



Barga 21 febbraio 2020

Club Alpino Italiano
Sezione di Barga "Val di Serchio"
via di Mezzo, 49 - 55051 Barga - LU
www.caibarga.it - info@caibarga.it

Ai Soci

OGGETTO: Convocazione ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI della sezione C.A.I.
"Val di Serchio" di Barga, conformemente agli articoli 14 e 15, comma 1, del regolamento.
Elezioni per il rinnovo delle Cariche Sociali

L'Assemblea Ordinaria dei Soci della Sezione è convocata per Giovedì 19 Marzo alle ore 13,00 in prima convocazione e per **VENERDI' 20 MARZO alle ore 21,15** in seconda convocazione, presso la Sede della sezione, Barga via di Mezzo, 49 (o nelle antistanti Stanze della Memoria).

Ordine del giorno:

- Nomina del Presidente e del Segretario **dell'Assemblea**
- Relazione del Presidente sull'attività svolta nel 2019
- Bilancio consuntivo anno 2019
- Quote Sociali per l'anno 2020
- Bilancio di Previsione per l'anno 2020
- Incarico per la Commissione Elettorale (tre Soci), che seguirà le Votazioni di rinnovo cariche sociali
- Varie ed eventuali

Conformemente al Regolamento dell'Associazione sono ammessi all'Assemblea tutti i Soci in regola con il pagamento delle Quote Sociali 2020, i Soci Giovani senza diritto di voto.

Non sono ammesse deleghe.

LE ELEZIONI PER IL RINNOVO DEL CONSIGLIO DIRETTIVO E DEL COLLEGIO DEI REVISORI DEI CONTI, si terranno presso la Sede Sociale nei giorni:

VENERDI' 20 MARZO 2020 al termine dell'Assemblea
SABATO 21 MARZO 2020 dalle ore 15,00 alle ore 17,00.

Possono partecipare alle votazioni tutti i **Soci Maggiorenni in regola con il pagamento della quota Sociale per l'anno 2020** (è possibile ritirare il bollino prima della votazione).

La Commissione Elettorale verificherà l'idoneità dei votanti. **NON sono ammesse deleghe.**

Possono essere votati tutti i Soci maggiorenni con **ALMENO due anni** di anzianità di Associazione CAI (non solo nella sezione) (restano quindi esclusi tutti i Soci Giovani, e tutti i neo-associati dall'anno 2019).

Ogni votante potrà esprimere un massimo di **5** preferenze per il rinnovo del Consiglio Direttivo e di **2** preferenze per il rinnovo del Collegio dei Revisori. (Presente in sezione l'elenco dei Soci eleggibili).

Si ricorda di riportare sulla scheda sia il **Cognome** che il **Nome** del candidato votato.

Data la presenza fra gli eleggibili di **omonimi** (Bianchi Luca, uno abitante a Barga ed uno a Fornaci, si ritiene opportuna una ulteriore specificazione, appunto Barga o Fornaci; vicino al nome, pena l'annullamento del voto).

NOTA: cogliamo l'occasione per invitare alcuni Soci a rendersi disponibili per eventuali incarichi, nel Direttivo o nei Revisori, si potranno così evitare inutili dispersioni di voti verso chi, poi, non vorrà accettare. Grazie

Cordiali saluti

C.A.I. Sezione di Barga "Val di Serchio"
Il presidente
Pierangelo Carzoli
Pierangelo Carzoli



Club Alpino Italiano



le sezioni di:

B A R G A e CASTELNUOVO GARFAGNANA

in collaborazione con:

Fridays for future - GrIG Onlus - Assemblée Permanente Carrara - TAM CAI - Associazione A. Benetti Massa - La Pietra Vivente



I N V I T A N O **alla proiezione del video**

CAVE CAVEM

di ALBERTO GROSSI

AULA MAGNA ISTITUTO SUPERIORE DI ISTRUZIONE

B A R G A - VIA DELL'ACQUEDOTTO 18

VENERDI' 13 MARZO 2020 ore 21,15 - INGRESSO LIBERO



con il patrocinio dei Comuni di Barga e Castelnuovo Garfagnana





***Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera
C.A.I. Lucca***



Corso di Alpinismo di base A1-2020

Integrazione al consenso informato

CognomeNome.....

Ad integrazione del consenso da me prestato al momento dell'iscrizione dichiaro e confermo che durante le prime lezioni teoriche del corso ci sono state fornite le seguenti ulteriori conoscenze e "competenze". Dichiaro e confermo che al momento dell'iscrizione preliminarmente alla firma della presente domanda:

1. sono stato reso compiutamente edotto che l'attività alpinistica/scialpinistica presenta rischi ineliminabili, che la sicurezza totale non esiste, pertanto con l'iscrizione al corso vi è una quota parte di rischio che rimane a mio carico e che confermo di accettare
2. che, fermo restando il dovere di protezione a carico degli istruttori, sussiste a mio carico analogo e corrispondente dovere di subordinazione, di attenzione, di informazione, di cooperazione coerentemente con il principio di auto responsabilità e con il dovere di solidarietà sociale di cui all'art. 2 della Costituzione
3. che, sussiste a mio carico un obbligo di corretta informazione poiché è sulla base di quanto da me riferito che la domanda di iscrizione viene accolta e avviene il conseguente inquadramento di livello; a tale riguardo confermo che le informazioni da me fornite sulle mie precedenti esperienze e conoscenze, sulle mie condizioni psicofisiche sono veritiere e che nulla ho taciuto di quanto dovrebbe essere a conoscenza degli organizzatori e degli istruttori.

Data

Firma



Club Alpino Italiano

Sezione di Barga 'Val di Serchio'

Via di Mezzo, 49 Barga (LU) 55051 e-mail info@caibarga.it



Casalino – m.te Cusna e ritorno **Domenica 23 febbraio 2020**

Descrizione itinerario:

Il Monte Cusna con i suoi 2120 m. di quota è la vetta più alta dell'Appennino Reggiano.

Con auto proprie si raggiunge la frazione di Casalino (948 m) nel comune di Ligonchio (RE) da cui dista 4 km ca. Seguendo il sentiero CAI 625, che parte dal paese, si entra nel bosco e lo si risale fino a raggiungere l'altopiano dei Prati di Sara (1610 m) sulle

pendici del Monte Bagioletto da dove si può ammirare una bella vista dell'appennino reggiano. Si continua sempre sul sentiero 625 puntando alla ben visibile cresta Nord del Cusna. Raggiunto l'avvallamento alla base della cresta, si inizia a risalire, tenendosi lungo il filo, superando alcuni tratti ripidi fino a raggiungere la vetta del Cusna, sormontata da una grande croce metallica (ore 4-5 secondo condizioni neve). Se la giornata è favorevole dalla cima è possibile ammirare un panorama vastissimo. Per il rientro a Casalino si percorre a ritroso lo stesso itinerario.

NOTE:
Per il dislivello e la lunghezza dell'itinerario proposto agli iscritti si richiede buon allenamento, conoscenza e padronanza di movimento con piccozza e ramponi. Ai fini del buon esito della gita tutti i partecipanti sono tenuti a rispettare qualsiasi disposizione che gli organizzatori riterranno opportuno dare.
All'atto dell'iscrizione verrà richiesto di lasciare un recapito telefonico per eventuali comunicazioni.

La gita verrà effettuata solo con condizioni meteo buone	
Informazioni organizzative	
Ritrovo	Piazza Stazione Mologno
Orario ritrovo	6:00
Orario partenza	6:15
Orario rientro previsto	Tardo pomeriggio/sera
Viaggio	Tramite auto proprie
Termine iscrizione Max	Entro Venerdì 21 Febbraio
Pranzo	Al sacco
Classificazione	EAI
Dislivello (positivo)	Circa 1200 m.
Tempo di percorrenza	8/9 ore
Quota di partecipazione per soci CAI	0
Quota di partecipazione per non soci CAI comprensiva di assicurazione	€ 10
Equipaggiamento obbligatorio	Scarponi invernali, ramponi, ghette, piccozza, ciaspole (*), lampada frontale, guanti e copricapo di riserva, abbigliamento invernale.
Note aggiuntive	(*) Per quanto riguarda l'uso o meno delle ciaspole verrà deciso prima della gita in base allo stato d'innevamento e relative condizioni

Info/Iscrizioni:
-Italo Equi.....: 347 974 6495
-Giovanni Fazzi: 335 725 5763
-Paolo Farsetti : 329 024 3759
-Sede sez.CAI Barga aperta il venerdì ore 21:00/22:30
-e-mail info@caibarga.it



***Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera
C.A.I. Lucca***



Corso di Alpinismo A1-2020

FOTOTESSERA

DOMANDA D'ISCRIZIONE N°....

Il/la sottoscritto/a

nato/a il a

residente in via

n°..... CAPlocalità

prov..... tel. fisso n° mobile n°

e-mail

anno di iscrizione al CAI sezione di

RICHIEDE

di essere ammesso a partecipare al corso di Alpinismo A1 2020 organizzato
dalla Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera del
CAI Sezione di Lucca.

DICHIARA

- di accettare il regolamento generale delle Scuole di Alpinismo, Sci-alpinismo ed Arrampicata Libera del C.A.I.
- di accettare il programma e il regolamento del corso.



***Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera
C.A.I. Lucca***



Con la presente inoltre

AUTORIZZA

A titolo gratuito, senza limiti di tempo, anche ai sensi degli artt. 10 e 320 cod.civ. e degli artt. 96 e 97 legge 22.4.1941, n. 633, Legge sul diritto d'autore, alla pubblicazione e/o diffusione in qualsiasi forma delle proprie immagini sul sito internet, su carta stampata e/o su qualsiasi altro mezzo di diffusione, nonché autorizza la conservazione delle immagini stesse negli archivi informatici e prende atto che le finalità di tali pubblicazioni sono meramente di carattere pubblicitario e promozionale in ambito sportivo. La presente liberatoria/autorizzazione potrà essere revocata in ogni tempo con comunicazione scritta da inviare via posta comune o email.

Firma

Informativa per la pubblicazione dei dati

Informativa ai sensi dell'art. 13 del D. Lgs. n. 196/2003. Si informa che il trattamento dei dati personali, conferiti con la presente liberatoria saranno trattati con modalità cartacee e telematiche nel rispetto della vigente normativa e dei principi di correttezza, liceità, trasparenza e riservatezza; in tale ottica i dati forniti, ivi incluso il ritratto contenuto nelle fotografie suindicate, verranno utilizzati per le finalità strettamente connesse e strumentali alle attività come indicate nella su estesa liberatoria. Il conferimento del consenso al trattamento dei dati personali è facoltativo. In qualsiasi momento è possibile esercitare tutti i diritti indicati dall'articolo 7 del D. Lgs. n. 196/2003, in particolare la cancellazione, la rettifica o l'integrazione dei dati. Tali diritti potranno essere esercitati inviando comunicazione scritta.

presto il consenso []

nego il consenso []

Lucca , li

Firma del candidato



SCUOLA ALPINISMO SCIALPINISMO ARRAMPICATA LIBERA CAI LUCCA



CORSO DI ALPINISMO BASE – A1

CARATTERISTICHE DEL CORSO E REQUISITI DEI PARTECIPANTI

Il corso A1 è un corso di livello base rivolto a principianti, ossia a tutti coloro che per la prima volta affrontano la montagna per praticare attività alpinistica. I partecipanti quindi non hanno in genere esperienza alpinistica di montagna né estiva né invernale e possono provenire dall'escursionismo.

Il corso prevede l'insegnamento, attraverso lezioni sia teoriche che pratiche ed uscite sul terreno, delle nozioni e tecniche fondamentali per poter svolgere con ragionevole sicurezza le seguenti attività: arrampicata su roccia di II e III con eventuali passaggi di IV grado UIAA, frequentazione di pendii ripidi innevati, attraversamento di ghiacciai oppure di tratti su neve compatta, salite in alta montagna lungo vie normali di roccia e terreno misto con difficoltà medio/basse, realizzazione di semplici manovre di autosoccorso.

COSTO € 280.00 Compresivo di kit moschettoni cordini.
Escluso viaggi e pernottamenti

Le lezioni teorico pratiche si svolgeranno nella sede di via Bichi
Le uscite su roccia verranno effettuate sulle Apuane mentre le uscite su neve/ghiaccio sulle alpi in un fine settimana lungo di 4gg,
Possibilità di noleggio attrezzatura presso la scuola .

Presentazione corso 28/02/2020 ore 21.00 SEDE VIA BICHI, 18

**SCUOLA CAI
LUCCA
SEDE SEZ.
VIA BICHI N 18**

PER INFO

**DIRETTORE CORSO
CARDELLA CARLO
Tel.:3284570659**

**ITALO EQUI
Tel:3479746495
DEL FRATE PIETRO
tel:3483940050**

E-mail:

corsoalpinismoA1@gmail.com



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI BARGA – "VAL DI SERCHIO"

Via di Mezzo, 49 Barga (LU) 55051 e-mail info@caibarga.it
Aperti il venerdì dalle 21.00 alle 22.30



VALICO SOTTO - MONTAPRATO - VALICO SOTTO

DOMENICA 4 OTTOBRE 2020

Descrizione itinerario:

Ritrovo ore 07,45 piazza 4 novembre Fornaci di Barga

Con mezzi propri raggiungiamo Vallico Sotto m.474 , circa mezz'ora di auto. Lasciate le auto ci dirigiamo lungo la strada per Vallico Sopra, ma arrivati al tornante tiriamo dritto per una strada in salita che per circa due km. È asfaltata e serve alcune attività agrituristiche . Arriviamo a Col Buglioni mt. 730 h.1,10 dove si trova un bel castagneto , ora la strada è sterrata e con varie giravolte attraversando vasti boschi di castagno arriviamo a Foce Pompanella mt.944 h.1,00, da qui iniziamo a salire il Montaprato lungo tracce di sentiero seguendo quasi sempre lo spartiacque ; detto monte è formato da ben 5 colli di cui il più alto è la cima con i suoi 1188mt. Che raggiungiamo in circa h.1,10 da Foce Pompanella.

Dalla cima seguendo la cresta scendiamo in una bella faggeta a Foce Palodina mt1083 h.0,45 da qui raggiungeremo la vetta del monte Palodina mt.1170 h.015; con un meraviglioso panorama consumeremo il pranzo al sacco .

Ripartiti scenderemo a San Luigi mt. 870 h.0.45 seguendo un sentiero sul versante EST del monte che sbocca proprio dove è una bella fonte .

Da San Luigi seguiamo il sentiero CAI 111 che ,prima per strada poi con una vecchia mulattiera ci porta a Vallico Sopra mt.652 h.0.40 ; qui ci fermeremo per prendere un caffè o una fetta di torta presso il bar Il Canapale.

Ripartiamo attraversando il caratteristico paese e seguendo una bella mulattiera scendiamo a Vallico Sotto mt.474.h. 0,30 da dove siamo partiti la mattina.

Tempo di percorrenza circa h.6.15

Dislivello 900/ mt circa.

La gita non presenta difficoltà particolari ,ma chi vuole partecipare deve essere in buone condizioni fisiche vista la lunghezza e il dislivello.

Per i non soci che volessero partecipare è necessario iscriversi entro venerdì 02 10 e versare la somma di 6 euro per fini assicurativi venendo in sede CAI o telefonando al direttore di gita Pierangelo Carzoli tel.3331658146

Importante: visto il protrarsi dell'emergenza causa covid19 si può partecipare a questa escursione solo se ogni aderente è in buona salute ,ossia non presenta sintomi riconducibili al covid19:febbre , tosse-malessere generale anche nei giorni precedenti ,ogni partecipante deve avere con se almeno 2 mascherine e un flacone di gel disinfettante , durante la gita è obbligatorio indossare la mascherina quando ci si trova a meno di 2 metri da un'altra persona . Al mattino in fase di ritrovo verrà consegnata ad ogni partecipante un'autocertificazione da compilare

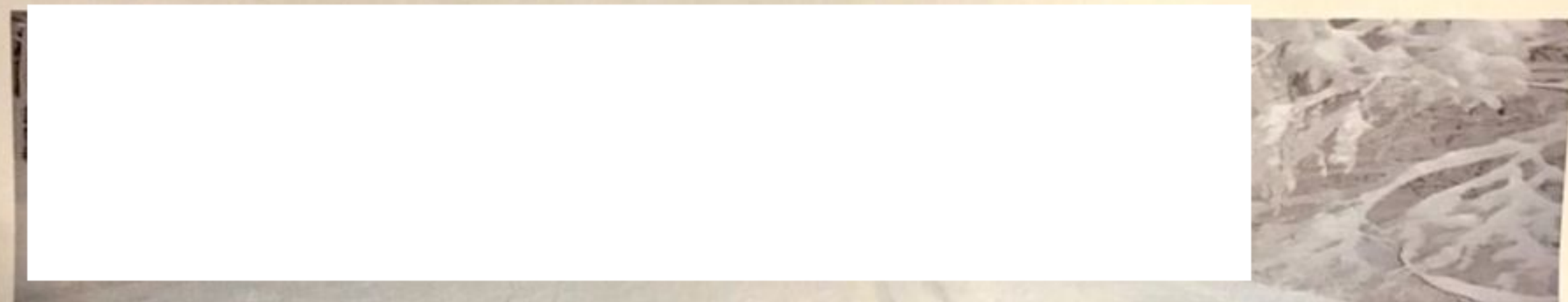


CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI BARGA – “VAL DI SERCHIO”

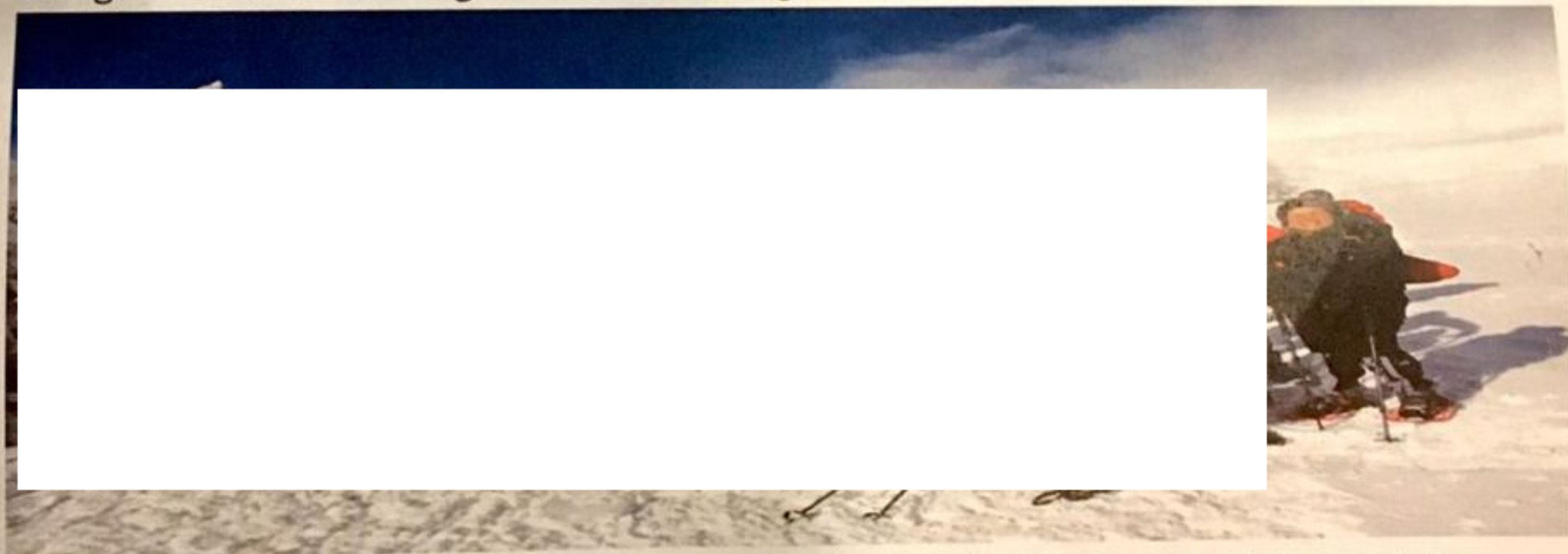
GIORNATA SULLA NEVE - 02 FEBBRAIO 2020

Domenica mattina ore 08:15 ritrovo stazione Mologno, partenza ore 08:30, con auto proprie, destinazione Passo delle Radici m. 1.529 (arrivo alle ore 09:15 ca.).

A seconda delle adesioni si potranno creare due gruppi: un gruppo per lo Sci di fondo, sulle piste del comprensorio Radici, Boscoreale, con pranzo libero.



Un gruppo con ciaspole, per un giro ad anello: San Pellegrino-Sentiero 00-Rifugio Burigone. Pranzo al Burigone o a San Pellegrino.



Percorso facile, equipaggiamento invernale. Possibilità di noleggiare l'attrezzatura Ciaspole presso la sede CAI Barga, od anche in loco.

Costo partecipazione **non Soci** 10€ comprensivo di assicurazione infortuni.

Adesione entro il 31 Gennaio. I non soci dovranno fornire i dati anagrafici per l'attivazione dell'assicurazione CAI.

Direttori: Girolami Remo 3491394767 - Mazzanti Luigi 3409771558



**Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera
C.A.I. Lucca**



Corso di Alpinismo AI-2020 Programma

Lezioni Teoriche	
Data	Argomento
26 Febbraio	Presentazione Corso – Chiusura iscrizioni
06 Marzo	Apertura del corso. Pericoli in Montagna – Verifica dei materiali e delle attrezzature individuali.
13 Marzo	Nodi - Metodi di legatura per la progressione.
17 Marzo	Soste - Tecniche di assicurazione.
27 Marzo	Soste – Nodi – La discesa in corda doppia.
03 Aprile	Catena dinamica di assicurazione.
07 Aprile	Tutela dell'ambiente alpino e/o montano.
17 Aprile	Primi passi su neve e ghiaccio – Utilizzo di piccozza e ramponi.
24 Aprile	Crtografia e orientamento.
28 Aprile	Basic Life Support – Primo soccorso – Fisiologia Alimentazione Allenamento.
08 Maggio	Nivologia – La neve – Le Valanghe.
15 Maggio	Preparazione e conduzione di un'uscita.
22 Maggio	Ordinamento del CAI – Storia el Cai e delle principali spedizioni del CAI.
26 Maggio	Ripasso delle manovre – Verifica materiali in vista dell'uscita finale.
29 Maggio	Storia dell'alpinismo (si terrà in Rifugio in occasione dell'uscita finale)
Lezioni Pratiche in Ambiente	
22 Marzo	Falesia di Monsummano Terme – Approccio all'arrampicata.
29 Marzo	Vericia (Pania Secca) - Corde fisse – Discesa in corda doppia,
05 Aprile	Apuane – Salita su Cresta.
19 Aprile	Appennino – Cima dell'Omo – Passi su neve.
3 Maggio	Apuane – Piccolo Procinto – Traversata dei Bimbi.
28-31 Maggio	Alpi – Ghiacciaio dei Forni – Rif.Branca – Manovre e progressione su ghiacciaio.
10 Giugno	Apuane – Cresta Kara – Cena di Fine Corso.

Le date delle uscite in ambiente sono indicative e possono subire variazioni in base al meteo ed alle condizioni del manto nevoso.

La data dell'uscita sulle Alpi è indicativa. Si svolgerà comunque nel periodo fine Maggio / Giugno.



Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera C.A.I. Lucca



Corso di Alpinismo di base A1 2020

Il corso A1 è un corso di livello base rivolto a principianti, ossia a tutti coloro che per la prima volta affrontano la montagna per praticare attività alpinistica. I partecipanti quindi non hanno in genere esperienza alpinistica di montagna né estiva né invernale e possono provenire dall'escursionismo.

Il corso prevede l'insegnamento, attraverso lezioni sia teoriche che pratiche ed uscite sul terreno, delle nozioni e tecniche fondamentali per poter svolgere con ragionevole sicurezza le seguenti attività: arrampicata su roccia di II e III con eventuali passaggi di IV grado UIAA, frequentazione di pendii ripidi innevati, attraversamento di ghiacciai oppure di tratti su neve compatta, salite in alta montagna lungo vie normali di roccia e terreno misto con difficoltà medio/basse, realizzazione di semplici manovre di autosoccorso..

REGOLAMENTO

1. Il corso è rivolto a soci CAI in regola con l'iscrizione per l'anno 2020 che abbiano compiuto 18 anni alla data di inizio del corso. **Sono disponibili 14 posti.** La tessera di iscrizione dovrà essere esibita obbligatoriamente al momento della prima lezione. **I non soci devono tassativamente iscriversi per poter partecipare al corso.**

2. Il corso è diviso in due moduli: il primo, che si svolgerà sulle Apuane, sarà dedicato prevalentemente al movimento su roccia e alle tecniche di progressione su cresta e parete; mentre nel secondo si curerà la progressione su neve/ghiaccio in ambiente di alta montagna. Saranno altresì affrontati argomenti quale l'autosoccorso della cordata, l'ordinamento del CAI, la storia dell'Alpinismo.



***Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera
C.A.I. Lucca***



3. Per iscriversi al corso è necessario compilare il questionario **ONLINE** che si trova trova all'indirizzo indicato sul sito della scuola e/o della sezione , successivamente si dovrà scaricare e stampare la Domanda di Iscrizione , compilarla in modo chiaro e leggibile, firmarla e consegnarla unitamente ad una fototessera in occasione della serata di presentazione del corso , che si terrà il

28 Febbraio 2020 alle ore 21:00

presso la sede operativa del CAI di Lucca in Via dei Bichi 18

in via eccezionale è possibile inviare la documentazione anche per email all'indirizzo corsoalpinismoA1@gmail.com , l'invio deve avvenire entro le ore 20:00 del 27 Febbraio 2020. Si prega di fornire un indirizzo email valido in quanto tutte le comunicazioni avverranno esclusivamente per email.

4. L'ammissione al corso avverrà sulla base della valutazione del questionario informativo da parte del direttivo del corso. Il giudizio del direttivo è definitivo e insindacabile. L'esito della domanda sarà comunicato agli interessati , a mezzo email , entro le ore 20:00 del 04/03/2020 .

5. Coloro che intendono frequentare questo corso devono avere una preparazione fisica che gli permetta di affrontare un'intera giornata di cammino e arrampicata. .

6. La quota di iscrizione al corso è fissata in **euro 280,00** e deve essere così versata : € 140,00 in occasione della prima lezione ed € 140,00 in occasione della terza lezione , pena l'esclusione dal corso

7. La quota di iscrizione dà diritto alla frequentazione del corso, alla fornitura di materiale didattico.

8. Ogni partecipante dovrà essere munito di scarponi da ghiaccio, casco, imbrago ramponi piccozza abbigliamento idoneo all'attività. La Scuola può mettere



Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera
C.A.I. Lucca



a disposizione ramponi , piccozza , casco e imbrago, in questo caso viene richiesta una cauzione di €30,0 per ogni pezzo, la cauzione dovrà essere versata al momento della distribuzione del materiale. La cauzione sarà restituita alla fine del corso. Nel caso di uso di materiale personale, lo stesso deve essere a norma CE e in buono stato di conservazione.

7. Eventuali spese per spostamenti, vitto, pernottamenti, sono a carico dei partecipanti.

8. Il direttivo si riserva di apportare modifiche al programma o al calendario del corso, se ritenuto necessario per il corretto svolgimento del medesimo. Le date indicate sul programma possono variare per cause particolari e soprattutto per le condizioni meteo.

9. Gli allievi ammessi al corso dovranno presentare **certificato medico per attività sportiva non agonistica**. In caso di mancata consegna non sarà possibile partecipare alla uscite pratiche.

10. L'allievo deve essere consapevole che la pratica dell'alpinismo e dell'arrampicata **comportano rischi oggettivi ineliminabili**. Per minimizzare i quali l'allievo è tenuto ad osservare, durante lo svolgimento delle lezioni, le disposizioni impartite dal corpo istruttori. Il direttivo si riserva di allontanare dal corso allievi ritenuti non idonei per motivi di sicurezza individuale o collettiva, o per scarsa partecipazione alle lezioni. La partecipazione alle lezioni teoriche é propedeutica alla prosecuzione del corso stesso.

11. Al termine della terza lezione, per accedere alla parte pratica del corso, gli allievi dovranno firmare il modulo di dichiarazione sul "Consenso Informato".



***Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera
C.A.I. Lucca***



12. L'allievo/a esonera , la sezione CAI di Lucca, la Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera di Lucca e gli Istruttori incaricati , da ogni responsabilità per incidenti e infortuni che dovessero accadergli durante lo svolgimento del corso, durante i trasferimenti alle località sede di attività teoriche o pratiche, con qualunque modalità essi avvengano.

13. Le lezioni teoriche, si terranno presso la sede distaccata del CAI di Lucca, in via dei Bichi 18 , 55100 Lucca , alle ore 21:00 nei giorni indicati nel programma, salvo diversa comunicazione. **E' fondamentale la massima puntualità**

Il Direttore del Corso

IA Carlo Cardella

Per informazioni e chiarimenti inviare una e-mail all'indirizzo:
corsoalpinismoA1@gmail.com , oppure per comunicazioni urgenti contattare:

Cardella Carlo
cell. 328 4570659

Equi Italo
347 9746495

Del Frate Pietro
cell. 348 3940050

N.B. Gli istruttori della Scuola CAI Lucca sono tutti titolati CAI e operano in forma assolutamente volontaristica, in ottemperanza alle vigenti normative in materia e non percepiscono alcuna retribuzione per le attività svolte durante il corso.



Club Alpino Italiano

Sezione di Barga 'Val di Serchio'

Via di Mezzo, 49 Barga (LU) 55051 e-mail info@caibarga.it



15-03-2020 Gita Anello Cime del Romecchio

descrizione

Descrizione itinerario

Questo percorso si sviluppa su un tratto tutto all'interno dei territori ASBUC (Amministrazione Separata Beni Usi Civici) del comune di Barga. L'anello intorno alle cime di Romecchio percorre in molti tratti il tracciato secondario della vecchia via di Remi. L'escursione ha inizio nei pressi del rif. G. Santi località la Vetricia m. 1308 dove la via dei Remi si divideva il ramo di destra principale saliva la spalla sud-ovest del M. Omo e raggiunto il limite delle piante a quota di circa m.1600 proseguiva in direzione del lago Santo. Il tratto di sinistra inizio della nostra escursione si dirige verso la "macchia" e la "capanna" dei remi percorrendo inizialmente la carrozzabile in direzione Capo Corsonna e da qui dopo poco il percorso abbandona la carrozzabile e per sentiero si sale verso il crinale. Sul percorso troviamo dei ruderi che potrebbero essere i resti della capanna dei remi. Proseguiamo e raggiungiamo la bassarella m.1626 il nostro punto di valico per passare nelle macchie al di là dell'alpe, nome con cui i barghigiani identificavano questo territorio ai tempi in cui era attiva la via dei remi. Scendiamo ora nel versante nord delle cime del Romecchio percorrendo i sentieri CAI 551-547-549 facciamo un ampio giro e perdiamo circa 120m di quota e arriviamo ai lagacci della Porticciola. Da qui ritroviamo parte del tracciato della via dei remi che non lasceremo quasi più fino a chiudere il nostro anello. Ora risaliamo il sentiero CAI 549 in direzione del passo del terzino M. da qui in avanti siamo per un breve tratto sentiero CAI 00 scendiamo alle sorgenti del torrente Corsonna poi lasciamo il sentiero 00 rimaniamo però sul tracciato della via dei remi e al pian di Cacciaia incrociamo il percorso principale della via dei remi che in gran parte coincide con il sentiero CAI 20 che collega loc. la Vetricia con il lago Santo, lo percorriamo in discesa e chiudiamo il nostro anello. Tempo di percorrenza della gita circa 5/6 ore

La via dei remi, era il percorso che facevano i legnami ricavati dalle macchie dell'alpe di Barga e destinati all'arsenale di Pisa ai tempi del Gran Ducato di Toscana.

La gita verrà effettuata solo con condizioni meteo buone

Informazioni organizzative

Ritrovo	Largo Roma Barga (Giardino)
Orario ritrovo	8:00
Orario partenza	8:15
Orario rientro previsto	Tardo pomeriggio
Viaggio	Tramite auto proprie
Termine iscrizione Max	Entro Venerdì 13 Marzo
Pranzo	Al sacco
Classificazione	EAI (E – in assenza di neve)
Dislivello (positivo)	Circa 500 m.
Tempo di percorrenza	5/6 ore
Quota di partecipazione per soci CAI	0
Quota di partecipazione per non soci CAI comprensiva di assicurazione	€ 10
Equipaggiamento obbligatorio	Scarponi invernali, ramponi, ghette, piccozza, ciaspole (*), lampada frontale, guanti e copricapo di riserva, abbigliamento invernale.
Note aggiuntive	(*) Causa condizioni terreno l'equipaggiamento richiesto potrà subire cambiamenti, che verranno comunicati a fine iscrizioni venerdì 13/03

Info/Iscrizioni:

-Italo Equi.....: 347 974 6495

-Giovanni Fazzi: 335 725 5763

-Michele Pacini: 3336756172

-Sede sez.CAI Barga aperta il venerdì ore 21:00/22:30

-e-mail info@caibarga.it

Per chi interessato a fine gita merenda conviviale porta e condividi

PROGRAMMA DI MASSIMA: giovedì 23 aprile: Ore 5,30 ritrovo a Fornaci di Barga, trasferimento con mezzi propri all' aeroporto di Pisa, volo Ryanair per Palermo ore 8,25. A punta Raisi BUS privato per la città di Palermo; visita guidata. Pranzo Libero. Nel pomeriggio trasferimento con Bus privato per Trapani, sistemazione in hotel **** nel centro. Cena e pernottamento.

Venerdì 24 aprile: colazione in hotel, trasferimento in bus privato per Scopello, ingresso nella Riserva, trekking con guida. Pranzo libero. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

Sabato 25 aprile: colazione in hotel, trasferimento con bus privato al monte Cofano (S, Vito lo Capo), trekking con guida. Pranzo libero. Rientro a Trapani e salita ad Erice per visita dello splendido borgo. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

Domenica 26 aprile: colazione in hotel, check-out. Visita della città con guida. Pranzo libero. Trasferimento con bus privato alle Saline di Trapani e Paceco, visita guidata. Nel pomeriggio trasferimento all'aeroporto di Punta Raisi, cena libera in aeroporto. Volo per Pisa ore 20,35, arrivo ore 22,00 ca. Rientro a casa con mezzi propri.

COSTO: SOCI €= 380* - NON SOCI €=410*
VOLI ESCLUSI

Comprende: 4 gg di Mezza pensione in hotel, tutti i transfer con bus privato, ingresso Riserve, guida naturalistica e/o storica; assicurazione infortuni per i non soci nei 4 giorni.

NON comprende: voli Pisa-Palermo e Palermo-Pisa; pranzi privati di ogni giorno, eventuale cena della domenica in aeroporto, extra.

OGNI PARTECIPANTE DOVRA' PRENOTARSI I VOLI, questo quanto prima possibile, per assicurarsi i prezzi migliori, chi non fosse in condizione di farlo in proprio, può contattare Franca.

Compagnia Ryan Air: Pisa-Palermo, giovedì 23 aprile 2020 volo FR 9584 delle ore 8,25 da Pisa; Palermo-Pisa domenica 26 aprile 2020, volo FR 9995 delle ore 20,35 da Palermo.

NOTA: *la tariffa si intende valida per un gruppo di minimo 25 partecipanti. La prenotazione è confermata previo versamento di caparra di € 200,00 da effettuarsi entro Gennaio 2020.

Club Alpino Italiano BARGA-Val di Serchio

PROPONE

Trapani-riserva dello Zingaro-Palermo



23-24-25-26 APRILE

1° giorno: ore **5,30** ritrovo dei partecipanti presso parcheggio Renault a Fornaci di Barga, con mezzi propri (raggruppati), partenza per Pisa aeroporto, parcheggio, check-in. Partenza volo per Palermo ore 8,25. Arrivo a Palermo Punta Raisi ore 9,45.

Appuntamento con la guida.
Trasferimento con pullman privato in città e partenza per la visita guidata di **Palermo, regina della Conca d'oro**. Si visiteranno: Cattedrale, Palazzo dei Normanni con la preziosa Cappella Palatina in esso racchiusa, la

fontana di Piazza Pretoria ornata da sculture, ed altro. Pranzo libero a carico dei partecipanti.

Al termine della visita trasferimento in bus fino a Trapani.

Check-in all'hotel, in centro città. Sistemazione nelle camere. Cena e pernottamento.

2° giorno: colazione in hotel. Partenza con bus privato per l'**Escursione nella riserva dello Zingaro**.

Basta un attimo per accorgersi che lo Zingaro non è un angolo qualunque.

Misura solo sette chilometri, ma ci vorrebbero giorni per seguire tutti i sentieri tortuosi che portano dal mare fino alla montagna, tetti di roccia che sfiorano pure i mille metri. Le calette incastonate lungo il percorso sono tentazioni difficili da vincere,

una deviazione dal sentiero principale e vi sentirete come Robinson Crusoe. Ma prima c'è da godersi lo spettacolo, 1620 ettari stretti fra mare e montagna in una esplosione di colori e profumi. Si parte da Scopello, direzione S. Vito Lo Capo. Lungo il cammino incontreremo il piccolo Museo della attività marinare che custodisce i segni e le testimonianze delle pesca locale, le reti, un modello della tonnara di Scopello. Si incontreranno diverse calette e, tra queste quella della Tonnarella dell'Uzzo, una virgola di confetti bianchi adagiata su uno specchio turchese. Pranzo libero.

Rientro in hotel nel pomeriggio.

Cena e pernottamento.

3° giorno: colazione in hotel. Partenza con bus per San Vito lo Capo. Escursione nella riserva di **Monte Cofano**.

Un gradevole sentiero che segue la costa vi permetterà una rilassante passeggiata lungo tutto il periplo del promontorio. Il percorso richiede in totale circa 2 ore di cammino. Un sentiero interno raggiunge la cima del monte (si dovranno verificare al momento le condizioni dello stesso, soggetto a franamenti, per stabilire se percorribile). La salita però richiede agilità e buono stato fisico dato i necessari passaggi fra le rocce. Da qui si gode di uno splendido panorama sul golfo. Pranzo libero a carico dei partecipanti.

Rientro a Trapani e trasferimento ad Erice, sospesa tra cielo e terra, è un antico borgo medievale, che racchiude al suo interno una storia trimillenaria, ricca di arte, cultura e mito, incantevole!

Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

4° giorno: colazione in hotel. Check-out. Appuntamento con la guida per la visita di **Trapani** e del centro storico della città.

Si visiterà la Cattedrale, in corso Vittorio Emanuele, dedicata a S. Lorenzo ed edificata nel seicento su un precedente edificio trecentesco. Si passeggerà tra le vie più attraenti della città come via Garibaldi, fiancheggiata da palazzi e chiese settecentesche, tra cui emergono Palazzo Riccio di Morana, coronato da statue, Palazzo Milo e la Badia Nuova (S. Maria del Soccorso) una delle chiese più antiche di Trapani. Pranzo libero.

Successivamente ci spostiamo in autobus per una escursione alla **Riserva delle Saline di Trapani e Paceco**. Le saline di Trapani sono uno scampolo di natura profondamente "rivisitata" dall'uomo. Un paesaggio, un luogo di produzione, un richiamo estetico.

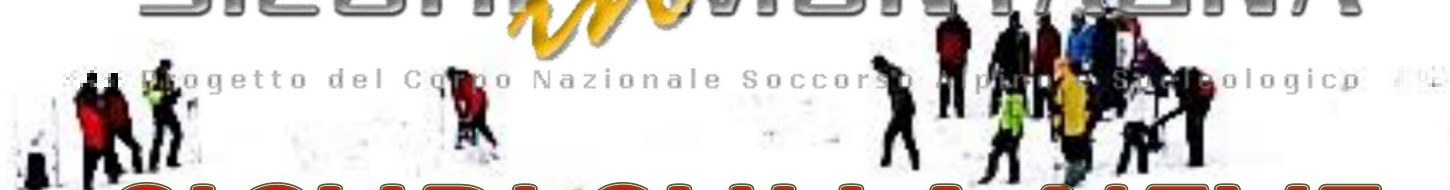
Trasferimento in pullman all'aeroporto di Palermo punta Raisi. Volo per Pisa ore 20,35, arrivo intorno alle 22,10. Ritiro auto al parcheggio e rientro a casa, felici di quanto ammirato !!!!

Soccorso Alpino e
Speleologico Toscano
Stazione di Lucca



Club Alpino Italiano
Sezioni: Barga
Castelnuovo di G.na
Lucca

SICURI *in* MONTAGNA



SICURI SULLA NEVE



**GIORNATA NAZIONALE DEDICATA ALLA PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI NELLA
STAGIONE INVERNALE**

19 GENNAIO 2020

APERTA A TUTTI / ISCRIZIONE OBBLIGATORIA

Iscrizione presso le sedi CAI (Gratis per i soci / non soci €6,00 per costi assicurativi)

Ci troveremo in Loc. Casone di Profecchia dove qui valuteremo lo stato della neve ed in base alle condizioni nivologiche, con una breve escursione arriveremo nei pressi del Rifugio Cella, il programma potrà variare come segue:

- Progressione e Lezione dimostrativa di movimentazione con ramponi e piccozza e prove di arresto, in caso di neve ghiacciata ;
- Progressione e Lezione dimostrativa con Ciaspole e prove di ricerca con dispositivo ArTVA, in caso di neve fresca.

La giornata sarà svolta a cura delle sezioni CAI in sinergia con il CNSAS, Stazione di Lucca. Durante lo svolgimento delle varie prove verrà spiegato ai partecipanti come comportarsi e come affrontare correttamente un'escursione in ambiente montano innevato.

La giornata sarà preceduta da una serata informativa presso le sezioni CAI dove sarà mostrato il materiale e l'abbigliamento necessario per effettuare un'escursione in questa stagione .

Le lezioni si svolgeranno:

SEZ. CASTELNUOVO DI G.NA – Giovedì 16 Gennaio ore 21:00 presso la sezione

SEZ. BARGA – Venerdì 17 Gennaio ore 21:00 presso la sezione

SEZ. LUCCA - Venerdì 17 Gennaio ore 21:00 presso la sezione

Per info ed iscrizione:

CAI BARGA Italo Equi +39 347 9746495 / sicurinmontagna@caibarga.it

CAI CASTELNUOVO G.NA Sara Gherardi +39 347 2911984 / sicuriinmontagna@garfagnanacai.it

CAI LUCCA Via dei Bichi 18, Carlo Cardella +39 328 4570659 / segreteria@cailucca.it

PROGRAMMA DI MASSIMA: **Venerdì 6:** ritrovo a Galliciano, parcheggio scuole (cimitero) ORE 5,00. Partenza con BUS PRIVATO sosta in Autogrill. Arrivo previsto intorno alle ore 12,00 ad Umes, piccolo borgo vicino a Fié allo Sciliar; Pranzo al Sacco; partenza per i Laghetti di Fié allo Sciliar e la Foresta di Umes.

Arrivo al Rifugio Hofer Alpl. Cena e pernottamento;

Sabato 7: sveglia ore 7,00-colazione e partenza per Umes, Spostamento con Bus fino a Compaccio. Con le ciaspole Anello della Punta d'Oro. Rientro con Bus ad Umes e passeggiata fino al Rifugio.

Cena e pernottamento.

Domenica 8: sveglia ore 7,00; colazione e partenza per Umes. Con Bus a Compaccio. Con le ciaspole al rifugio Dibaita ed alle Panche delle Streghe. Ritorno a Compaccio. Nel pomeriggio rientro a casa.

COSTI: SOCI € 180 - NON SOCI € 220

Il prezzo comprende: viaggio a/r in bus privato; mezza pensione in rifugio; assicurazione per i non soci. NON compresi: i pranzi al sacco, l'eventuale cena della domenica; extra.

Prenotazioni entro venerdì 21 febbraio (salvo esaurimento posti- max 29); confermate con versamento di caparra di €=100,00. Informazioni e prenotazioni presso:

Mazzanti Luigi 3409771558

Suffredini Francesca 3405865786

o sede C.A.I. Barga, via di Mezzo 49-Barga-aperta ogni venerdì 21,00-22,30

Attrezzatura: Sacco Lenzuolo, ciaspole e bastoncini, scarponcini invernali, abbigliamento adeguato a strati, guanti e cappello, zainetto da gior-nata, lampada frontale. Piccozza e ramponi consigliati.

Club Alpino Italiano
Barga Val di Serchio

CIASPOLATE
ALL'ALPE DI SIUSI

6-7-8 MARZO 2020

Rifugio Hofer Alpl

VENERDI' 6 MARZO: ORE 5,00 RITOVO A GALLICANO, PARCHEGGIO SCUOLE (vicino cimitero); PARTENZA CON BUS PRIVATO; SOSTA IN AUTOGRILL; ARRIVO PREVISTO AD UMES (vicino Fié allo Sciliar) ORE 12,00 ca. **PRANZO AL SACCO.**

Escursione: **laghetti di Fié e foresta di Umes.**

CON LE CIASPOLE SI SALE IN DIREZIONE DEI MASI

HEIDEGGER, SI CONTINUA TOCCANDO IL PRIMO LAGHETTO, SI ATTRAVERSA IL BOSCO E SI RAGGIUNGE LA PANORAMICA MALGA TUFF (m. 1.270). PROSEGUIAMO QUINDI FINO AL RIFUGIO HOFER ALPL.

Dislivello m. 450-ca. 10 km, 3 ore ca. SISTEMAZIONE, CENA E PERNOTTAMENTO. DOPO CENA, METEO PERMETTENDO, BREVE ESCURSIONE CON LA LUNA PIENA!!

SABATO 7: ORE 7,00 sveglia, colazione. Partenza per Umes (ca. 1h15'). Da Umes con Bus fino a Compaccio (m. 1.870).

ANELLO DELLA PUNTA D'ORO.

Calzate le ciaspole si procede in salita fino all'hotel Panorama (m. 2.009); deviamo a destra verso Laurin, lungo la strada (innervata), saliamo in direzione dei Denti di Terrarossa.

Chiudiamo l'anello scendendo al rifugio Molignon (m. 2.054) e quindi con percorso diagonale torniamo a Compaccio. Rientro con Bus ad Umes e poi passeggiata fino al nostro rifugio. Cena e pernottamento.

Dislivello ca. 350 m.— 8 km—durata prevista ca. 5 ore.

DOMENICA 8: ORE 7,00 SVEGLIA E COLAZIONE. ORE 8,00 PARTENZA PER UMES.

CON BUS FINO A COMPACCIO.

Escursione: Compaccio-Panche delle Streghe-Bullaccia-Compaccio. Dislivello 350 m.— 5 km—ca. 3 ore.

Da Compaccio si sale in direzione ovest fino al rifugio Dibaita (m. 1.950), si raggiungono in successione la baita Arnika (m. 2.061), il Crocifisso Goller Kreuz (2.104 m.) ed i grandi blocchi rocciosi detti Panche delle Streghe. Si continua sul crinale dell'enorme bastionata che domina la Val Gardena, toccando il punto più alto della Bullaccia (m. 2.174). Si ritorna quindi a Compaccio.

Partenza per il rientro a casa, sicuramente stanchi fisicamente, ma soddisfatti e rilassati mentalmente.

Grazie anticipate a tutti.