

inverno - dicembre



primavera - aprile



estate - luglio



autunno - ottobre



casticino.ch

Attività

**Palestra arrampicata:
nuovo responsabile**
Pag. 2

Tris Rotondo 2016
Pag. 3

Formazione

Corsi di scialpinismo
Pag. 4 - 5

Corso prevenzione valanghe
Pag. 6



iCas Ticino - iPhone App
www.casticino.ch/icas.php

informazione

NO. 4 - OTTOBRE 2015

Sezione Ticino
Club Alpino Svizzero CAS
Club Alpin Suisse
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Sviszer



CON LO SGUARDO
RIVOLTO AL 2016...



Ci avviamo ad archiviare il 2015 fatto di belle gite invernali, primaverili ed estive.

Come sempre, la Sezione propone anche attività più conviviali, che non implicano fatica, sudore e scalate. Oltre alle attività culturali che vengono proposte regolarmente, ritorna la tradizionale cena di Natale, un'occasione ghiotta (è proprio il caso di dirlo...) per ritrovare la compagnia con cui si sono condivisi bei momenti in quota e scambiare esperienze con altri soci, tutti uniti dalla passione per la montagna.

Invitiamo quindi tutti i soci a trascorrere una serata in compagnia e scambiarsi gli auguri di Natale, viziati dallo staff di cucina che proporrà un menu a sorpresa.

La data da ricordare è quella di mercoledì 16 dicembre, presso la sede dei Cantori delle Cime a Canobbio, situata sulla strada per la Stampa.

Come da tradizione, a partire dalle 18 sarà offerto un aperitivo e verrà presentato il programma gite 2016. Alle 19.30 verrà poi servita la cena a sorpresa con l'immancabile panettone finale.

Vi aspettiamo numerosi, non è richiesta la prenotazione.

Foto: tipress

Con il sostegno di **ail** Aziende Industriali di Lugano (AIL) SA



Attività

Un nuovo responsabile per la palestra a Cornaredo



Mi chiamo Davide Andreoli, ho 37 anni, sono nato a Davesco e ho iniziato ad avvicinarmi alla montagna tramite i Mini del CAS, all'età di 10 anni.

Della montagna, mi piace il contatto con la natura, spesso selvaggia e diversa dalla realtà in cui viviamo quotidianamente e la possibilità di mettere in gioco i miei limiti e le mie paure, senza mai sfidare l'ambiente che mi circonda, ma apprezzandolo appieno.

Ho avuto la possibilità, durante questi anni, di vivere due esperienze meravigliose nella lontana Patagonia, che mi hanno arricchito non solo come alpinista ma, soprattutto, come uomo, in quanto mi hanno permesso di conoscere non solo luoghi, ma anche persone meravigliose.

Altra esperienza che mi porterò sempre dentro è l'ascensione invernale sul Cervino nel dicembre 2013, insieme al mio amico di avventure Mirko Gianini.

Attualmente, mi sto divertendo ad arrampicare in Calabria, dove ho scoperto delle belle pareti utilizzabili sia dai principianti, sia da chi vuole osare un po' di più.

Per me la montagna significa anche possibilità di stare insieme alle persone a cui voglio bene ed è per questo che non vedo l'ora di portare in cima ad una delle nostre belle montagne ticinesi anche la mia piccola bimba di soli 5 mesi, Linda.



Un'aria nuova alla palestra di arrampicata di Cornaredo

L'intraprendenza di Davide si è manifestata già da subito. L'obiettivo per quest'anno è quello di rendere la struttura agibile a tutti, a principianti e sportivi più esperti. L'intenzione è quella di sviluppare ulteriormente l'offerta il prossimo anno.

La chiusura estiva ha permesso di svolgere alcuni lavori di riorganizzazione che hanno portato a creare due settori distinti. Una parte è infatti adibita alla pratica boulder e a vie per atleti più sperimentati. La seconda, invece, comprende 10 vie di IV e V grado accessibili a tutti. Gli spazi comprendono anche due travi di allenamento.

Bando alle parole e alle descrizioni, gli interessati sono invitati a visitare la palestra, consultando anche il piano di occupazione al link:

www.luganosport.ch/dicastero/occupazioniCampi.html

Per ulteriori informazioni, inoltre, Davide Andreoli è disponibile al numero 079 368 36 17.

Attività



Foto: ipress

Ritorna l'ormai tradizionale gara che si svolgerà il 28 febbraio in Val Bedretto.

La preparazione per la gara di sci alpinismo del Tris Rotondo 2016 è entrata nel vivo.

Il comitato sta definendo tutti i dettagli dell'evento che avrà luogo in Val Bedretto domenica 28 febbraio 2016. L'entusiasmo è già alle stelle e la voglia di ripetere l'ottimo risultato dell'edizione passata cresce di giorno in giorno.

Per il prossimo anno ci saranno delle interessanti novità, a partire da un nuovo e moderno sito internet (www.trisrotondo.ch) dove verranno pubblicate tutte le news, le informazioni sulla gara, le fotografie e attraverso il quale potranno iscriversi i corridori.

Anche per il 2016 sono stati confermati i tre percorsi: Super Tris (23.6 km), Main Tris (17.2 km) e Short Tris (10.3 km). Oltre 200 volontari collaboreranno per permettere la buona riuscita dell'evento. La sicurezza dei corridori e dei visitatori è di fondamentale importanza e per questo motivo il lavoro di ogni persona è davvero prezioso. Un grazie di cuore a chi da anni si mette a disposizione dell'associazione e a tutti quelli che di anno in anno avranno voglia di far parte di questa grande famiglia.

La tecnologia avanza e anche noi non potevamo mancare sui social network; infatti da qualche anno trovate la nostra pagina su Facebook dove vengono postate fotografie, video, informazioni sulla gara e su altre manifestazioni legate allo sci alpinismo. La nostra sezione è attiva sin dalle prime edizioni e attualmente si occupa sul terreno di due settori.

Se hai la passione per lo sci alpinismo, sei ben allenato e hai voglia di lavorare alla preparazione prima e durante la gara oppure se vuoi dare una mano durante il week end alla partenza/arrivo scrivi a Deborah Ponti (deborah.ponti@gmail.com).

Se sei semplicemente curioso... passa a trovarci il giorno della gara!

Noi ci mettiamo tutto il nostro impegno e la nostra passione... vi aspettiamo numerosi in Val Bedretto.



Foto: Manuel Pellanda

Formazione

Corso di sci alpinismo base



Martedì 1 dicembre, ore 18:45

Serata di presentazione del corso e del materiale tecnico necessario allo svolgimento del medesimo presso Mammut by Balmelli sport - Lugano.

Il corso è adatto a sciatori e snowboarder. Al termine della serata i partecipanti potranno iscriversi attraverso il pagamento in contanti della quota d'iscrizione.

Sabato 16 gennaio - Giornata introduttiva: Airolo

Ha lo scopo di introdurre le tecniche di base di sci alpinismo e verificare la tecnica individuale di sci fuoripista. Ritrovo alle ore 08.00 alla stazione sciistica di Airolo presso il ristorante Caseificio del Gottardo, nella sala teoria primo piano. ARTVA, pala e sonda verranno messi a disposizione gratuitamente dall'organizzazione (per tutte le uscite del corso).

30-31 gennaio - 1ª uscita: Bosco Gurin

Pernottamento presso la Residenza-Ostello Giovanibosco. Prima giornata dedicata all'istruzione. Domenica gita di ca. 1000 m di dislivello.

20-21 febbraio - 2ª uscita: Alpe Devero

Fine settimana in Valle Antigorio, a nord di Domodossola, con pernottamento alla Locanda Punta Fizzi, 1767 m, sull'Alpe Devero. Sabato e domenica istruzione ed escursioni nella regione (p.es. Pizzo Bandiera 2751 m, Punta di Valdeserta 2938 m, Monte Corbernas 2578 m).

5-6 marzo - 3ª uscita: Urserental

Due giornate di applicazione nel massiccio del Gottardo. Sabato da Realp (UR) salita alla capanna Rotondo 2570 m, pernottamento. Domenica salita al Gross Leckhorn 3068 m, Rottällhorn 2911 m ed eventualmente Stotzigen Firsten 2752 m, con belle discese su pendii nord.

Capicorso

Hamos Meneghelli, 079 423 66 54, hmeneghelli@bluewin.ch
Tiziano Schneidt, 079 731 91 71, tschneidt@hotmail.com

Guide alpine

Tiziano Schneidt, Davesco e una seconda guida alpina (da definire)

Capigruppo

Monitori G+S e capigita CAS

Iscrizioni

Online e ulteriori dettagli sul sito casticino.ch/specialpages/corso_sci_alpinismo.php a partire da inizio ottobre 2015 e termine ultimo il 1 dicembre 2015. La conferma dell'iscrizione avverrà alla serata di presentazione il 1 dicembre 2015 attraverso il pagamento in contanti della quota di CHF 600.-, comprendente impianti di risalita, alloggio in mezza pensione, istruzione e spese di viaggio. Giovani in età OG (14-22 anni) riduzione a CHF 350.-.

Le trasferte sono previste con mezzi privati; le spese di viaggio incluse nella quota di partecipazione sono conteggiate a forfait per le tre uscite secondo la tariffa CAS (15 cts/km per persona), con relativo rimborso agli autisti.

Partecipazione

Posti limitati a 30 partecipanti; priorità ai principianti, all'ordine cronologico delle iscrizioni e al pagamento in contanti della quota di partecipazione. Età minima 14 anni. La partecipazione a tutte le uscite è obbligatoria. Le uscite avverranno con qualsiasi tempo; è possibile un cambiamento di meta a dipendenza delle condizioni meteorologiche.

La direzione del corso non prevede alcun rimborso in caso di assenze.

È consigliata un'assicurazione annullamento viaggi privata.

Per la partecipazione è necessaria una buona preparazione fisica (salite di 3-5 ore; 1000-1200 m di dislivello).

Materiale

Possibilità di ottenere materiale in prestito. Si consiglia di aspettare la serata di presentazione prima di acquistare del materiale.

Assicurazioni

Assicurazione infortuni e affiliazione REGA sono obbligatorie e a carico del partecipante.



Corso di sci alpinismo avanzato

Per chi ha già partecipato ad una delle ultime edizioni del corso di scialpinismo sezionale, così come per chi intende approfondire o aggiornare le proprie conoscenze. Rappresenta un'ottima base formativa per seguire in futuro i corsi di formazione capigita CAS o monitori G+S.

Inizio corso: mercoledì 16 marzo, ore 18:00, a Villa Bedretto, presso la Casa montana.

Fine corso: domenica 20 marzo ad All'Acqua.

I temi trattati saranno:

- Tecnica alpina: nodi, accorciamento di corda, ancoraggi improvvisati su neve, ghiaccio e roccia; progressione su ghiacciaio, su nevaio fino a 45° e su terreno misto facile; autosalvataggio e recupero da crepaccio.
- Condotta di un gruppo: presa di decisione, tattica.
- Orientamento e meteorologia per avanzati.
- Valanghe: ricerca più sepolti, ricerca grande profondità, tecnica di sondaggio e scavo.

Il programma prevede gite giornaliere e istruzione nella regione quali ad esempio P. Rotondo, P. Pesciora dal Passo dei Sabbioni, Witenwasserstock, P. Forcella. Sabato 19 marzo salita al Basodino e pernottamento all'omonima capanna. Domenica 20 marzo rientro ad All'Acqua.

Condizioni di iscrizione

Età minima 18 anni; minimo 6, massimo 10 partecipanti. La partecipazione a tutte le giornate è obbligatoria. Le uscite avverranno con qualsiasi tempo; è possibile un cambiamento di meta a dipendenza delle condizioni meteo/valanghe. Salvo casi eccezionali e per ragioni organizzative, la direzione del corso non prevede alcun rimborso in caso di assenze. Per la partecipazione è necessaria un'ottima preparazione fisica (salite di 5-6 ore; fino a 1500-1800 m di dislivello).

Capicorso

Stefano Larghi, Monitore G+S, 079 632 38 75, stefano@larghi.org
Tiziano Schneidt, Guida alpina, 079 731 91 71, tschneidt@hotmail.com

Iscrizioni e informazioni presso i capicorso entro il 31.1.2016

Posti limitati!

Tassa d'iscrizione

CHF 600.-, comprendente istruzione e alloggio con mezza pensione. Spese di trasferta secondo regolamento CAS (15 ct/km/partecipante).



Formazione e sicurezza

Pericolo valanghe! Giornata di prevenzione

12 dicembre 2015

Tradizionale appuntamento di aggiornamento per i soci.

La sezione Cas Ticino propone una giornata di prevenzione al pericolo valanghe destinata a tutti i soci e non soci che desiderano rispolverare le proprie nozioni in vista dell'imminente stagione invernale.

La giornata è destinata a tutti gli amanti della montagna, giovani e neofiti alla disciplina. Saranno trattati i principali temi riguardo il pericolo valanghe, utili soprattutto a sci escursionisti, racchettari, Free Rider come anche ai normali sciatori e snowboarder. Durante la giornata saranno trattati principalmente i temi di prevenzione (lettura del bollettino valanghe e delle previsioni meteo, equipaggiamento), di conoscenza del manto nevoso (pendenze, condizioni della neve, ecc) e dei primi soccorsi in caso di valanga (ricerca con ARTVA, uso della sonda, scavo, ecc).

Dopo una parte teorica, seguirà una parte pratica sul terreno in piccoli gruppi per poi concludere la giornata con le considerazioni finali. La formazione sarà tenuta da Tiziano Schneidt, guida alpina, coadiuvato da capigita CAS e monitori G+S.

La giornata avrà luogo sabato 12 dicembre 2015 dalle 8.30 alle 16.30: la parte teorica si terrà presso il Caseificio di Airolo mentre le esercitazioni pratiche avranno luogo in Valle Bedretto.

Il corso si terrà con qualsiasi tempo e il costo ammonta a 25.- per gli OG (10-22 anni) e 50.- per i soci adulti.

Per informazioni ed iscrizioni, entro il 6 dicembre, gli interessati possono rivolgersi a David Stracquadano (d.stracqua@bluewin.ch oppure 091/606.15.39, orari serali).

Programma di dettaglio

- 07:00** Ritrovo posteggio CAS a Manno, trasferta in comune con auto private ad Airolo.
- 08:30 - 10:00** Parte teorica (Caseificio di Airolo): distribuzione materiale didattico, introduzione al rischio valanghe.
- 10:00 - 14:30** Esercitazioni sul terreno (Valle Bedretto): ricerca ARTVA, tecnica di scavo, profilo manto nevoso.
- 14:30 - 16:30** Primi soccorsi, come comportarsi in caso d'incidente.
- Tariffa trasferta:** 15 ct./km/partecipante e rimborso auto secondo regolamento CAS.

Materiale

Necessario per appunti.

Vestiti caldi, guanti, berretta, occhiali da sole, scarponi da montagna caldi e impermeabili oppure scarponi da scialpinismo.

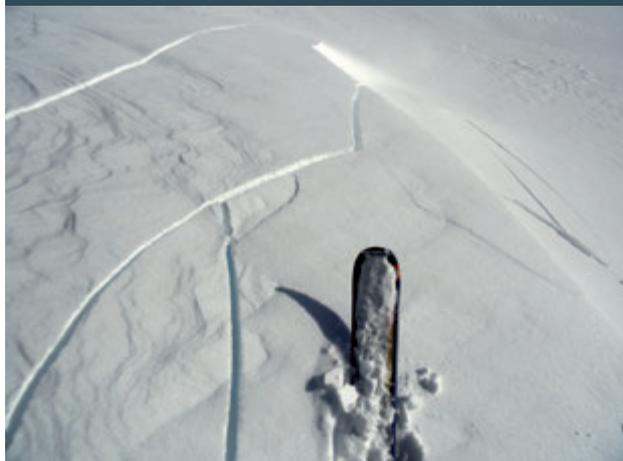
Pranzo al sacco.

Carta topografica 1:25'000 Val Bedretto - 1:50'000 Nufenenpass

Racchette se disponibili, bastoni.

ARTVA, pala, sonda se disponibili.

A disposizione per chi non li possiede.



Sicurezza

La sicurezza in montagna:

Securitealpine.ch o alpinesicherheit.ch: un'utile piattaforma informativa online

Per la Commissione Tecnica
Tiziano Schneidt

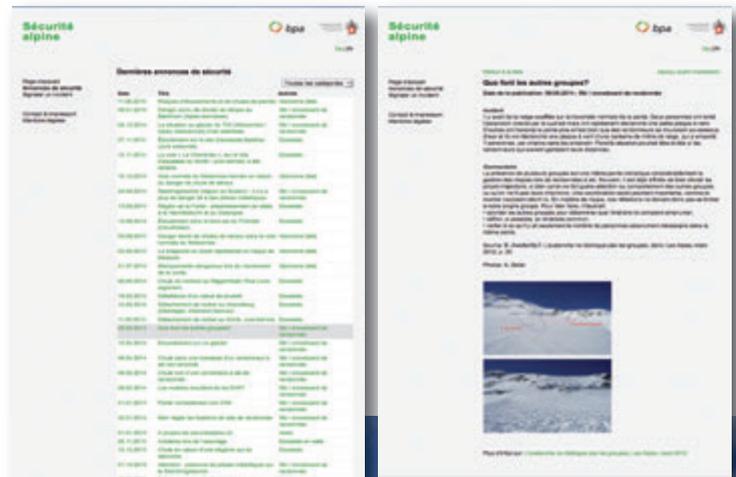
Le attività in montagna comportano a volte anche dei rischi. Il CAS, in collaborazione con l'ufficio prevenzione infortuni UPI ha creato da qualche tempo una piattaforma online dove vengono riassunte tutta una serie di situazioni meritevoli di essere conosciute in relazione all'(in)sicurezza in montagna.

Da una parte vengono segnalate delle situazioni di pericolo naturali legate ad esempio a degli scoscendimenti di roccia lungo sentieri, vie d'arrampicata o percorsi alpinistici; oppure si comunicano le zone in cui il ritiro di un ghiacciaio o la caduta di seracchi possono presentare dei rischi. Ad esempio, alla fine della scorsa estate la via normale di salita alla Weissmies a partire da Hohsaas era stata sbarrata a causa dell'acuto pericolo di caduta di seracchi.

D'altra parte vengono elencate tutte quelle situazioni legate a delle manipolazioni o dei comportamenti a rischio riscontrate nella pratica quotidiana dagli appassionati di sport di montagna: gli annunci più recenti riguardano ad esempio la progressione a corda corta, l'utilizzo delle dragonnes della piccozza, oppure sapete se il vostro smartphone disturba le funzioni dell'ARTVA? Per tutte le situazioni menzionate vengono proposti dei suggerimenti su come evitarle oppure delle alternative in merito.

Chiunque dovesse riscontrare una situazione degna di nota è invitato a segnalare, secondo il motto "Apprendere dalle esperienze e dagli sbagli di altri, in quanto la vita è troppo breve per permetterci di fare tutti gli errori possibili personalmente". Tutti i dati personali vengono naturalmente trattati in forma confidenziale e non vengono messi online. Incidenti legati al rischio di valanghe vanno per contro segnalati all'SLF.

Il sito al momento attuale è disponibile in francese e tedesco.



Caduta di seracchi lungo la via normale alla Weissmies nell'estate 2014. Alcune cordate passano poco sotto.

Capanne

MONTE BAR: i lavori proseguono...

Sono in corso i lavori delle sottostrutture per la capanna Bar, nel rispetto dei tempi previsti.

A fine agosto, infatti il tratto tra il nuovo serbatoio, situato a circa 40 m di quota sopra la capanna Bar, e la nuova stazione di pompaggio, situata a circa 35 m di quota sotto l'alpe Musgatina, è stato ultimato e si è proceduto al riempimento dell'ultimo tratto scavato.

Lo scavo della trincea è già proseguito in direzione di Corticiasca per circa 140 m.

In totale sono stati scavati circa 1200 m di trincea per un volume di circa 2500 metri cubi, a cui vanno aggiunti altri 500 metri cubi di scavo generale per il nuovo serbatoio e la stazione di pompaggio dell'acqua potabile. Sono stati posati all'incirca 7000 m di condotte per acqua potabile, fognatura, elettricità e telefono. Il nuovo serbatoio è stato posato e la nuova stazione di pompaggio realizzata.



Nuova
CAPANNA
MONTE
BAR



Come detto, i lavori avanzano secondo programma. Dopo le tre settimane di ferie edili, si è continuato con i lavori in direzione di Corticiasca, dove si prevede di riuscire a collegarsi alla fognatura comunale verso inizio novembre.

In settembre sono anche state montate le pompe ed effettuato il collaudo di tutto l'impianto dell'acqua potabile.

Per quanto riguarda l'aspetto finanziario, a fine agosto l'Associazione, in collaborazione con la Sezione, ha raccolto tra amici, privati, fondazioni e comuni della regione oltre 700mila franchi.

Il nostro lavoro continua e intanto gli architetti hanno ricevuto il mandato di preparare la domanda di costruzione. Grazie mille a tutti voi per il sostegno che ci avete dato!

Amici Capanna Monte Bar

Ricordiamo che...

Per aderire all'Associazione basta compilare la polizza di versamento e versare una cifra minima di fr 50.- . Ogni versamento superiore è ben accetto, così come sono gradite idee e suggerimenti per raggiungere l'obiettivo.

Riferimenti bancari:
Associazione Amici Capanna del Monte Bar
Banca Raiffeisen del Cassarate
6950 Tesserete
CCP 69-3514-1
IBAN: CH21 8036 6000 0101 0226 0

Seniori

Adagio, con sentimento...

Quelli che noi chiamiamo "Pacchetti" seguiti da un numero (in questo caso i 2 e 3), si sono svolti con belle e reciproche soddisfazioni per i partecipanti e per i rispettivi capigita.

Senza fare torto a nessuno, vorrei citare tra i momenti salienti dell'estate alcune gite per la loro particolarità. Una è stata la visita al Forte del Sass da Pigna, nella regione del San Gottardo, preceduta da una chiara introduzione sul sistema difensivo della zona da parte del nostro ex Presidente nonché divisionario Francesco Vicari.

In fatto di "particolarità" per un club della montagna, non si poteva non segnalare la settimana messa in programma dal nostro Ueli Huber, intitolata "Vela e camminate in Corsica e Sardegna".

Si è trattato di una vera e propria "prima" da Guinness per un Club alpino, che non mancheremo di segnalare al Comitato Centrale. Bravo Ueli!

La settimana clubistica di fine maggio con base sulla riva del lago di Molveno, ai piedi delle Dolomiti del Brenta, ha pure avuto un bel successo, grazie anche alla clemenza del tempo, in quel periodo assai piovoso.

Ci aspetta ora l'ultimo pacchetto, con le gite numerate dal 24 al 26, seguite dalla tradizionale superclassica castagnata organizzata dallo specialista-mai-fermo Piercarlo il 12 novembre e con l'assemblea del 18 novembre.

Ma non dimentichiamo le nostre "Colonne"! In loro compagnia abbiamo trascorso una bella giornata enogastroculturale... nella capitale dei longobardi. Se qualcuno desidera sapere dove, consigliamo l'uso di internet. E con questo scherzetto, buon divertimento ai nostri cari lettori.

Gianfranco Camponovo

In gita con i Seniori



24. San Jorio - 1 ottobre

Giancarlo Togni giancartogni@bluewin.ch

25. Rifugio Alpe de Fora - 8 ottobre

Silvio Nani nanisilvio@gmail.com

26. Olivone ... Campo Blenio - 15 ottobre

Francesco Vicari francescovicari@bluewin.ch

27. Castagnata tradizionale 12 novembre

Piercarlo Balestra beapiecco@sunrise.ch

28. Assemblea 18 novembre

Fausto Poretti porettids@bluewin.ch



A Corippo



Al Passo Colombe



Alla Rughubelhütte



“L'uomo con le ali” ha incontrato gli Spider



Durante la settimana Spider alla capanna Campo Tencia abbiamo avuto l'opportunità di conoscere un alpinista eccezionale, Oliviero Bellinzani, conosciuto anche come “L'uomo con le ali”. Mentre stavamo gustando la cena, alcuni di noi si sono accorti che alcune persone stavano scendendo dal nevaio di fronte alla capanna. Osservando meglio, qualcuno ha notato che uno di loro stava scendendo con le stampelle. Incuriositi, abbiamo osservato la tenacia con cui avanzava nella neve e velocemente si avvicinava alla terrazza e siamo scesi per chiedergli quale gita avesse fatto quel giorno.

Gentilmente, Oliviero Bellinzani ci racconta che aveva fatto la cresta dei Tre Corni e che in alto c'era ancora molta neve per cui era stato molto faticoso. Ascoltiamo impressionati delle sue gesta e lo ringraziamo per le informazioni che ci ha fornito ri-

guardo alle condizioni del pizzo Campo Tencia, che avremmo affrontato il giorno successivo. L'alpinista senza una gamba se n'è poi andato verso valle con i suoi due amici mentre il sole tramontava dietro le montagne.

Il breve incontro con “l'uomo con le ali” ci ha permesso di comprendere come una passione forte come l'amore per la montagna in compagnia degli amici ti permette di affrontare le difficoltà durante il cammino e quindi giungere sulla vetta. Con questo piccolo ricordo ci uniamo ai messaggi di cordoglio per un grande amante della montagna.

Per il gruppo Spider
Giosiana Codoni

Cultura

MMM Corone

È stato ufficialmente aperto il sesto ed ultimo Messner Mountain Museum

Si è inaugurato a fine luglio l'ultimo museo, situato in vetta al Plan de Coronas, a quota 2275 metri. Dedicato al tema della roccia e alla vita degli alpinisti, la sua progettazione è stata realizzata dallo studio della nota architetto Zaha Hadid.

Si tratta del risultato di una collaborazione tra due importanti personalità quali Reinhold Messner per la storia dell'alpinismo tradizionale, Zaha Hadid per l'architettura tradizionale con Skirama Plan de Coronas, per quel che concerne gli impianti e le strutture montane. La nuova realizzazione permette di valorizzare la regione e le sue infrastrutture.

Dal punto di vista architettonico si tratta di una costruzione a sviluppo prevalentemente sotterraneo che si sviluppa su 1000 metri quadrati di superficie e diversi piani; la scelta di avere solo una minima parte dell'edificio fuori terra vuole preservare il paesaggio con il minimo impatto visivo. Inoltre, permette di mantenere una temperatura costante durante tutto l'anno e ottimizzare i consumi energetici.

I tre livelli espositivi sotterranei comprendono anche uno spazio per mostre temporanee a tema. Il visitatore è accolto da grandi finestre panoramiche e un'ampia terrazza esterna per poter godere dello splendido panorama sulle Alpi dallo Zillertal all'Ortles, fino alle Dolomiti.



www.mmmcorones.com

Arrampicata sportiva:... giovani promettenti cercasi!

Corso di arrampicata sportiva per giovani dai 9 ai 16 anni

L'arrampicata è uno sport molto completo (che richiede forza, resistenza, equilibrio e concentrazione per raggiungere un buon livello), piacevole e divertente, oggi sempre più diffuso in tutto il mondo. Basti pensare che le competizioni internazionali, proposte regolarmente dalla fine degli anni '90, riscuotono un successo sempre crescente: alla finale di Chamonix, che si è tenuta il 29 luglio 2015, erano presenti ben 12 mila spettatori! Per arrivare a questi livelli sono naturalmente necessari talento, volontà, applicazione e - soprattutto - un allenamento specifico e rigoroso.

Il progetto Team Giovani Scoiattoli è promosso e patrocinato dal gruppo Scoiattoli Denti della Vecchia e si prefigge, a livello cantonale, di formare giovani talenti dell'arrampicata sportiva.

Cosa proponiamo?

L'obiettivo è quello di fornire ai giovani dai 9 ai 16 anni la possibilità di svolgere allenamenti settimanali (sia in palestra che su roccia), pensati come complemento alle uscite già proposte dalle diverse sezioni alpinistiche regionali.

L'obiettivo a medio termine è formare un gruppo di giovani appassionati che si dedichi all'arrampicata sportiva con regolarità e impegno; con la possibilità pure di affacciarsi sul mondo delle competizioni. A questo scopo proponiamo una serie di allenamenti specifici per l'arrampicata sportiva, svolti sotto la guida di monitori competenti e sperimentati, che permettano ai ragazzi di progredire e divertirsi, sempre in sicurezza.

Chi siamo?

Siamo arrampicatori esperti provenienti da tutto il Ticino e siamo accomunati dalla volontà di condividere la nostra passione con ragazzi e giovani.

Facciamo parte dello storico Gruppo Scoiattoli dei Denti della Vecchia e collaboriamo con altri gruppi e società d'alpinismo. Oltre a monitori G+S e arrampicatori con esperienza pluridecennale, abbiamo nel nostro gruppo due Guide Alpine qualificate e un dottore in scienze dello sport.



Organizzazione



In collaborazione con



Cosa

Si tratta di un primo corso per avvicinare i giovani all'arrampicata: possono iscriversi sia chi ha già dei rudimenti di arrampicata e vuole migliorarsi, sia chi è principiante.

Quando

Il corso si svolge tutti i venerdì dalle ore 18:00 alle ore 20:00 (fino alle 19:15 per i ragazzi di scuola elementare) con inizio il 2 ottobre e fine al 18 dicembre, presso la palestra d'arrampicata Evolution Center (www.evolutioncenter.ch).

Sono inoltre previste due uscite all'esterno: sabato 7 novembre e sabato 29 novembre (informazioni dettagliate seguiranno).

Per chi

Per ragazzi e giovani dai 9 ai 16 anni.

Costi

140.- per l'intero corso. Vi è la possibilità di partecipare gratuitamente alla prima serata (periodo di prova).

Materiale

Per la prima serata vengono messe a disposizione gratuitamente imbragature e pedule (scarpette d'arrampicata). Per il resto del corso vi saranno delle agevolazioni sul noleggio.

Il resto del materiale (corde, moschettoni, eccetera), viene messo a disposizione dal corso.

Responsabili corso e informazioni

Francesco Züger
francesco.zueger@gmail.com
079 723 44 36

Giacomo Crivelli
giacomo.crivelli@unil.ch
076 679 74 37

Sezione Ticino
Club Alpino Svizzero CAS
Club Alpin Suisse
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



GAB

6512 GIUBIASCO

in montagna con noi...

informazione

Sezione Ticino
Club Alpino Svizzero CAS
Club Alpin Suisse
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer



PERIODICO
D'INFORMAZIONE DELLA
SEZIONE TICINO
DEL CLUB ALPINO
SVIZZERO

N.4/2015 Ottobre

Coordinamento di redazione:

Michela Piffaretti
6512 Giubiasco
michelapiffaretti@bluewin.ch

Grafica e impaginazione:

studio digrafica grizzi avegno
bodesign@bluewin.ch

Stampa:

Lineagrafica Tipo-Offset SA - Gordola

Club Alpino Svizzero

Sezione Ticino

Indirizzo postale:

Casella Postale 4612
6904 Lugano
www.casticino.ch
info@casticino.ch

Sede:

Canvetto Luganese
Via Rinaldo Simen 14B
6900 Lugano

Importante.

**Non spedire niente
a questo indirizzo!**

Aperta ogni mercoledì dalle ore
18.30 alle 19.30