

Perché iscriversi al Cai?

Cai Alpignano

... essere socio CAI significa entrare in una associazione ricca di storia, cultura e valori che legano indissolubilmente alla montagna ed alla sua frequentazione.

... essere socio CAI dà diritto ad una serie di agevolazioni, tra le quali:

- usufruire delle assicurazioni come: soccorso alpino, infortuni e responsabilità civile;
- il trattamento preferenziale ed agevolato presso i Rifugi del C.A.I.; ciò vale anche all'estero grazie alla reciprocità rispetto agli altri Club Alpini nazionali;
- la possibilità di partecipare ad un programma sezionale di escursioni e ciclo-escursioni organizzate da accompagnatori volontari;
- la possibilità di partecipare ai corsi di alpinismo, di arrampicata sia libera che sportiva, di escursionismo, di ciclo-escursionismo e di scialpinismo organizzati dalle Scuole Sezionali o
- ricevere "Montagne 360", la rivista mensile del Club Alpino Italiano a cura della Redazione Nazionale;
- il prestito gratuito dei volumi e delle carte topografiche raccolti e custoditi nella biblioteca sociale;
- agevolazioni e sconti nei negozi di articoli sportivi e sui comprensori sciistici convenzionati;
- partecipare alle manifestazioni delle 800 Sezioni e Sottosezioni d'Italia con oltre 300.000 soci
- usufruire di uno sconto sull'acquisto di pubblicazioni a cura del C.A.I. (guide, manuali, ecc..).

... essere socio CAI di Alpignano inoltre permette:

di avere dei buoni sconto sul pernottamento in alcuni rifugi della zona; di partecipare all'estrazione a premi di fine anno, riservata ai soci della sezione, che hanno partecipato alle escursioni proposte, con possibilità di vincere ricchi premi;

a Natale è d'obbligo farsi gli auguri giocando a tombola, ma anche a Pasqua non mancano colomba e spumante, mentre prima delle vacanze estive ci si rinfresca con l'anguriata;

in tarda primavera, grande raduno intersezionale, con le Sezioni CAI della Valle di Susa e Val Sangone, un'escursione in compagnia per poi fare uno spuntino tra le fresche frasche.



Comitato di redazione:

Cattaneo Doretta - Toto Palma - Cucco Adriana e Baudraz Marina. Il presente notiziario viene consegnato gratuitamente ai soci del CAI della sezione di Alpignano

Foto di copertina: Le Tre cime di Lavaredo

olamento Escursioni e Ciclo-escursion

zionali e allività i 1) Le iscrizioni alle escursioni e ciclo-escursioni si accettano entro il venerdì sera antecedente l'uscita, salvo diversa comunicazione

- fatta dai coordinatori dell'attività in fase di pubblicazione dell'attività stessa, ad esempio se questa comporta la prenotazione di pullman o pernottamenti in rifugio.
- 2) Si ritengono iscritti alle uscite i soci con Tessera CAI valida e che hanno versato la quota di iscrizione qualora prevista. La cifra di iscrizione all'escursione o ciclo-escursione sarà rimborsata esclusivamente in caso di annullamento dell'attività stessa.
- Qualora le uscite in ambiente prevedano un numero massimo di partecipanti verrà considerato il seguente ordine di precedenza: Soci della Sezione, Soci di altre Sezioni del C.A.I., non soci.
- 4) I coordinatori dell'attività hanno facoltà di escludere a loro insindacabile giudizio i partecipanti non ritenuti idonei o non sufficientemente equipaggiati per il tipo di attività proposta.
- Chi aderisce alle escursioni e ciclo-escursioni in programma dichiara di essere cosciente dell'impegno fisico richiesto e dei rischi non eliminabili che l'attività comporta. Dichiara inoltre di essere consapevole che per prendere parte alle uscite è necessario possedere requisiti fisici di idoneità alla pratica sportiva non agonistica in ambiente montano.
- 6) Per motivi di sicurezza e di assicurazione, qualora venga richiesta un'attrezzatura tecnica specifica (casco, imbraco, piccozza, ramponi, set da ferrata, moschettoni, cordini, fettucce, kit A.R.T.V.A. + pala + sonda, racchette da neve, casco da bici, attrezzatura per riparazioni meccaniche sulla bici, ecc..), non saranno ammessi coloro che ne saranno sprovvisti.
- 7) Durante l'uscita in ambiente i partecipanti debbono osservare scrupolosamente le disposizioni impartite dai coordinatori dell'attività o di ciclo-escursione ed adottare tutti gli accorgimenti atti a garantire la propria e l'altrui incolumità, pena l'esclusione dall'attività in corso e da quelle future.
- 8) Il programma di escursioni e ciclo-escursioni, valido per l'anno in corso, potrà subire variazioni e/o annullamenti dovuti alle condizioni meteo non favorevoli o per cause di forza maggiore non prevedibili, anche esterne all'ambito associativo.
- 9) L'iscrizione ad una attività sociale da parte di un non socio comporta il versamento di una quota per l'attivazione di una polizza assicurativa giornaliera.
- 10) Per le escursioni o ciclo-escursioni che prevedano l'utilizzo del pullman è necessario un N° minimo di partecipanti, pena l'annullamento della stessa.
- 11) Iscrivendosi alle attività proposte i partecipanti accettano e si impegnano ad osservare le norme del presente Regolamento.

Cai Alpignano Gennaio 2024



SABATO 13 GENNAIO FIACCOLATA DI S. ABACO

RESCURSIONISMO ALPINISMO GIOVANILE

Località di partenza: Caselette-Pz. Cays m. 375

Dislivello: m. 160
Tempo di salita: h. 0,30
Difficoltà: E

Descrizione: Tradizionale festa dedicata ai SS. Martiri Mario, Marta, Audiface e Abaco lungo la caratteristica mulattiera intervallata dai piloni votivi che conduce alla suggestiva chiesa. Dal Santuario, alle ore 18.00, tradizionale fiaccolata con discesa notturna fino in piazza ma solo "...dopo aver ben mangiato e ben bevuto..." in compagnia dei Priori.

INFO: MARIO MOTRASSINO 339-4167702 MAURIZIO GIRODO 331-2314653

DOMENICA 21 GENNAIO PE...GELANDO

™ M.T.B.

In località da definire in base alle condizioni meteo. Seguirà locandina. Una breve pedalata per divertirci sulla neve e godere del panorama offerto in veste invernale.



| 6 | | | |
|---|---------------|--|---------------------|
| | 1 | Lunedì SS. Maria Madre di Dio | 1a sett. 1 -365 |
| | 2 | Martedì S. Basilio, S. Defendente | 2 -364 |
| | 3 | Mercoledì | 2 -504 |
| | | Santa Genoveffa Giovedì | 3 -363 |
| | 4 | Sant'Ermete, S. Tito | 4 -362 |
| | 5 | Venerdi Sant'Amelia | 5 -361 |
| | 6 | Sabato Epifania del Signore | 6 -360 |
| | 7 | Domenica SS. Nome del Signore | 7 -359 |
| | 8 | Lunedì S. Severino, S. Massimo | 2a sett. 8 -358 |
| | 9 | Martedì S. Giuliano martire | 9 -357 |
| | 10 | Mercoledì | |
| | 11 | S. Agatone, S. Aldo Giovedì | 10 -356 |
| | 11 | Sant'Igino Papa | 11 -355 |
| | 12 | Venerdì s. Modesto | 12 -354 |
| | <u> 13</u> | Sabato FIACCOLATA DI S. ABAC | 13 -353 |
| | 14 | Domenica S. Felice | 14 -352 |
| | 15 | Lunedì s. Mauro | 3a sett. 15 -351 |
| | 16 | Martedì | |
| | 17 | S. Marcello Papa Mercoledì Sant'Antonio abate | 16 -350 |
| | 18 | Giovedì | 17 -349 |
| | 10 | Santa Liberata, Santa Prisca Venerdì | 18 -348 |
| | <u>13</u> | S. Mario, S. Canuto | 19 -347 |
| | <u>20</u> | Sabato S. Sebastiano, S. Fabiano | 20 -346 |
| | 21 | Domenica PEGELANDO Sant'Agnese | 21 -345 |
| | 22 | Lunedì S. Vincenzo, Sant'Anastasio | 4a sett. 22 -344 |
| | 23 | Martedì Santa Emerenziana | 23 -343 |
| | 24 | Mercoledì S. Francesco di Sales | |
| | 25 | Giovedì | 24 -342 |
| | 20 | Conversione di S. Paolo Venerdì | 25 -341 |
| | 20 | Venerdì s. Tito, S. Timoteo | 26 -340 |
| | 21 | Sabato Sant'Angela Merici | 27 -339 |
| | 28 | Domenica S. Tommaso d'Aquino | 28 -338 |
| | 29 | Lunedì s. Costanzo | 5a sett. 29 -337 |
| | 30 | Martedì Santa Martina | 30 -336 |
| | 31 | Mercoledì | |
| | | S. Giovanni Bosco | 31 -335 |



Se... fai
escursionismo
se... arrampichi
Se... fai sci alpinismo
se comunque vai in montagna
VIENI A TROVARCI



Corso Torino, 6 - Tel. 011.9348872 - AVIGLIANA (TO) - www.trekkingsport.com

Cai Alpignano Febbraio 2024



SABATO 10 FEBBRAIO **MONTE CALVO m.550**

Località di partenza: **Dislivello:** Difficoltà:

Tempo di percorrenza:

RESCURSIONISMO MALPINISMO GIOVANILE

Caselette-Pz. Cays m. 375 m. 175

Ε h. 2.00

Descrizione: Dal campo sportivo di Caselette, imboccare la stradina a destra che costeggia la base del versante est del Musinè. Al fondo di una discesa, la strada piega a destra e poco oltre costeggia un laghetto, classificato come SIC, esso ha una particolare importanza per la presenza di specie legate agli ambienti acquatici e alle migrazioni (volendo si prosegue per tracce di sentieri ed in pochi minuti si raggiungono le cave di magnesite, che meritano una deviazione per vederle dall'interno). Si riprende il sentiero abbandonato poco prima che, con un lungo mezzacosta, porta ad un colletto; salendo a destra in breve si giunge in cima al Monte Calvo m. 550, denominazione ormai poco consona in quanto ricoperto di vegetazione. Sulla cima vi è una Cappella intitolata alla Sacra Famiglia.

INFO: DORETTA CATTANEO (AAG) 349-3926785 PALMA TOTO (AAG) 334-1185057

DOMENICA 18 FEBBRAIO PEDALANDO

₩ M.T.B.

In località da definire in base alle condizioni meteo. Seguirà locandina.

Una breve pedalata per sgranchirsi le gambe e godere del panorama offerto in veste invernale.

INFO: GIGI GENINATTI (AC) 339-2320128 P. LUIGI GIANNOTTI 339-5688348



| _ | | |
|------------|---|-------------------------|
| 1 | Giovedì S. Severo, Santa Verdiana | 32 -334 |
| 2 | Venerdì Presentazione del Signore (Candelora) | 33 -333 |
| 3 | Sabato S. Biagio | 35-555 |
| 4 | | 34 -332 |
| 4 | Domenica S. Gilberto | 35 -331 |
| 5 | Lunedi Sant'Agata | 6a sett. 36 -330 |
| 6 | Martedì s. Paolo Miki | 37 -329 |
| 7 | Mercoledì s. Romualdo | 38 -328 |
| 8 | Giovedì S. Girolamo Emiliani | |
| 9 | Venerdì | 39 -327 |
| 10 | Santa Apollonia | 40 -326 |
| 10 | Santa Scolastica | 41 -325 |
| <u> 11</u> | Domenica Nostra Signora di Lourdes | 42 -324 |
| 12 | Lunedì Santa Eulalia | 7a sett. 43 -323 |
| 13 | Martedì Santa Fosca, Santa Maura | 44 -322 |
| 14 | Mercoledi Mercoledi delle Ceneri | |
| 15 | Giovedì | 45 -321 |
| 10 | SS. Faustino e Giovita | 46 -320 |
| 16 | Venerdi Santa Giuliana | 47 -319 |
| <u>17</u> | Sabato S. Donato martire | 48 -318 |
| 18 | Domenica Domenica di Quaresima PEDALANDO | 49 -317 |
| 19 | Lunedì | 8a sett. |
| 20 | Sant'Alvaro, S. Mansueto Martedì | 50 -316 |
| 01 | Sant'Eleuterio, S. Zenobio Mercoledì | 51 -315 |
| <u>ZI</u> | Santa Eleonora, S. Pier Damiani | 52 -314 |
| <u>22</u> | Giovedi Santa Margherita | 53 -313 |
| 23 | Venerdì s. Policarpo | 54 -312 |
| 24 | Sabato S. Edilberto re, S. Sergio | 0 |
| 25 | Domenica | 55 -311 |
| 20 | II Domenica di Quaresima Lunedì | 56 -310 9a sett. |
| 20 | S. Nestore | 57 -309 |
| 27 | Martedì S. Leandro | 58 -308 |
| 28 | Mercoledì S. Romano abate | 59 -307 |
| 29 | Giovedì S. Giusto | |
| | S. Giusio | 60 -306 |
| | | |



AGRIBISCOTTO A NUOVA IDEA DI PANIFICIO

Via Caduti per la Libertà, 18 - 10044 Pianezza TO Tel. +39 339 498 3951 - E-Mail: info@agribiscottodelivery.it







Cai Alpignano

| | | | | y cylindria |
|---|--|--|--|---|
| DOMENICA 03 MARZO FORTI DI GENOVA | ESCURSIONISMO | ALPINISMO GIOVANILE | Mahiz | o 2024 |
| Località di partenza: | Genova m. 0 | | 10(0002 | 0 2021 |
| Dislivello: | m. 500 circa | | | |
| Difficoltà: | E | aine de ainemande airtean i Conti | 1 Venerdì | 61 -30 |
| | sulle alture di Genova per fare un premo un ambiente naturale profon | | 2 Sabato Sant'Eraclio, S. Basilio martir | |
| poraneamente con profumi alp | pini: è un paesaggio di alberi, di mur | a, di panorami, dove i rumori sono | Sant'Eraclio, S. Basilio martin | FORTI DI GENOVA |
| | rba dei prati e degli uccelli che frulla forti militari costruiti fra il XVII e | | III Domenica di Quaresima | 63 -30 10a set |
| | <mark>ono alcune</mark> specie animali e vegetali nento in treno, I <u>SCRIZIONI ENTR</u> | | S. Casimiro, S. Lucio | 64 -30 |
| INFO: RICCARDO GAE | BRIELE 346-3154465 | COVERED 25 TEBBIGHO | 5 Martedì s. Adriano | 65 -30 |
| | ATO 335-7218656 | | 6 Mercoledi s. Marciano | 66 -30 |
| DOMENICA 10 MARZO PEDALANDO NEL ROER | <mark>∞</mark> M.T.B. | | 7 Giovedi Santa Perpetua e Felicita | 67 -29 |
| Località di partenza: Dislivello: | Montà m. 316 m. 650 | | 8 Venerdì s. Giovanni di Dio | 68 -29 |
| Lunghezza itinerario: | Km. 42,00 | | 9 Sabato Santa Francesca Romana | 69 -29 |
| Difficoltà': Descrizione: Anello nelle | MC/MC colline tra le vigne e le Roccl | he del Roero, che toccherà le | 10 Domenica IV Domenica di Quaresima | PEDALANDO NEL ROERO |
| | oero, Monteu, Canale, Cisterna | | 11 Lunedì | 11a set |
| | CO (AC) 335-7327228 | | 12 Martedì | 71 -29 |
| SABATO 16 MARZO | ESCURSIONISMO | ALPINISMO GIOVANILE | 13 Mercoledì Sant'Arrigo, Santa Eufrasia | 72 -29 |
| ROC PERE E PICAPERE Località di partenza: | Avigliana m. 383 | | 14 Giovedì | 73 -29 |
| Dislivello: Difficoltà: | m. 400 E | The state of the s | 15 Venerdì | 74 -29 |
| Tempo di percorrenza: | h. 5.00 in totale | | | 75 - 29 ROC PERE E PICAPERE |
| Descrizione: una facile esterritorio di Avigliana, entrer | | The state of the s | 16 Sabato Sant'Ariberto | 76 -29 |
| Laghi saliremo sulle pendici | del Monte Pezzulano, dove | | 17 Domenica V Domenica di Quaresima | O 77 -28 |
| inizierà il percorso naturalistico poi percorrere le passerelle galle | o che raggiunge le Rocce Rosse, per eggianti del Lago Grande e raggiung | ere il Lago Piccolo dove si pranzerà | 18 Lunedì s. Cirillo di Gerusalemme | 12a se i 78 -28 |
| al sacco. Rientro passando nel b | osco cittadino del Monte Piocchetto | o (Luogo del Cuore FAI 2020). | 19 Martedì S. Giuseppe | 79 -28 |
| | 'ANEO (AAG) 349-3926785 AAG) 334-1185057 | | 20 Mercoledì Santa Claudia, S. Alessandra | ESCURSIONE GRUPPO SENIOR a martire 80 -28 |
| MERCOLEDI' 20 MARZO | The state of the s | | 21 Giovedì S. Benedetto da Norcia | 81 -28 |
| | na, proponiamo un'escursione | in località da definire in base | 22 Venerdì | ASSEMBLEA GENERALE DEI SOCI |
| alle condizioni meteo. Segu INFO: ROBERTO DEL O | | | 23 Sabato S. Turibio de Mogrovejo | 83 -28 |
| LUCIANA PERSI | | | | AVIGLIANA E COLLINA MORENICA 84 -28 |
| VENERDI' 22 MARZO | | | 25 Lunedì | 13a sett. O |
| Assemblea generale dei so In sede ore 21.00. | CI | | 26 Martedì | 85 -28 |
| DOMENICA 24 MARZO | <mark>ॐ</mark> M.T.B. | | 27 Mercoledì | 86 -28 |
| AVIGLIANA E COLLINA : Località di partenza: | MORENICA Avigliana m. 383 | A STATE OF THE STA | S. Augusto | 87 -27 |
| Dislivello: Lunghezza itinerario: | m. 450 Km. 28.00 | | 28 Giovedì | 88 -27 |
| Difficoltà: | TC/MC | | 29 Venerdì S. Secondo martire | 89 -27 |
| Descrizione: il giro propos collina morenica. Villarbasse. | to prevede il passaggio a S. Anto , Reano e ritorno Avigliana. Misto | onio di Ranverso, Rivoli Castello Asfalto, sterrate e facili sentieri. | 30 Sabato | 90 -27 |
| INFO: MASSIMO GRAN | | | 31 Domenica | PASQUA 91-27 |
| ∠ | | | | del CAI Alpignano |
| delega il socio Sig. | | | | |

a rappresentarlo con potere di voto.

Firma leggibile



SABATO 13 APRILE AVVICINAMENTO ALLA MTB

Località di partenza: Alpignano Dislivello: trascurabile Lunghezza itinerario: km. 15.00 circa Difficoltà: TC

h. 3.00 Tempo di percorrenza:

Descrizione: un momento dedicato ai ragazzi ed alle loro famiglie, che vogliano avvicinarsi alla pratica della MTB, gli accompagnatori di ciclo escursionismo saranno a disposizione per rassicurare, consigliare ed accompagnare quelli che vorranno cogliere l'opportunità.

‱ M.T.B.

ADRIANA CUCCO (AC) 335-7327228 - ROBERTA MANTELLO 339-4829051

ESCURSIONISMO

🔣 ESCURSIONISMO 🔣 ALPINISMO GIOVANILE

ESCURSIONE GRUPPO SENIOR-MONEGLIA SESTRI LEVANTE

Per chi è libero in settimana, proponiamo un'escursione in compagnia degli amici del CAI Liguria. Seguirà locandina.

DORETTA CATTANEO (AAG) 349-3926785 - RENZO MARANGON (AE) 333-1646429 INFO:

DOMENICA 21 APRILE

BIVACCO GIAS NUOVO m. 1888

Località di partenza: Forno Alpi Graie m. 1219

Dislivello: m. 669 Difficoltà: E

h. 3.00 in salita Tempo di percorrenza:

Descrizione: l'itinerario inizia a sinistra della piazzetta in fondo al paese, attraversa la Stura su un ponte e termina allo sbocco del Vallone di Sea. Continua su una pista per accedere alla presa dell'acquedotto generale delle Valli di Lanzo. Il sentiero prosegue sulla destra sino ad attraversare la Stura di Sea nei pressi del Gias Balma Massiet m.1500. Salendo in mezzo ad una bassa vegetazione giunge, dopo aver attraversato un'altra volta il torrente, all'Alpe di Sea m.1785, posta sotto un enorme masso. Superate le costruzioni, si aggira un cocuzzolo e con una breve salita si guadagna un vasto pianoro a metà del quale, a destra, vi è il Gias Nuovo.

ROBERTO DALLA LIBERA 339-8109699 - PALMA TOTO (AAG) 334-1185057

R ESCURSIONISMO

SABATO 27 APRILE

FERRATA DELL'INFERNONE

Località di partenza: Sordevolo (BI) m. 700 m. 1800 in orizzontale **Sviluppo:**

Difficoltà: F (EEA)

6 ore e 30 minuti il giro completo Tempo di percorrenza:

MATERIALE OBBLIGATORIO: imbrago, casco, set da ferrata omologato, rinvio. ISCRIZIONI ENTRO GIOVEDI' 25 APRILE

INFO: ENRICO FERRERO (AE) 340-7261415 - ROBERTO DEL CORSO 334-3501075

DOMENICA 28 APRILE

ॐ M.T.B.

RIFUGIO ROCCA SELLA m. 990

Località di partenza: Caselette m. 405 Dislivello: m. 750 km. 30.00 Lunghezza del percorso: MC/BC Difficoltà: Tempo di percorrenza: h. 4.30

Descrizione: da Caselette per sterrate e asfalto si raggiunge Villardora dove inizia la salita che, attraversando le borgate Sala, Montecomposto, Case Inferiori e Celle, porta al rifugio Rocca Sella. Ancora un piccolo sforzo e si giunge alla frazione Combe. Scesi nuovamente a Celle, si inizia la discesa sul Sentiero 571 (MC) sino a raggiungere la bella chiesetta di San Pancrazio. Da qui seguendo parte del percorso della Seja, lungo la cresta si raggiunge Torre del Colle dove percorrendo una sterrata lungo il Messa e la Dora si rientra al punto di partenza. Possibile variante da Celle con anello su Camparnaldo e Campambiardo che aggiunge m. 250 e km. 6.00 INFO: GIORGIO BAU' 335-7295797 - CLAUDIO SASSI 339-6823880

Cai Alpignano Vrile 2024

| 1 | Lunedì Lunedì dell'Angelo | PASQUETTA | 14a sett 92 -274 |
|-----------|--|------------------------|---------------------|
| 2 | Martedì S. Francesco di Paola | | 93 -273 |
| 3 | Mercoledì | | |
| 4 | S. Riccardo vescovo Giovedì | | 94 -272 |
| 5 | Venerdì | | 95 -271 |
| 6 | S. Vincenzo Ferreri Sabato | | 96 -270 |
| 7 | S. Celestino, S. Diogene Domenica Sant'Ermanno, S. Giovanni B. de | | 97 -269 |
| 8 | Lunedì | La Salle | 98 -268 ett. |
| 9 | Sant'Alberto Dionigi Martedì | | 99 -267 |
| 10 | S. Gualtiero, Santa Maria Cleofe Mercoledì | | 100 -266 |
| 10 11 | S. Terenzio martire Giovedì | | 101 -265 |
| 11 | Santo Stanislao vescovo | | 102 -264 |
| 12 | Venerdì S. Zenone, S. Giulio I Papa | | 103 -263 |
| <u>13</u> | Sabato Sant'Ermenegildo, S. Martino I Pr | AVVICINAMENTO ALLA MTB | 104 -262 |
| <u>14</u> | Domenica S. Abbondio | | 105 -261 |
| <u>15</u> | Lunedi Sant'Annibale martire | 16a s | 106 -260 |
| <u>16</u> | Martedì Santa Bernadetta, S. Lamberto | | 107 -259 |
| <u>17</u> | Mercoledi Sant'Aniceto Papa, S. Roberto | | 108 -258 |
| <u>18</u> | Giovedì S. Galdino vescovo | ESC. GRUPPO SENIOR | 109 -257 |
| <u>19</u> | Venerdì Santa Emma, S. Timone | | 110 -256 |
| 20 | Sabato Santa Adalgisa, S. Teotimo | | 111 -255 |
| 21 | Domenica Sant'Anselmo | BIVACCO GIAS NUOVO | 112 -254 |
| 22 | Lunedì Ss. Sotero e Caio | | 17a sett |
| 23 | Martedì Sant'Adalberto, S. Giorgio martin | Ð | 114 -252 |
| 24 | Mercoledì S. Fedele da Sigmaringa | | 115 -251 |
| 25 | Giovedì S. Marco Evang. / Festa della Lib | erazione | 116 -250 |
| 26 | Venerdì Ss. Cleto e Marcellino | | 117 -249 |
| 27 | Sabato Ss. Ida e Zita | FERRATA DELL'INFERNONE | 118 -248 |
| 28 | Domenica Santa Valeria | RIFUGIO ROCCA SELLA | 119 -247 |
| 29 | Lunedì | | 18a sett |
| 30 | Santa Caterina da Siena Martedì | | 120 -246 |
| | S. Pio V Papa | | 121 -245 |





Sant'Ambrogio di Torino (TO) - Via Antica di Francia, 5

MERCOLEDI' 01 MAGGIO 4 DENTI DI CHIOMONTE

R ESCURSIONISMO

Località di partenza:

Grange della valle m. 1769

Dislivello in salita: m. 400 circa

Difficoltà:

Descrizione: il lungo sentiero balcone porta al "Gran Pertus", traforo scavato a mano da Colombano per dare acqua a questo versante della valle, dal traforo in circa 30 minuti si giunge al colletto dei denti. INFO: RENZO MARANGON (AE) 333-1646429 - DANIELA MARENGO 349-7126124

SABATO 04 MAGGIO

ALPINISMO

CONOSCERE LE MANOVRE DI CORDA

Gionrnata didattica a cura della Scuola Carlo Giorda

DOMENICA 05 MAGGIO

🚻 ALPINISMO GIOVANILE

ESCURSIONE AG ISZ A PIAN GORAI

Seguirà locandina.

INFO: DORETTA CATTANEO 349-3926785 (AAG) - PALMA TOTO (AAG) 334-1185057 ₹ M.T.B.

DOMENICA 12 MAGGIO 7 PONTI

Villar Perosa m. 489 Località di partenza:

Dislivello: m. 1100 Lunghezza del percorso: km. 33,00 Difficoltà: MC/BC



Descrizione: Partendo su strada asfaltata si raggiunge il colle Pra Martino. Raggiunto il piazzale si imbocca la strada sterrata che conduce al colle Mortero e successivamente al colle Lubè per poi proseguire verso il colle del Crò. Da qui si procede in discesa su un'ampia strada che alterna sterrato e asfalto fino alla borgata Roccieria. Parte da qui il sentiero 7 ponti che ci porta fino alla cappella Serforan e poi con un altro single track, che porta a diverse borgate, arriviamo al paese di Dubbione. Non ci resta che rientrare a Villar Perosa su strada in leggera discesa. GLORIA BRAGA (ASC) 338-9287751 - FASSIO ARALDO 355-8004980 INFO:

MERCOLEDI' 15 MAGGIO ESCURSIONE GRUPPO SENIOR

R ESCURSIONISMO

Per chi è libero in settimana, proponiamo un'escursione in località da definire in base alle condizioni meteo. Seguirà locandina.

ANNA BRANCA 320-7523040 - ROBERTO RIGOLETTI 346/4778773

DOMENICA 19 MAGGIO GRAN COSTA m. 2615

ESCURSIONISMO

Località di partenza: Gran Puy m. 1.830

Dislivello in salita: m. 785 Difficoltà:

h. 3.00 in salita

Tempo di percorrenza: Descrizione: L'itinerario porta al Colle Lauson, al Lago omonimo poi al colle dell'Assietta e transita sulla strada dell'Assietta da cui con una deviazione si raggiunge il Monte Gran Costa. La zona è ricca di resti di postazioni militari, caserme, fortificazioni, a memoria del periodo in cui fu teatro di molte battaglie e combattimenti.

ANNA TOSONE (ASE) 335-7814475 - LUCIANA PERSICO 347-0498982

MARTEDI' 21 MAGGIO MOUNTAIN NIGHT

ዀ M.T.B.

Escursione serale in località da definire. Seguirà locandina.

CLAUDIO SASSI 339-6823880 - NORMAN ROSOTTI 347-0493237

SABATO 25 MAGGIO

CENA SOCIALE CON PORCHETTA

ISCRIZIONI ENTRO VENERDI' 19 MAGGIO

VINCENZO SILIATO 335-7218656 / DORETTA CATTANEO 349-3926785

DOMENICA 26 MAGGIO LAGO D'ORTA

Difficoltà:

<mark>ൽ</mark> M.T.B.

Località di partenza: Dislivello: Lunghezza del percorso:

Buccione (No) m. 450 km, 40,00



Descrizione: l'itinerario prevede il periplo del Lago passando nei villaggi e borghi che lo circondano. Magnifica vista sull'isola di San Giulio.

MASŠIMO GRANDI 347-9822703 - P. LUIGI GIANNOTTI 339-5688348

Cai Alpignano Maggio 2024

| 1 Mercoledì 4 DENTI DI CHIOMONTE S. Giuseppe artigiano / Festa dei Lavoratori | 122 -244 |
|--|-----------------------|
| 2 Giovedì Sant'Atanasio | 123 -243 |
| 3 Venerdì Ss. Filippo e Giacomo apostoli, | 124 -242 |
| 4 Sabato CONOSCERE LE MANOVRE DI C | ORDA 125 -241 |
| 5 Domenica ESCURSIONE AG ISZ A PIAN G | |
| 6 Lunedì Santa Giuditta | 19a sett. 127 -239 |
| 7 Martedì Santa Flavia | 128 -238 |
| 8 Mercoledì | 129 -237 |
| 9 Giovedì s. Gregorio | 130 -236 |
| 10 Venerdì Sant'Antonino | 131 -235 |
| 11 Sabato S. Fabio martire | 132 -234 |
| 12 Domenica Ascensione del Signore 7 PONTI | 133 -233 |
| 13 Lunedì Beata Vergine Maria di Fatima | 20a sett. 134 -232 |
| 14 Martedì S. Mattia apostolo | 135 -231 |
| 15 Mercoledì ESCURSIONE GRUPPO SENI | • |
| 16 Giovedì | 137 -229 |
| 17 Venerdì S. Pasquale Baylon | 138 -228 |
| 18 Sabato S. Giovanni I Papa | 139 -227 |
| 19 Domenica GRAN COSTA m. 2615 | |
| 20 Lunedì S. Bernardino da Siena | 21a sett. 141 -225 |
| 21 Martedì MOUNTAIN NIGHT | 142 -224 |
| 22 Mercoledì Santa Rita da Cascia | 143 -223 |
| 23 Giovedì S. Desiderio, S. Giorgio | 0 |
| 24 Venerdì Beata Vergine Maria Ausiliatrice | 144 -222 |
| 95 Sabato CENA SOCIALE CON PORCH | |
| S. Gregorio VII Papa 26 Domenica LAGO D'ORTA | |
| 97 Lunedì | 147 -219 22a sett. |
| 28 Martedì Sant'Emilio martire | 148 -218 |
| 99 Mercoledì | 149 -217 |
| 30 Giovedì | 150 -216 |
| 31 Venerdì | 151 -215 |
| Visitazione Beata Vergine Maria | 152 -214 |



Punti cassa touch screen, Palmari e stampanti comande, Stampanti telematiche Robot Camerieri









Cai Alpignano

SABATO 08 GIUGNO

ESCURSIONISMO

VIA FERRATA DEL ROUAS

Località di partenza: Pian del Colle m. 1.450, Bardonecchia

Sviluppo: m. 800

Difficoltà: AD (EEA) per la via ferrata
Tempo di percorrenza: 5 ore il giro completo

MATERIALE OBBLIGATORIO: imbrago, casco, set da ferrata omologato, rinvio. INFO: ENRICO FERRERO (AE) 340-7261415 - VINCENZO SILIATO 335-7218656

DOMENICA 09 GIUGNO ISZ VALSUSA-VALSANGONE

Consueto raduno delle Sezioni CAI della Valle Susa e Val Sangone. Seguirà locandina.

ISCRIZIONI ENTRO VENERDI' 31 MAGGIO INFO: RENZO MARANGON (AE) 333-1646429

MERCOLEDI' 12 GIUGNO ESCURSIONE GRUPPO SENIOR ESCURSIONE GRUPPO SENIOR

Per chi è libero in settimana, proponiamo un'escursione in località da definire in base alle condizioni meteo. Seguirà locandina.

INFO: RENZO MARANGON (AE) 333-1646429 - DANIELA MARENGO 349-7126124

DOMENICA 16 GIUGNO SEA BIANCA m. 2721

ESCURSIONISMO

Località partenza: Pian della Regina m. 1715

Dislivello: m. 1007
Tempo di percorrenza: h. 3.50 in salita

Difficoltà: E

Descrizione: escursione facile su comodo sentiero fino in cima, da lì il panorama è splendido su tutto il gruppo del Viso e su tutto l'arco alpino in generale, con il Monte Rosa e il Cervino in bella evidenza. Nelle giornate limpide lo sguardo si estende alle Alpi Lombarde e all'Appennino Toscano.

INFO: ANNA TOSONE (ASE) 335-7814475 - LUCIANA PERSICO 347-0498982

MERCOLEDI' 19 GIUGNO TINTARELLA DI LUNA

ॐ M.T.B.

Escursione serale in località da definire. Seguirà locandina.

INFO: GIORGIO BAU' 335-7295797 - P. LUIGI GIANNOTTI 339-5688348

DOMENICA 23 GIUGNO GRAND MIOL m. 2995

ESCURSIONISMO

Località partenza: Piano della Milizia m. 2104

Dislivello: m. 900
Tempo salita: h.3.00
Difficoltà: EE

Non banale escursione che, prima seguendo una traccia militare e poi per estesi sfasciumi, permette di raggiungere questa bella e panoramica vetta della valle Argentera.

INFO: RICCARDO GABRIELE 346-3154465 - ANNA TOSONE (ASE) 335-7814475

DOMENICA 30 GIUGNO

₩ M.T.B.

COURBION m. 2430

Località di partenza: Cesana T.se m. 1354 – Parcheggio Seggiovie

Dislivello: m. 1300 circa Lunghezza: Km 30 Difficoltà: BC+/BC+

Descrizione: piacevole e panoramico itinerario ad una vetta molto frequentata in ogni stagione. **INFO:** NORMAN ROSOTTI 347-0493237 / SERAFINO GIULIO 391-3701827







Via Sacchi, 28 bis - 10128 Torino Tel. e Fax 011 562.00.24

E-mail: info@librerialamontagna.it

shop on line www.librerialamontagna.itblog www.lamontagnatorino.itb Libreria La Montagna - Torino

martedì/sabato 9,30/12,30 - 15,30/19,30 mercoledì orario continuato domenica e lunedì chiuso

MERCOLEDI' 03 LUGLIO ESCURSIONE GRUPPO SENIOR

R ESCURSIONISMO

Per chi è libero in settimana, proponiamo un'escursione in località da definire in base alle condizioni meteo. Seguirà locandina.

INFO: DANIELA MARENGO 349-7126124 LUCIANA PERSICO 347-0498982

DOMENICA 07 LUGLIO ESCURSIONISMO BUCO DI VISO-COLLE DELLE TRAVERSETTE m. 2950

Località partenza: Pian del Re m. 2020

Dislivello: m. 930 Difficoltà:

Descrizione: Da Pian del Re si segue per "Colle delle Traversette" e, giunti ai margini di Pian Mait, si contorna la conca fino ai ruderi della casermetta posta a difesa del colle. Subito dopo la casermetta, si raggiunge in breve la diramazione per il Buco di Viso m.2882. Attraversata la galleria si sbuca sul versante francese e quindi si sale fino al Colle delle Traversette m.2950. Dal colle si scende lungo un aereo sentierino che, con percorso tra rocce e creste, riporta al bivio per il traforo e quindi alla casermetta. Da qui si ritorna a Pian del Re lungo il percorso di salita.



INFO: ANNA TOSONE (ASE) 335-7814475 DANIELA MARENGO 349-7126124



DOMENICA 21 e LUNEDI' 22 LUGLIO

BISHORN m. 4153

Località di partenza: Zinal m. 1670 Canton Vallese-CH m. 1600 circa alla Cabanne + 900 Dislivello:

Difficoltà: F

Descrizione: una bella salita con scarse difficoltà tecniche ma da non sottovalutare per la presenza di tratti molto crepacciati.

MATERIALE OBBLIGATORIO: attrezzatura completa da ghiacciaio, pila frontale, sacco lenzuolo.

E' richiesto un buon allenamento al dislivello ed alla quota e la capacità di muoversi con disinvoltura su ghiacciaio.

ISCRIZIONI ENTRO VENERDI' 28 GIUGNO

INFO: MAURO IOTTI (ISA) 335-6916268

VENERDI' 26 LUGLIO ANGURIATA

In sede ore 21.00.

INFO: VINCENZO SILIATO 335-7218656 DORETTA CATTANEO 349-3926785

DOMENICA 28 LUGLIO

COLLE DEL NIVOLET m. 2625

Località di partenza: Noasca m. 1065 **Dislivello:** m. 1650 BC/BC Difficoltà:

Lunghezza itinerario: km. 27.00 di salita

Descrizione: Itinerario di ampio respiro, con salita asfaltata ma ripagata da un contesto ambientale stupendo. La prima parte del percorso segue l'antica strada, che evitando la galleria, conduce all'abitato di Ceresole Reale, passando sotto alle verticali pareti di arrampicata del "Sergent". Anche il tratto da Lago Serù-Colle del Nivolet è chiuso al trafico veicolare nelle domeniche estive.

₩ M.T.B.

INFO: GIGI GENINATTI (AE) 339-2320128 GLORIA BRAGA (ASC) 338-9287751

| 1 | Lunedì S. Teobaldo, Sant'Aronne | 27a sett. 183 -183 |
|--|---|--|
| 2 | Martedì Sant'Ottone, S. Urbano | 184 -182 |
| 3 | Mercoledì ESCURSIONE GRUPPO SENIOR | |
| | S. Tommaso apostolo Giovedì | 185 -181 |
| + | Santa Elisabetta regina | 186 -180 |
| <u>5</u> | Venerdi Sant'Antonio Maria Zaccaria | 187 -179 |
| 6 | Sabato Santa Maria Goretti | 188 -178 |
| 7 | Domenica S. Claudio, S. Edda BUCO DI VISO-COLLE DELL TRAVERSETTE m. 2950 | |
| 8 | Lunedì | 28a sett. |
| 9 | Sant'Adriano III Martedì | 190 -176 |
| 3 | S. Fabrizio, Santa Veronica Giuliani | 191 -175 |
| <u> 10</u> | Mercoledì Santa Felicita, Santa Vittoria | 192 -174 |
| 11 | Giovedì S. Benedetto da Norcia | 193 -173 |
| 12 | Venerdì | |
| 12 | S. Felice e Nabore martiri Sabato | 194 -172 |
| 10 | Sant'Enrico imperatore | 195 -171 |
| | Domonico | |
| 14 | Domenica S. Camillo De Lellis | 196 -170 |
| <u>14</u> <u>15</u> | S. Camillo De Lellis Lunedì S. Bonaventura | • |
| 14 15 16 | S. Camillo De Lellis Lunedì | 196 -170 29a sett. |
| 15 16 17 | S. Camillo De Lellis Lunedì S. Bonaventura Martedì | 196 -170 29a sett. 197 -169 |
| 15 16 17 18 | S. Camillo De Lellis Lunedì S. Bonaventura Martedì Beata Vergine del Carmine Mercoledì Sant'Alessio confessore Giovedì | 196 -170 29a sett. 197 -169 198 -168 |
| 15 16 17 18 | S. Camillo De Lellis Lunedì S. Bonaventura Martedì Beata Vergine del Carmine Mercoledì Sant'Alessio confessore Giovedì S. Federico Venerdì | 196 -170 29a sett. 197 -169 198 -168 199 -167 200 -166 |
| 15 16 17 18 19 | S. Camillo De Lellis Lunedì S. Bonaventura Martedì Beata Vergine del Carmine Mercoledì Sant'Alessio confessore Giovedì S. Federico Venerdì Santa Giusta | 196 -170 29a sett. 197 -169 198 -168 |
| 15 16 17 18 19 20 | S. Camillo De Lellis Lunedì S. Bonaventura Martedì Beata Vergine del Carmine Mercoledì Sant'Alessio confessore Giovedì S. Federico Venerdì | 196 -170 29a sett. 197 -169 198 -168 199 -167 200 -166 |
| 15 16 17 18 19 20 21 | S. Camillo De Lellis Lunedì S. Bonaventura Martedì Beata Vergine del Carmine Mercoledì Sant'Alessio confessore Giovedì S. Federico Venerdì Santa Giusta Sabato | 196 -170 29a sett. 197 -169 198 -168 199 -167 200 -166 201 -165 |
| 15 16 17 18 19 20 21 22 | S. Camillo De Lellis Lunedì S. Bonaventura Martedì Beata Vergine del Carmine Mercoledì Sant'Alessio confessore Giovedì S. Federico Venerdì Santa Giusta Sabato Sant'Elia profeta, Sant'Apollinare Domenica CABANNE DE TRACUIT | 196 -170 29a sett. 197 -169 198 -168 199 -167 200 -166 201 -165 |
| 15 16 17 18 19 20 21 22 23 | S. Camillo De Lellis Lunedì S. Bonaventura Martedì Beata Vergine del Carmine Mercoledì Sanl' Alessio conflessore Giovedì S. Federico Venerdì Santa Giusta Santa Giusta Domenica S. Lorenzo da Brindisi Lunedì BISHORN m. 4153 | 196 -170 29a sett. 197 -169 198 -168 199 -167 200 -166 201 -165 202 -164 C 203 -163 30a sett. |
| 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 | S. Camillo De Lellis Lunedì S. Bonaventura Martedì Beata Vergine del Carmine Mercoledì Sant'Alesio confessore Giovedì S. Federico Venerdì Santa Giusta Sabato Sant'Elia profeta, Sant'Apollinare Domenica S. Lorenzo da Brindisi Lunedì Santa Mardallena Martedì | 196 -170 29a sett. 197 -169 198 -168 199 -167 200 -166 201 -165 202 -164 203 -163 30a sett. 204 -162 |
| 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 | S. Camillo De Lellis Lunedì S. Bonaventura Martedì Beata Vergine del Carmine Mercoledì Sant'Alessio confessore Giovedì S. Federico Venerdì Santa Giusta Sabato Sant'Elia profeta, Sant'Apollinare Domenica S. Lorenzo da Brindisi Lunedì Santa Maria Maddalena Martedì Santa Brigda Mercoledì Santa Cristina Giovedì | 196 -170 29a sett. 197 -169 198 -168 199 -167 200 -166 201 -165 202 -164 O 203 -163 30a sett. 204 -162 205 -161 |
| 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 | S. Camillo De Lellis Lunedi S. Bonaventura Martedi Beata Vergine del Carmine Mercoledi Sant'Alessio confessore Giovedi S. Federico Venerdi Santa Gusta Sabato Sant'Elia profeta, Sant'Apollinare Domenica S. Lorenzo da Brindisi Lunedi Santa Maria Maddalena Martedi Santa Brigida Mercoledi Santa Cristina | 196 -170 29a sett. 197 -169 198 -168 199 -167 200 -166 201 -165 202 -164 O 203 -163 30a sett. 204 -162 205 -161 |

Cai Alpignano Luglio 2024



COLLE DEL NIVOLET m. 2625

211 -155

Sabato

9 Lunedì

Martedì

Mercoledì

Domenica

Cai Alpignano Losto 2024





SEDE CHIUSA FINO AL 31 AGOSTO

DOMENICA 04 AGOSTO PUNTA BASEI m. 3338

ESCURSIONISMO

Località partenza: Pian del Nivolet m. 2532

Dislivello: m. 806 Difficoltà: EE

Tempo di percorrenza: h. 3.00 in salita

Descrizione: l'ascensione alla Punta Basei m.3338 è facile (in assenza di neve) e dal dislivello contenuto. Si svolge su sentiero, pietraia e terreno roccioso per terminare con una facile cresta e un salto di roccia facilitato da una corda fissa. La vetta è molto panoramica sul Gran Paradiso e sulle montagne della Val di Rhemes oltre che sulle cime canavesane, savoiarde e valdostane.

INFO: ANNA TOSONE (ASE) 335-7814475 ANTONIETTA FORNERIS 347-1019348

GIOVEDI' 08 AGOSTO ॐ M.T.B. COLLE DEL SOMMEILLER m.3003

Località di partenza: Bardonecchia m. 1300

Dislivello: m. 1700 Difficoltà: MC Lunghezza itinerario: Km. 56.00 Tempo di percorrenza: h. 5.00 in salita

Descrizione: la prima parte è su strada asfaltata fino alla borgata di Rochemolles m.1650, quindi si prosegue su sterrato con fondo compatto fino al Rifugio Scarfiotti m. 2165. Dal rifugio la strada prosegue con fondo sconnesso alternando serie di tornanti a brevi tratti pianeggianti che consentono di riprendere fiato. Finalmente si giunge al colle con un bel panorama tra creste rocciose, un laghetto e resti glaciali. La gita viene fatta di giovedì poiché in quella giornata non è consentita la salita ai mezzi motorizzati dall'abitato di Rochemolles fino al colle, la fatica per il dislivello e la quota rimangono ma almeno non ci sono traffico e polvere.

INFO: MASSIMO MANTELLO 333-1195203



| 1 Giovedì Sant'Alfonso M. de' Liguori, | 214 -152 |
|--|------------------------------|
| 2 Venerdì | 215 -151 |
| 3 Sabato | |
| 4 Domenica S. Domenico di Gusman | PUNTA BASEI m. 3338 217 -149 |
| 5 Lunedì S. Giovanni Maria Vianney | 32a sett. 218 -148 |
| 6 Martedì Trasfigurazione del Signore | 219 -147 |
| 7 Mercoledì S. Gaetano da Thiene | |
| 8 Giovedì S. Domenico | COLLE DEL SOMMEILLER m. 3003 |
| 9 Venerdì | 221 -145 |
| 10 Sabato | 223 -143 |
| 11 Domenica Santa Chiara d'Assisi | 223 - 143 |
| 12 Lunedì Sant'Ercolano | 33a sett. 0 225 -141 |
| 13 Martedì Ss. Ippolito e Cassiano mart | _ |
| 14 Mercoledì Sant'Alfredo, S. Massimilian | |
| 15 Giovedì Assunzione di Maria Vergine | |
| 16 Venerdì s. Stefano d'Ungheria | 229 -137 |
| 17 Sabato | 230 -136 |
| 18 Domenica Santa Elena imperatrice | 231 -135 |
| 19 Lunedì S. Giovanni Eudes, S. Ludov | 34a sett. 🔾 |
| 20 Martedì | 233 -133 |
| 21 Mercoledì | 234 -132 |
| 22 Giovedì Beata Vergine Maria Regina | 235 -131 |
| 23 Venerdì S. Rosa da Lima | 236 -130 |
| 24 Sabato S. Bartolomeo apostolo | 237 -129 |
| 25 Domenica S. Lodovico re | 238 -128 |
| 26 Lunedì Sant'Alessandro martire | 35a sett. ① 239 -127 |
| 27 Martedì Santa Monica | 240 -126 |
| 28 Mercoledì Sant'Agostino | 241 -125 |
| 29 Giovedì Martirio di S. Giovanni Battis | sta 242 -124 |
| 30 Venerdì Santa Faustina | 243 -123 |
| 31 Sabato Sant'Aristide | 244 -122 |
| | |



Se... fai escursionismo se... arrampichi Se... fai sci alpinismo se comungue vai in montagna **VIENI A TROVARCI**

Salendo al Colle del Sommeiller



Corso Torino, 6 - Tel. 011.9348872 - AVIGLIANA (TO) - www.trekkingsport.com

DOMENICA 01 SETTEMBRE

ESCURSIONISMO

CIMA FRAPPIER m. 3003

Località partenza: Bout du Col m.1698

Dislivello: m. 1305 Difficoltà: EE

Descrizione: Itinerario molto panoramico. Il toponimo

FRAPPIER prende origine dal termine FRAPI che in occitano significa BRUCATO DAI GREGGI. L'itinerario segue l'indicazione 210 passo Frappier m.2891, dal passo segue la dorsale non difficile ma decisamente esposta. Raggiunta la vetta si scende al passo della Longia m.2817; e per il sentiero 209, con un traverso, si raggiunge il passo della Bocchetta m.2217 e infine borgata Sellette m.1798 per raggiungere le baite di partenza.

改

INFO: ROBERTO DEL CORSO 334-3501075 - DANIELA MARENGO 349-7126124

DAL 06 al 11 SETTEMBRE VACANZA IN MONTAGNA

ESCURSIONISMO



Programma ancora in fase di elaborazione. Seguirà locandina.

INFO ESC: VINCENZO SILIATO 335-7218656 - ANNA TOSONE (ASE) 335-7814475 INFO MTB: ADRIANA CUCCO (AC) 335-7327228 - GIGI GENINATTI (AC) 339-2320128

ISCRIZIONI ENTRO VENERDI' 24 MAGGIO

DOMENICA 15 SETTEMBRE REFUGE DU CARRO' m. 2760

R ESCURSIONISMO

Località partenza: Bonneval sur Arc m. 2476 Dislivello: m. +300 -970 circa

Difficoltà: E Tempo di percorrenza: h. 7.00

Descrizione: Giro ad anello passando da L'Ecot, e rientro a Bonneval. Itinerario maestoso, un sentiero in quota tra i più belli delle Alpi.

INFO: RENZO MARANGON (AE) 333-1646429 - ROSANNA MARITANO 333-6911423

DOMENICA 22 SETTEMBRE M ALPINISMO GIOVANILE **ESCURSIONE AG ISZ AI LAGHI PALASINAZ**

Seguirà locandina.

INFO: DORETTA CATTANEO 349-3926785 (AAG) - PALMA TOTO (AAG) 334-1185057

DOMENICA 29 SETTEMBRE ൽ M.T.B. **SAN SICARIO-SESTRIERE**

Località di partenza: S. Sicario-arrivo telecabina

Dislivello: m. 500 Difficoltà: MC/MC Lunghezza itinerario: km, 25,00

Tempo di percorrenza:

Descrizione: da S. Sicario si raggiunge attraverso strada forestale in falsopiano Champlas Seguin, Forte Militare, poi si prosegue per località Chalmettes, Sentiero Grò Bial, Sestriere, Hotel Principi di Piemonte, Sentiero del Senatore, (Variante Monte Alpette), Strada x Col Basset, Sentiero Bordin, località Soleil Boeuf. N.B. x Variante Monte Alpette 2 tratti con PORTAGE 10 MINUTI Con E-BIKE NO PROBLEM.

INFO: GIORGIO BAU' 335-7295797/ CLAUDIO SASSI 339-6823880





| 1 Do Sant'E | menica | CIMA FRAPPIER m. 3003 | 245 -121 |
|---|--|---|--|
| 2 Lu | nedì | | 36a sett. |
| | artedì | | 246 -120 |
| S. Gre | gorio martire | | 247 -119 |
| 4 IVIE | ercoledì Rosalia | | 248 -118 |
| 5 Gio | ovedì | | 249 -117 |
| 6 Ve | nerdì | _ | 250 -116 |
| 7 Sa | bato | | |
| | menica | WACANTA | 251 -115 |
| - Natività | menica à della Beata V. Maria nedì | VACANZA | 252 -114 37a sett. |
| S. Ser | gio Papa | IN | 253 -113 |
| | artedi ola da Tolentino | MONTAGNA | 254 -112 |
| 11 Me | ercoledì oto e Giacinto martiri | J | 255 -111 |
| 12 Gid | ovedì Nome di Maria | | 256 110 |
| 13 Ve | nerdì | | 256 -110 |
| | vanni Cristoforo bato | | 257 -109 |
| Esaltaz | zione della S. Croce | | 258 -108 |
| 15 Beata | Menica V. Maria Addolorata | REFUGE DU CARRO'm. 2760 | 259 -107 |
| | | | |
| 16 Lu | nedi omelio e Cipriano | | 38a sett. 260 -106 |
| 17 Ma | nedi omelio e Cipriano artedì perto Bellarmino | | |
| 17 Ma 17 Ma 18 Me | artedì perto Bellarmino ercoledì | | 260 -106 |
| 17 Ma 17 Ma 18 Me 19 Gio | artedì erto Bellarmino ercoledì Sofia martire | | 260 -106 |
| 17 Ma 17 Ma 18 Me 19 Gid 19 Gid | artedi perto Bellarmino arcoledi Sofia martire ovedi naro vescovo | | 261 -105 |
| 17 Ma 18 Me 19 Gid 20 Ve Sante | profession e Cipriano partedì perto Bellarmino percoledì Sofia martire povedì narro vescovo nerdì ustachio | | 260 -106 261 -105 0 262 -104 |
| 17 Ma 17 Ma 18 Me 19 Giu 19 Giu 20 Ve 21 Sa 8 Mat | prnelio e Cipriano partedì perto Beliarmino percoledì Sofia marire povedì narro vescovo nerdì ustachio bato teo Apostolo ed evangelisi | | 260 -106 261 -105 0 262 -104 263 -103 |
| 17 Ma 17 Ma 18 Me 19 Giu 19 Giu 20 Ve 21 Sa 8 Mat | artedì perto Bellarmino percoledì Sofia martire Dovedì narro vescovo nerdì ustachio | esta ESCURSIONE AG ISZ AI LAGHI PALASINAZ | 260 -106 261 -105 262 -104 263 -103 264 -102 |
| 17 Ma 17 Ma 18 Ma 19 Gid 19 Gid 20 Ve 21 Sa 21 Sa 22 S. Mat 23 Lui | prnelio e Cipriano partedì perto Beliarmino percoledì Sofia marire povedì narro vescovo nerdì ustachio bato teo Apostolo ed evangelisi | ESCURSIONE AG ISZ AI | 261-105 C 262-104 263-103 264-102 265-101 |
| 17 Ma 17 Ma 18 Ma 19 Gid 20 Ve 20 Sant'E 21 Sa 22 Do 23 Lui 24 Ma | profession e Cipriano partedì perto Bellarmino | ESCURSIONE AG ISZ AI | 261 -105 C 262 -104 263 -103 264 -102 265 -101 266 -100 39a sett. 267 -99 |
| 17 Ma 18 Me 19 Gig 20 Ve 21 Sart 21 Sa 22 Do 23 Lui 24 Ma 25 Me | prnelio e Cipriano per Coledì per Coledì por Coledì por Coledì por Coledì por Coledì por Coledì para vescovo nerdì ustachio bato teo Apostolo ed evangelio per Coledì da Petralcina per Coledì difico prete per Coledì per Coledì | ESCURSIONE AG ISZ AI | 260 -106 261 -105 C 262 -104 263 -103 264 -102 265 -101 266 -100 39a sett. 267 -99 268 -98 |
| 17 Ma S. Rot 18 Ma 19 Gie 20 Ve 21 Sa 21 Sa 22 Do 23 Lui 24 Ma S. Pao 25 Ma 26 Gie 26 Gie | prometic e Cipriano Bartedì Berto Beliarmino Procoledì Sofia martire Dovedì nnaro vescovo nerdì ustachio bato teo Apostolo ed evangelio menica medì da Petralcina Bertedì ido prote Percoledì Aurelia | ESCURSIONE AG ISZ AI | 261 -105 C 262 -104 263 -103 264 -102 265 -101 266 -100 39a sett. 267 -99 |
| 17 Ma S. Rot 18 Ma Santa 19 Gie 20 Ve 21 Sa 21 Sa 22 Do S. Mat 23 Lui 24 Ma S. Pac 25 Ma 26 Gie Santa 26 Gie Santa | predice Cipriano Bartedì Bartedì Belarmino Brooledì Sofia martire Dovedì narro vescovo nerdì ustachio bato to Apostolo ed evangelio menica nedì da Petralcina Bartedì ifico prete Percoledì Aurelia Dovedì soma e Damiano | ESCURSIONE AG ISZ AI | 260 -106 261 -105 C 262 -104 263 -103 264 -102 265 -101 266 -100 39a sett. 267 -99 268 -98 |
| 17 Ma 18 Ma 19 Gio 20 Ve 20 Sante 21 Sa 21 Sa 22 Do 23 Lu 23 Lu 24 Ma 25 Ma 26 Gio 26 Gio 27 Ve 27 Ve 27 Ve | prometio e Cipriano Partedì Partedì Parte Gellarmino Povedì Parto Povedì Parto Povedì Parto Vescovo Parto Povedì Partedì | ESCURSIONE AG ISZ AI | 261-106 261-104 263-104 263-103 264-102 265-101 266-100 39a sett. 267-99 268-98 |
| 17 Ma 17 Ma 18 Ma 19 Gig 20 Ve 21 Sa 21 Sa 22 Do 24 Ma 24 Ma 25 Ma 26 Gig 27 Ve 27 Ve 28 Sa | prometio e Cipriano Bartedì Bartedì Barteoledì Sofia martire Dovedì Inaro vescovo Inerdì Instachio Bato To Apostolo ed evangelio Bartedì Ida Petralcina Bartedì | ESCURSIONE AG ISZ AI LAGHI PALASINAZ | 261 -105 C 262 -104 263 -103 264 -102 265 -101 266 -100 39a sett. 267 -99 268 -98 269 -97 |
| 17 Ma S. Rot 18 Ma 19 Gid 19 S. Ger 20 Ve 21 Sa 21 Sa 22 Do 23 Lui 23 Lui 24 Ma 25 Ma 26 Gid S. Ca 27 Ve 28 Sa 28 Sa 29 Santa | predio e Cipriano Partedì Perto Bellarmino Perco Iedì Sofia martire Povedì Intero vescovo Inerdì Ustachio Dato Dec Apostolo ed evangelio Perco Iedì Jarredì Ja | ESCURSIONE AG ISZ AI LAGHI PALASINAZ | 261 -106 C 262 -104 263 -103 264 -102 265 -101 266 -100 39a sett. 267 -99 268 -98 271 -96 |

CIMA FRAPPIFR m 3003





DOMENICA 06 OTTOBRE

R ESCURSIONISMO

FERRATA DEANNA ORLANDINI

Crocefieschi (GE) m. 750 Località di partenza:

m. 600-dislivello avvicinamento m. 130 **Sviluppo:**

Difficoltà: D (EEA) per la via ferrata

6 ore e 30 minuti il giro completo Tempo di percorrenza:

MATERIALE OBBLIGATORIO: imbrago, casco, set da ferrata omologato, rinvio.

INFO: ENRICO FERRERO (AE) 340-7261415 - ROBERTO DEL CORSO 334-3501075

MERCOLEDI' 09 OTTOBRE ESCURSIONE GRUPPO SENIOR

ESCURSIONISMO

Per chi è libero in settimana, proponiamo un'escursione in località da definire in base alle condizioni meteo. Seguirà locandina.

INFO: RENZO MARANGON (AE) 333-1646429 - ROBERTO DEL CORSO 334-3501075

DOMENICA 13 OTTOBRE LAGO DI PRATOFIORITO m.1793

RESCURSIONISMO WALPINISMO GIOVANILE

Località partenza: Locana Bg. Porcili m. 1225

Dislivello: m. 750 Difficoltà:

Descrizione: Ai margini del Parco del Gran Paradiso, si apre il vallone silenzioso di Cambrelle, luogo a molti sconosciuto, riparato dai venti e battuto dal sole. La facile escursione porta al Rif. S. Pulenta e raggiunge i prati di fronte all'Alpe Pratofiorito superiore; in pochi minuti si raggiunge la bella conca ove è posto il Lago di Pratofiorito.

INFO: DORETTA CATTANEO (AAG) 349-3926785 - ROBERTO DALLA LIBERA 339-8109699

DOMENICA 20 OTTOBRE

οδ Μ.Τ.Β.

MONFERRATO TOUR Località di partenza:

San Marzano Oliveto (At)

Dislivello in salita: m. 560 TC/MC Difficoltà: km.34.00 Lunghezza itinerario:

Descrizione: giro ad anello tra le colline del monferrato con panorami su tutto l'arco

Alpino, partenza / arrivo in Agriturismo la Viranda. INFO: ADRIANA CUCCO (AC) 335-7327228 - MASSIMO GRANDI 347-9822703

DOMENICA 20 OTTOBRE ALPINISMO GIOVANILE **ESCURSIONE AG ISZ CON CASTAGNATA FINALE**

In località da definire in base alle condizioni meteo. Seguirà locandina.

INFO: DORETTA CATTANEO (AAG) 349-3926785 - PALMA TOTO (AAG) 334-1185057

DOMENICA 27 OTTOBRE ESCURSIONISMO 💑 M.T.B. WALPINISMO GIOVANILE TRA LE VIGNE

Il percorso verrà definito in seguito, sia per la MTB che per l'escursionismo, sarà adatto a tutti e permetterà di godere degli splendidi paesaggi autunnali che il Piemonte ci offre. INFO MTB: ADRIANA CUCCO (AC) 335-7327228 - GLORIA BRAGA (ASC) 338-9287751 INFO ESC: DANIELA MARENGO 349-7126124 - VINCENZO SILIATO 335-7218656

ISCRIZIONI ENTRO VENERDI' 11 OTTOBRE



Cai Alpignano Ittobro 2024

| 1 Martedì Santa Teresa di Gesù Bambino | 275 -91 |
|--|-----------------------|
| 9 Mercoledì | • |
| ss. Angeli Custodi Giovedì | 276 -90 |
| S. Gerardo abate, S. Alfonso 4 Venerdì | 277 -89 |
| 5 Sabato | 278 -88 |
| S. Placido martire | 279 -87 |
| 6 Domenica S. Bruno di Calabria abate | 280 -86 |
| 7 Lunedi Beata Vergine Maria del Rosario | 41a sett 281 -85 |
| 8 Martedi S. Pelagia, S. Reparata | 282 -84 |
| 9 Mercoledì ESCURSIONE GRUPPO SENIOR | 283 -83 |
| 10 Giovedì S. Daniele vescovo | O 284 -82 |
| 11 Venerdì Maternità di Maria, S. Firmino | 285 -81 |
| 12 Sabato | 286 -80 |
| 13 Domenica LAGO DI PRATOFIORITO m.17 | |
| 14 Lunedì | 42a sett |
| 15 Martedì | 288 -78 |
| Santa Teresa d'Avila 16 Mercoledì | 289 -77 |
| 17 Giovedì | 290 -76 |
| 12 Venerdì | 291 -75 |
| S. Luca evangelista | 292 -74 |
| 19 Sabato S. Isacco martire | 293 -73 |
| 20 Domenica MONFERRATO TOUR / ESCURSIO AG ISZ CON CASTAGNATA FINAL | LE _{294 -72} |
| 21 Lunedi Sant'Orsola e compagne | 43a sett 295 -71 |
| 22 Martedì S. Donato, Santa Maria Salomè | 296 -70 |
| 23 Mercoledì S. Giovanni da Capestrano | 297 -69 |
| 24 Giovedì S. Antonio Maria Claret vescovo | 298 -68 |
| 25 Venerdì Ss. Crisante e Daria martiri, S. Crispino | 299 -67 |
| 26 Sabato | |
| 27 Domenica TRA LE VIGNE | 300 -66 |
| N.S. Gesü Re dell'Universo 28 Lunedì | 301 -65 44a sett |
| 29 Martedì | 302 -64 |
| 30 Mercoledì | 303 -63 |
| S. Germano vescovo | 304 -62 |
| 31 Giovedì | 305 -61 |



Cai Alpignano

Per chi è libero in settimana, proponiamo un'escursione in località da definire in base alle condizioni meteo. Seguirà locandina.

INFO: LUIGINA GIRARDI 338-9192799 ROBERTO DEL CORSO 334-3501075

DOMENICA 10 NOVEMBRE ALPINISMO GIOVANILE RESCURSIONISMO IL MARE D'AUTUNNO

Descrizione: Escursione per godere ancora di una bella camminata prima del lungo inverno. Seguirà locandina.

INFO: MARANGON RENZO (AE) 333-1646429

ROBERTO BONA 340-9269042

ISCRIZIONI ENTRO VENERDI' 01 NOVEMBRE



SABATO 16 NOVEMBRE

CENA SOCIALE CON BAGNA CAODA

INFO: VINCENZO SILIATO 335-7218656 DORETTA CATTANEO 349-3926785

ISCRIZIONI ENTRO VENERDI'03 NOVEMBRE

DOMENICA 17 NOVEMBREM.T.B. TOUR D'AUTUNNO

Escursione autunnale in località da definire. Seguirà locandina.

INFO: GIGI GENINATTI (AC) 339-2320128 GIORGIO BAU' 335-7295797

DOMENICA 24 NOVEMBRE ALPINISMO GIOVANILE RESCURSIONISMO MADONNA DELLA NEVE m. 917

Località partenza: Rocca C. se m. 640

Dislivello: m. 277
Difficoltà: T

Descrizione: Raggiungere la Cappella della Madonna della Neve richiede una facile escursione su strada sterrata, senza grandi pendenze. E' la classica meta per una passeggiata immersi nella natura o per un un pic nic in famiglia.

INFO: DORETTA CATTANEO (AAG) 349-3926785 TOTO PALMA (AAG) 334-1185057













<u>Cai Alpignano</u> Picembre 2024



VENERDI' 13 DICEMBRE

PROIEZIONE ATTIVITA' DELL'ANNO In sede ore 21.00.

DOMENICA 15 DICEMBRE

TOUR DI NATALE

Escursione natalizia, alla ricerca dei Presepi. Seguirà locandina.

INFO: MASSIMO GRANDI 347-9822703 ROBERTA MANTELLO 339-4829051

VENERDI' 20 DICEMBRE

TOMBOLATA DI FINE ANNO In sede ore 21.00.

SABATO 21 DICEMBRE

S.MESSA DI NATALE





RINNOVO CARICHE SOCIALI

L'annuale Assemblea generale dei soci è convocata per la serata del 22 Marzo 2024 alle ore 20,30 in prima convocazione, mancando il numero legale alle ore 21,30 in seconda convocazione, presso la sede sociale della sezione.

Ordine del giorno

- 1) Nomina del Presidente dell'Assemblea, del segretario e di tre scrutatori.
- 2) Relazione del Presidente.
- 3) Consegna dei distintivi ai soci venticinquennali e cinquantennali.
- 4) Approvazione dei bilanci consuntivo 2023 e preventivo 2024.
- 5) Elezioni per le cariche sociali.

A norma di Statuto non hanno diritto al voto i soci di età inferiore agli anni 18, alla votazione sono ammessi solo i Soci in regola con il tesseramento dell'anno in corso alla data dell'assemblea. Nel caso di impossibilità a partecipare è possibile delegare un altro socio della sezione compilando il tagliando riportato al mese di Marzo.

CONSIGLIO DIRETTIVO

Revisore dei Conti:

| Scadono per compiuto triennio: Restano in | | | | a: | |
|---|----------|---------|--------------|---------|--|
| Vice Presidente: | Marangon | Renzo | Presidente: | Siliato | |
| Consiglieri: | Cucco | Adriana | Consiglieri: | Braga | |

| Cucco | Adriana | 8 | | |
|---------|---------|---|------------|----------|
| | _ | | Cattaneo | Doretta |
| Girotto | Laura | | Del Corso | Roberto |
| Toto | Palma | | Ferrero | Enrico |
| Titonel | Renzo | | Gabriele | Riccardo |
| | | | Girodo | Maurizio |
| | | | Motrassino | Mario |
| | | | Ranalli | Fiore |

Revisore dei Conti: Maurizio Bortignon Le quote 2024 sono: Mantello Roberta

SOCI ORDINARI € 45,00 SOCI ORD. JUNIOR € 22,00

SOCI FAMILIARI € 24,00 CONVIVENTI CON IL SOCIO ORDINARIO

SOCI GIOVANI € 16,00 NATI NEL 2007 E SEGUENTI

COMPRESI TESSERA E DISTINTIVO NUOVE ISCRIZIONI € 4,00

Per le nuove iscrizioni sono sufficienti due fotografie formato tessera e l'apposito modulo compilato, disponibile in sede; per i minori di anni 18 il modulo dovrà essere firmato da un genitore. Per i rinnovi basta effettuare il pagamento della quota entro il 31.03.2024. Si consiglia di rinnovare entro tale data poichè il 31.3, scade l'assicurazione. Coloro che entro il 31.10 non avranno rinnovato saranno cancellati dagli elenchi e un'ulteriore richiesta di associazione dovrà essere considerata come nuova. Per il rinnovo e per il nuovo tesseramento è richiesto il codice fiscale.

A tutti i soci vecchi e nuovi verranno dati in omaggio due buoni per pernottamento in rifugio. ATTENZIONE! Dopo il 31.3 i rinnovi si effettueranno soltanto il 1° e il 3° venerdì del mese.



GENNAIO 2024

Sabato 13 Fiaccolata di S. Abaco

Domenica 21 Pe... Gelando **FEBBRAIO 2024**

Sabato 10 Monte Calvo M.550

Domenica 18 Pedalando

MARZO 2024
Domenica 03 Forti Di Genova
Domenica 10 Pedalando Nel Roero
Sabato 16 Roc Pere E Picapere
Mercoledi 20 Escursione Gruppo Senior

Domenica 24 Avigliana E Collina Morenica

APRILE 2024
Sabato 13 Avvicinamento Alla Mtb
Giovedì 18 Escursione Gruppo Senior
Domenica 21 Bivacco Gias Nuovo
Sabato 27 Ferrata Dell'infernone

Domenica 28 Rifugio Rocca Sella M. 990

MAGGIO 2024 Mercoledi 01 4 Denti Di Chiomonte Sabato 04 Conoscere le manovre di corda

Domenica 05 Escursione Ag Isz a PianGorai Domenica 12 7 Ponti Mercoledi 15 Escursione Gruppo Senior Domenica 19 Gran Costa M. 2615 Martedi 21 Mountain Night

Domenica 26 Lago D'Orta

Sabato 08 Via Ferrata Del Rouas Domenica 09 Isz Val Susa - Valsangone

Mercoledì 12 Escursione Gruppo Senior Domenica 16 Sea Bianca M. 2721

Mercoledì 19 Tintarella Di Luna

Domenica 23 Grand Miol M. 2995 Domenica 30 Courbion M. 2430

LUGLIO 2024

Mercoledi 03 Escursione Gruppo Senior

Domenica 07 Buco Di Viso-Colle Delle Traversette M. 2950

Domenica 21 Cabane De Tracuit M. 3256 Lunedì 22 Bishorn M. 4153

Domenica 28 Colle Del Nivolet M. 2625

AGOSTO 2024

Domenica 04 Punta Basei M. 3338

Giovedì 08 Colle Del Sommeiller M.3003

SETTEMBRE 2024
Domenica 01 Cima Frappier M. 3003
Dal 06 all' 11 Vacanza in Montagna

Domenica 15 Refuge Du Carro' M. 2760 Domenica 22 Escursione Ag Isz ai Laghi Palasinaz Domenica 29 San Sicario-Sestriere

OTTOBRE 2024 Domenica 06 Ferrata Deanna Orlandini

Mercoledì 09 Escursione Gruppo Senior

Domenica 13 Lago Di Pratofiorito m. 1793 Domenica 20 Monferrato Tour

Domenica 20 Castagnata Ag Isz Domenica 27 Tra Le Vigne

NOVEMBRE 2024

Mercoledì 06 Escursione Gruppo Senior

Domenica 10 II Mare d'Autunno

Domenica 17 Tour d'Autunno

Domenica 24 Madonna della Neve M. 917

DICEMBRE 2024

Domenica 15 Tour di Natale

ALTRE ATTIVITA

VENERDÌ 22 MARZO

Vincenzo Gloria

Assemblea Generale Dei Soci

SABATO 25 MAGGIO Cena Sociale Con Porchetta

VENERDÌ 26 LUGLIO

Anguriata **SABATO 16 NOVEMBRE**

Cena Sociale Con Bagna Caoda **VENERDÌ 13 DICEMBRE**

Proiezione Attività dell'anno

VENERDÌ 20 DICEMBRE Tombolata di Fine Anno

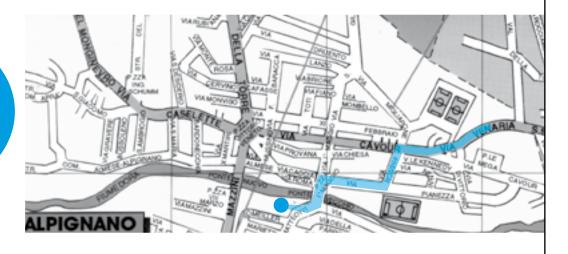
SABATO 21 DICEMBRE

S.Messa di Natale



Via Matteotti, 10 - 1° piano ex scuola Riberi

LA SEDE CAI E'
APERTA IL
VENERDI' SERA
21,15 / 22,30
335.7327228
349.3926785





Se ami l'amicizia la natura e l'allegria...

Vieni in nostra compagnia Alpinismo giovanile Escursionismo - MTB

ci siamo tutti i venerdì sera dalle ore 21,15

> Tel. 349 3926785 Tel. 335 7327228

Il CAI e le Commissioni declinano ogni responsabilità per incidenti o danni che avessero a verificarsi durante lo svolgimento del programma.

In considerazione dei rischi e pericoli inerenti allo svolgimento della attività della Sezione ogni partecipante esonera la Presidenza della Sezione, le Commissioni e gli accompagnatori da ogni responsabilità per incidenti e danni a persone o cose che avessero a verificarsi prima, durante e dopo l'attività stessa.

| RENNAIO 1 8 15 22 29 M 2 9 16 23 30 T 3 10 17 24 31 W 1 11 18 25 T 5 12 19 26 F 6 13 20 27 S 7 14 21 28 S JANUARY | FEBBRAIO 5 12 19 26 M 6 13 20 27 T 7 14 21 28 W 7 14 21 28 W 2 9 16 23 F 8 3 10 17 24 S 4 11 18 25 S FEBRUARY | MARZO 4 11 18 25 M 5 12 19 26 T 6 13 20 27 M 7 14 21 28 T 1 8 15 22 29 F 2 9 16 23 30 S 3 10 17 24 31 S MARCH |
|---|---|---|
| PRILE 1 8 15 22 29 M 2 9 16 23 30 T 3 10 17 24 4 11 18 25 5 12 19 26 6 13 20 27 5 7 14 21 28 APRIL | MAGGIO 6 13 20 27 M 7 14 21 28 M 1 8 15 22 29 W 2 9 16 23 30 T 3 10 17 24 31 F 4 11 18 25 S 5 12 19 26 S MAY | GIUGNO 3 10 17 24 M 4 11 18 25 T 5 12 19 26 6 6 13 20 27 T 7 14 21 28 F 8 1 8 15 22 29 S 1 2 9 16 23 30 S JUNE |
| UGL I O | AGOSTO | SETTEMBRE |
| 1 8 15 22 29 M 2 9 16 23 30 T 3 10 17 24 31 W 4 11 18 25 T 5 12 19 26 F 6 13 20 27 F 7 14 21 28 S | 5 12 19 26 M 6 13 20 27 T 7 14 21 28 W G 1 8 15 22 29 T V 2 9 16 23 30 F S 3 10 17 24 31 S D 4 11 18 25 S | 2 9 16 23 30 M M 3 10 17 24 W M 4 11 18 25 W G 5 12 19 26 W V 6 13 20 27 S T 14 21 28 S D 1 8 15 22 29 S SEPTEMBER |
| OTTOBRE | NOVEMBRE | DICEMBRE |
| 7 14 21 28 M 1 8 15 22 29 T 2 9 16 23 30 W | 4 11 18 25 M 5 12 19 26 T 6 13 20 27 W | 2 9 16 23 30 M 3 10 17 24 31 T 4 11 18 25 W |

