

## 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 possiede 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.

## SEMPRE NELLO ZAINO

Berretto, guanti, giacca anti vento, poncho impermeabile, micro pile, bevande, barrette energetiche, frutta secca (prugne, 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.

## LE ALTRE

**Da Giovedì 25 a Domenica 28 Aprile**

**CROAZIA - REGIONE ISTRIANA**

*Invitati dalla "COMUNITA DEGLI ITALIANI" di Visignano d'Istria saremo ospiti e protagonisti di una serata dedicata allo scambio culturale...  
...e non solo.*

**Da Domenica 22 a Domenica 29 Settembre**

**TREKKING A MINORCA SUL  
"CAMI DE CAVALLS"**

*Durante la settimana percorreremo alcuni dei tratti più suggestivi del "Cami de Cavalls", uno dei luoghi più belli e di principale interesse naturalistico, con splendidi paesaggi della costa isolana. Sull'isola avremo anche la possibilità di visitare delle località storiche interessanti come La Ciudadela e la capitale Mahon.*



**MARI e MONTI**  
Sport Equipment

MARI e MONTI Via Roma 54 - Isola della Scala  
Tel. 0456630069 - E-mail: mariemontisport@libero-it  
facebook: MarieMontisport IsolaScala  mariemontisport

**MARI e MONTI**

*Sport Equipment*

*comunica che per tutti i soci GAM saranno praticati sconti particolari.*



Associazione fondata nel 1997

# PROGRAMMA ATTIVITÀ 2024

Ci trovate anche su

[www.gruppoamicidellamontagna.org](http://www.gruppoamicidellamontagna.org)



[info@gruppoamicidellamontagna.org](mailto:info@gruppoamicidellamontagna.org)

In collaborazione con "IL SENTIERO"

## CALENDARIO

## ESCURSIONI

## LE NOSTRE SERATE

**Domenica 3 Marzo** *Escursionistica*  
**SAN VALENTINO E DINTORNI** mt.300↑↓c.a.  
Passando dall'Eremo di S. Moro  
Proposta da: Conti F.

**Domenica 17 Marzo** *Escursionistica*  
**DA ILLASI A ILLASI** mt.450↑↓c.a.  
Le colline della Val d'Illasi  
Proposta da: Presa L.

**Lunedì 1 Aprile** *Escursionistica/Cult.*  
**VERONA-MURA E FORTI** mt. 550↑↓c.a.  
Da Gallieno all'Austria, passando per Cangrande e Venezia  
Proposta da: Damasconi E.

**Domenica 14 Aprile** *Culturale*  
**BOSCO FONTANA**  
La foresta autoctona della Pianura Padana  
Proposta da: Zandomenighi L.

**Domenica 5 Maggio** *Escursionistica*  
**GIRO LE MALGHE DEL BALDO** mt. 600↑↓c.a.  
Tra Veneto e Trentino  
Proposta da: Lanza G.

**Domenica 19 Maggio** *Escursionistica*  
**RI-VAGANDO IN LESSINIA** mt. 700↑↓c.a.  
In collaborazione con GSD MOMBOCAR  
Proposta da: Fraccarolli T.

**Domenica 2 Giugno** *Escursionistica*  
**SENTIERO DEL MONDINO** mt. 700↑↓c.a.  
Val di Non  
Proposta da: Annichini L.

**Domenica 16 Giugno** *Escursionistica*  
**SENTIERO DELLE CASCATELLE** mt. 300↑↓c.a.  
Barbiano in Alto Adige  
Proposta da: Zanella F.

**Domenica 30 GIUGNO** *Escursionistica*  
**PASSO COE-FORTE CAMPOMOLON** mt. 600↑↓c.a.  
Altopiano di Folgaria  
Proposta da: Milano R.

**Sabato 13 Domenica 14 Luglio** *Escursionistica*  
**RIVA DI TURES** mt. 735/690-147/1684↑↓c.a.  
Alta Val Aurina  
Proposta da: Panato S.

**Domenica 28 Luglio** *Escursionistica*  
**RIFUGIO CONTRIN** mt. 850↑↓c.a.  
Dalla Val di Fassa alla Val Contrin  
Proposta da: Lanza G.

**Domenica 1 Settembre** *Escursionistica*  
**PASSO 5 CROCI E CIMA SOCCEDA** mt. 750↑↓c.a.  
Val Campelle e Lagorai  
Proposta da: Annichini L.

**Domenica 15 Settembre** *Escursionistica*  
**LAGHI E MONTE MAIO** mt. 1.000↑↓c.a.  
Alle pendici dell'Altipiano  
Proposta da: Turrini B.

**Domenica 6 Ottobre** *Escursionistica*  
**SENTIERO DEI CONTRABANDIERI** mt. 600↑↓c.a.  
Storie di guardie, contrabbandieri e...briganti  
Proposta da: Pozzerle F.

**Domenica 20 Ottobre** *Escursionistica*  
**MONTE RANZO DA MARGONE** mt. 950↑↓c.a.  
Valle dei Laghi  
Proposta da: Benini C.

**Domenica 10 Novembre** *Escursionistica*  
**CASTAGNATA DI FINE STAGIONE**  
Classico appuntamento con le castagne...e non solo  
Proposta da: Gruppo Amici della Montagna

**Giovedì 21 Marzo** **Maurizio Marogna**  
**"LA PROPRIOCZIONE"** - il sesto senso  
La Proprioccezione come capacità di percepire la posizione del nostro corpo nello spazio.

**Giovedì 18 Aprile** **Fabio Pozzerle**  
**"CRONACHE DA OLTRE FRONTIERA"**  
Storie di guardie, contrabbandieri e...briganti.

**Giovedì 16 Maggio** **CNSAS**  
**"LA SICUREZZA IN MONTAGNA"**  
Serata dedicata ad approfondimenti in materia di sicurezza in montagna.

**Giovedì 3 Ottobre** **Marco Comencini**  
**EXPEDITION KILIMANJARO TREKKING**  
Sulla montagna più alta dell'Africa a mt. 5.895.

**TUTTE LE SERATE SI SVOLGERANNO  
PRESSO I LOCALI DI CASA NOVARINI  
VIA MONTE ORTIGARA, 7  
SAN GIOVANNI LUPATOTO - VR  
INGRESSO LIBERO**

**PERCHÈ SI VA IN MONTAGNA...  
PERCHÈ CI SI ALZA PRESTO...  
PERCHÈ SI FATICA, SI SUDA  
E LE GAMBE FANNO MALE...  
PERCHÈ NON PROVI....**