

REGOLAMENTO ESCURSIONI

La partecipazione alle escursioni sociali è riservata esclusivamente ai Soci.

Non sono ammessi alle escursioni sociali minori di età se non accompagnati.

In caso di trasferimenti con auto private l'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali incidenti che dovessero accadere.

Gli organizzatori rappresentano a tutti gli effetti il "Consiglio" ed hanno la facoltà, qualora lo ritenessero opportuno, di variare il percorso e l'orario delle escursioni per un miglior risultato delle stesse.

Premesso che in montagna non esiste rischio zero, la pericolosità è insita nell'esercizio della stessa pratica ed è ineliminabile, colui che decide di intraprendere una escursione deve essere consapevole di esporsi ad una percentuale di rischio, deve possedere preparazione tecnica e fisica, equipaggiamento ed attrezzatura adeguati alle caratteristiche e difficoltà dell'escursione cui partecipa ed ha l'obbligo di informarsi sulle sue particolarità (difficoltà, lunghezza, dislivello, tempi di percorrenza, quota, ecc.), rinunciando ogni qualvolta non posseda la preparazione necessaria ad affrontare in piena autonomia le difficoltà della medesima.

L'iscrizione alla escursione vale perciò quale affermazione di piena autosufficienza nel superamento delle difficoltà previste.

Essa non può in alcun caso essere intesa quale atto costitutivo di rapporto di accompagnamento in capo al Gruppo, agli organizzatori preposti o ad altri soggetti partecipanti alla escursione.

I nostri accompagnatori non sono titolati né professionisti e svolgono l'attività di accompagnamento senza percepire alcun compenso.

Partecipando alle escursioni si dà il consenso alla pubblicazione di fotografie e filmati ritraenti la propria persona (sito web, facebook, proiezioni in occasione di incontri ufficiali organizzati dal Gruppo).

All'atto dell'iscrizione alle escursioni sociali i partecipanti dichiarano di conoscere e accettare senza riserva alcuna il regolamento associativo e le coperture assicurative che l'associazione ha in essere, rinunciando in ogni caso ad azioni legali nei confronti dell'associazione stessa o del consiglio direttivo.

CONSIGLIO DIRETTIVO

<i>Presidente</i>	<i>Ezio Damasconi</i>
<i>Vicepresidente</i>	<i>Angelo Ricci</i>
<i>Tesoriere/Segreteria</i>	<i>Franca Bottura</i>
<i>Consigliere</i>	<i>Claudio Benini</i>
<i>Consigliere</i>	<i>Carlo Biondaro</i>
<i>Consigliere</i>	<i>Cristina Tabarini</i>
<i>Consigliere</i>	<i>Gabriella Cecchini</i>
<i>Consigliere</i>	<i>Gian Mario De Togni</i>
<i>Consigliere</i>	<i>Vinicio Sandrini</i>

SEMPRE NELLO ZAINO

Berretto, guanti, giacca anti vento, poncho impermeabile, micro pile, bevande, barrette energetiche, frutta secca (prugne e uva sultanina), fischietto per segnalazioni, telino termico, accendino, lumino, lampada frontale, kit primo soccorso, occhiali con lenti protettive, mascherina protettiva, soluzione gel igienizzante per le mani.

Ci trovate anche su

www.gruppoamicidellamontagna.org



info@gruppoamicidellamontagna.org

**GRUPPO
AMICI DELLA
MONTAGNA**
come la prima volta...25 anni dopo
di
San Giovanni Lupatoto



Associazione fondata nel 1997

***PROGRAMMA
ATTIVITA'
ESCURSIONISTICA
- 2022 -***

***Ci troviamo tutti i Giovedì sera dalle ore 21,00 presso
Casa Novarini - Via Monte Ortigara, 7 - San Giovanni Lupatoto***

In collaborazione con "IL SENTIERO"

CALENDARIO ESCURSIONI

Domenica 27 Marzo **Escursionistica**

RITORNO AL "BALOT TACA' VIA" ↑↓500 - ore 4

Proposta da: GAM

Escursione sui sentieri che furono dei nostri pionieri alla riscoperta di un Balot che el par la "tacà via". Fine escursione a ricordare i nostri primi 25 anni.

Domenica 10 Aprile **Escursionistica**

LA VAL DEI MULINI ↑↓450 - ore 5

Proposta da: Turrini

Percorso piacevole sui Colli Berici tra mulini e boschi con scorci panoramici che si spingono fino alle Piccole Dolomiti.

Domenica 8 Maggio **Escursionistica**

LA DORSALE DELLA STORIA ↑↓250 - ore 4

Proposta da: Cecchini, De Togni

Percorso naturalistico che partendo da Roncà, attraverso la Val Nera, per riscoprire una terra antichissima ricca di fossili ma anche cascate, rocce e verdeggianti boschi.

Domenica 22 Maggio **Esc. Esperti**

AL NASO DI NAPOLEONE ↑↓1250 - ore 7

Proposta da: Sandrini

Bella scarpinata che ci permetterà di conquistare la punta del naso di Napoleone conosciuto con il nome di Pizzoccolo, ma anche Monte Gu.

Domenica 5 Giugno **Esc. Esperti**

DA CAMPOFONTANA AL BERTAGNOLI ↑↓1100 - ore 7

Proposta da: Benini, Tabarini

Escursione paesaggisticamente variegata alla conquista di alcune tra le più alte cime della catena delle Tre croci.

Domenica 19 Giugno **Escursionistica**

SICURI SUI SENTIERI

Proposta da: GAM—CNSAS

Il GAM partecipa alla manifestazione che il CNSAS propone ogni anno e che riguarda la sicurezza sui sentieri.

Domenica 3 Luglio **Escursionistica**



GIRO DEL MONTE CAVONE ↑↓800 - ore 7

Proposta da: Damasconi, Zanella

Da Lavinia Bianca raggiungeremo la cima del monte Cavone e del monte Balzo, che rappresentano le propaggini più occidentali del gruppo dolomitico Sciliar - Catinaccio.

STAGIONE 2022

Domenica 17 Luglio **Escursionistica**

TRE RACCONTI UNA SALITA ↑↓800 - ore 6

Proposta da: Cecchini, Morandi

Un pomeriggio di escursione e letture nell'orto botanico del Monte Baldo con destinazione Cima Telegrafo. Cena presso l'omonimo rifugio. Ritorno al chiaror delle lampade.

Domenica 31 Luglio **Escursionistica**



GIRO DEI 5 LAGHI ↑↓900 - ore 7

Proposta da: Cecchini

Affascinante percorso ad anello che si snoda in quota lungo le pendici del Gruppo della Presanella, tra rocce granitiche e suggestivi laghetti alpini.

Domenica 11 settembre **Esc. Esperti**

STRADA DELLE 52 GALLERIE ↑↓800 - ore 7

Proposta da: Ricci

Dalla leggendaria strada sul Monte Pasubio arriveremo al rifugio A. Papa, sulle orme dei campi di battaglia della grande Guerra. Ritorno dalla strada degli Scarubbi.

Domenica 25 Settembre **Esc. Esperti**

UN OTTO ATTORNO AL PLISCHE ↑↓1270 - ore 7

Proposta da: Ricci

Sulle nostre montagne, insolito giro ad "otto" che partendo da località Giare ci porta al rifugio C. Battisti. Ritorno passando da l'Omo e la Dona, in buona parte tra i boschi colorati.

Domenica 9 Ottobre **Escursionistica**



CIMA D'ORO - VALLE DI LEDRO ↑↓1100 - ore 6

Proposta da: Benini, Tabarini

Ci troviamo nella Valle di Ledro e percorrendo il suggestivo Sentiero Austroungarico saliremo verso Cima d'Oro da dove potremo ammirare il magnifico panorama sull'omonimo lago.

Domenica 23 Ottobre **Escursionistica**

LA VALLE DEL LENO ↑↓450 - ore 4

Proposta da: Panato

Percorreremo il sentiero della Cesura, attraversando la stretta forra creata dal torrente Leno. Ritorno dai sentieri delle Terragnole.

Domenica 6 Novembre **Escursionistica**

CASTAGNATA

Proposta da: GAM

Dopo le rinunce delle stagioni scorse ritorna il tradizionale appuntamento con le castagne e relativa festa di chiusura della stagione escursionistica.

REGOLE FONDAMENTALI PER LA SICUREZZA

Andare in montagna senza conoscerla e senza essere preparati vuol dire esporsi a gravi pericoli rinunciando alla possibilità di scoprire gioie e segreti affascinanti.

Le statistiche parlano chiaro. La maggior parte degli incidenti in montagna avvengono su percorsi non difficili e sono causati dall'imprudenza e dall'impreparazione. Quindi senza cercare un'avventura temeraria ricordiamo queste regole fondamentali.

1° Prepararsi fisicamente per sostenere l'escursione programmata.

2° Prepararsi anche moralmente e mentalmente con quella carica di energia interiore che consente di fare fronte a qualsiasi evenienza.

3° Prepararsi tecnicamente aggiornando le conoscenze sull'equipaggiamento e sul suo impiego in modo da poter procedere agevolmente su qualsiasi tipo di terreno.

4° Conoscere la montagna e i suoi pericoli (valanghe, crepacci, maltempo, scariche di pietre, sentieri interrotti) in modo da potervi fare fronte. Informarsi sempre sulle previsioni meteorologiche.

5° Conoscere i limiti delle proprie forze e conservare sempre un adeguato margine di energie.

6° Scegliere escursioni adatte alle proprie possibilità ed informarsi preventivamente sul percorso.

7° Scegliere bene i compagni su cui fare affidamento anche nell'emergenza.

8° Non lasciarsi trascinare dall'ambizione o da un malinteso spirito di emulazione in imprese superiori alle proprie possibilità.

9° Stare costantemente attenti soprattutto là dove le difficoltà diminuiscono e quando la stanchezza annebbia i riflessi.

10° Saper anche rinunciare, non c'è da vergognarsi.

Le montagne saranno li ad attenderci, sempre.