltà T, E, EE, EAI, EEA) e l'alpinismo facile, ciascuna organizzata e condotta da due o più dei suoi componenti.

EVENTUALI MODIFICHE al calendario saranno pubblicate sul sito della sezione e comunicate in segreteria.

AMMISSIONE ALLE ESCURSIONI SOCIALI Sono ammessi a partecipare i **soci del CAI e di altre associazioni aderenti all'UIAA**, di ambo i sessi, di età superiore a 16 anni, **in regola con il pagamento della quota sociale**. Ai soci della Sezione Ligure ed in subordine ai soci delle sue Sottosezioni è riservata la priorità di iscrizione. Si consiglia fortemente la presenza alla riunione di gita del giovedì.

IDONEITA' FISICA A discrezione del direttore di escursione, tenuto conto della difficoltà dell'escursione, dell'età del partecipante o di altri elementi rilevanti, può essere richiesta certificazione scritta di idoneità fisica ad attività sportiva non agonistica. Per uscite che raggiungano quote superiori ai m. 3000 o con dislivelli superiori ai 1000 metri, il direttore di escursione può disporre verifiche più accurate in tal senso.

LIMITAZIONI ALLA PARTECIPAZIONE Per motivi di logistica e/o sicurezza potranno essere fissati limiti minimi o massimi al numero di partecipanti. I partecipanti ad uscite classificate T ed E non sono soggetti a limitazioni o verifiche di carattere tecnico, ma verrà tenuto conto del loro grado di allenamento. Le uscite classificate EE, EAI, EEA **possono essere limitate** a quei soci la cui specifica idoneità risulta dalla proficua partecipazione ai **corsi organizzati e condotti secondo le specifiche normative del CAI**. Sarà tuttavia **facoltà del Direttore di escursione** ammettere i soci che ritenga affidabili pur non avendo frequentato i suddetti corsi. E' altresì facoltà del Direttore di escursione rifiutare l'iscrizione di un socio che, a suo insindacabile giudizio, non sia ritenuto idoneo a partecipare all'escursione. Fermo restando il diritto del Direttore di escursione di valutare l'idoneità del socio alla partecipazione all'escursione sociale, si precisa che il partecipante all'escursione

deve informarsi preventivamente sulle caratteristiche e sulle difficoltà dell'escursione alla quale intende partecipare e valutare personalmente se tali difficoltà sono compatibili con il suo grado di allenamento e preparazione tecnica. I minori di 18 anni possono partecipare solo se accompagnati o muniti di autorizzazione tutoria.

NORME COMPORTAMENTALI Ogni partecipante è **tenuto** ad osservare tutte le disposizioni impartite dall'organizzazione ed in particolare dal **Direttore di escursione**; non può allontanarsi dal gruppo del quale fa parte senza darne avviso all'accompagnatore, specificando temporaneità e motivo.

ATTREZZATURA MINIMA E OBBLIGATORIA Per partecipare alle uscite classificate EAI è obbligatorio l'uso dell'ARTVA, pala e sonda come da direttive dello SVI del CAI. I partecipanti all'escursione debbono essere provvisti di adatte calzature (basilare la pedula da trekking), di giacca a vento, razionale sacco da montagna, e comunque, di equipaggiamento consono al tipo di escursione programmata. Al neo socio, alle prime esperienze, potrà essere richiesto di esibire preventivamente il suo equipaggiamento al Direttore di escursione che, in caso di non conformità, potrà rifiutare l'iscrizione. I partecipanti alle uscite EE, EAI, EEA devono possedere personalmente scarponi idonei alla progressione su terreno anche innevato ed ogni altro attrezzo utile e necessario per il buon esito dell'uscita e che sarà indicato di volta in volta. In caso di carenze significative potrà essere rifiutata l'iscrizione. Il partecipante all'escursione è tenuto a verificare personalmente e sotto la propria esclusiva responsabilità l'idoneità ed il buono stato manutentivo dell'equipaggiamento individuale e della propria attrezzatura. Relativamente all'attrezzatura per la progressione (es. ramponi, set da ferrata, ecc... il partecipante all'escursione è tenuto a conoscerne le corrette modalità di utilizzo. Per le uscite classificate EEA (sentieri attrezzati/vie ferrate), è obbligatorio l'uso di materiali adeguati e dotati dell'omologazione richiesta secondo le norme previste dal CAI Centrale.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE Ogni escursione o attività di ciclo escursionismo prevede una quota di partecipazione di **euro 1,00** a copertura delle spese organizzative.

1 La caparra dev'essere tassativamente versata entro i termini e nell'importo indicati nella scheda.

2 Il mancato versamento della caparra comporta la mancata prenotazione del rifugio o albergo.

3 Il versamento della caparra viene richiesto dal rifugio od albergo con congruo anticipo quale conferma della prenotazione e **non viene quindi restituita in caso di mancata partecipazione**. Tuttavia, se al socio rinunciatario subentra un altro socio, la caparra passa a quest'ultimo senza perdita economica per il primo. Il socio che subentra deve comunque essere accettato dal direttore di escursione.

COPERTURA ASSICURATIVA Per ogni informazione relativa alla copertura assicurativa, si seguono le normative previste dal Cai Centrale.



Sul Sentiero Glaciologico L. Marson Ghiacciaio Fellaria 2585 m, Valmalenco escursione del 17/18 settembre 2022 foto P. Lanna



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione Ligure Genova

Galleria Mazzini 7/3 – 16121 Genova
Tel. 010/592122 – Fax 010/8601815

Orari Segreteria: martedì-venerdì 17-19, giovedì anche 21-22.30

Sito web della Sezione <https://www.cailiguregenova.it>

E-mail della Sezione segreteria@cailiguregenova.it

Sito web Escursionismo <https://escligure.blogspot.it>

E-mail Escursionismo gite@cailiguregenova.it

Il costo per la stampa di questo programma è stato parzialmente coperto dai contributi dei partecipanti alle escursioni sociali, ai quali va il sentito ringraziamento della Commissione Escursionismo.