

N. 32 – Agosto 2024

Il Ginepro

Il magazine della Sezione CAI Monterotondo



Sezione di Monterotondo



Il camminare presuppone che a ogni passo il mondo cambi in qualche suo aspetto e che qualcosa cambi in noi (Italo Calvino)

IL GINEPRO È NOSTRO!

PARTECIPA ANCHE TU!!



Proponi una Rubrica o un Articolo:

- ✓ Scegli temi legati all'ambiente e al nostro territorio;
- ✓ L'articolo non deve superare le 2 pagine, meglio se corredato di foto;
- ✓ Nell'inviare l'articolo accetti che possa essere modificato/corretto nella forma;
- ✓ L'articolo viene pubblicato se perviene entro il 20 del mese pari, oppure sarà pubblicato nel numero successivo. Inviarlo agli indirizzi in redazione.

HANNO COLLABORATO IN QUESTO NUMERO:

PAOLO GENTILI
FAUSTO BORSATO
ALDO MANCINI
ROMINA ORICCHIO
NADIA PROCESI
FABIO DESIDERI
ANNALISA GALANTE
DANIELA RIDOLFI
WALTER CACCIATORI

In Redazione

Aldo (aldo2346@gmail.com)

Fausto(fausto.borsato@libero.it)

Paolo (pgentili@informaticaoggi.com)

Per informazioni: www.caimonterotondo.it info@caimonterotondo.it

SOMMARIO

04 Editoriale

Comunicazioni dalla Sezione

06 Corso di formazione per Accompagnatori di escursionismo adattato (SODAS)

07 Progetto “ACQUA SORGENTE”

08 Preavviso di indizione Assemblea Straordinaria dei Soci

Impressione dei soci

09 Escursione meditato: Valle del Treja

12 Alpinismo Giovanile a Prato di Campoli (FR) - Monte Scalette

15 Notturna direttissima al Corno Grande del Gran Sasso d'Italia (2912 m)

17 Tour du Mont Blanc (prima parte)

25 La Marmolada: la “Regina delle Dolomiti”

28 Avvicinamenti: Alpi Apuane e vini estremi

32 Piante e fiori dell'Appennino

36 Le parole del camminare

I Trekking CAI

37 Passi nella natura: Il “Cammino del Gran Sasso”

Pillole CAI

40 Acronimi del CAI

42 Etica ed Ecologia

Oltre il CAI

45 Il LIBRO: K2 la Montagna del Mito

46 La Fotografia: Il Ritratto Ambientato - Foto Composizione ritratti

49 ZAPPING

50 Prossime Escursioni: Luglio e Agosto 2024

Copertina: Discesa dal Corno Grande del Gran Sasso 2912m, dopo aver atteso l'alba in vetta.

Foto: *Paolo Gentili* 2024

Socie e soci carissimi,

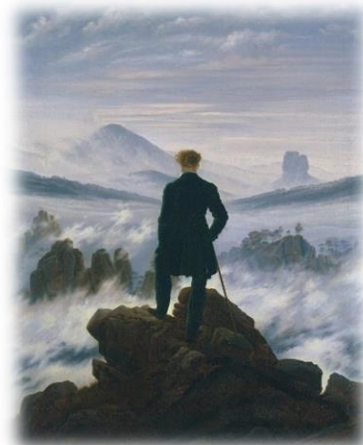
l'ambiente montano ha da sempre rappresentato un luogo di attrazione e riflessione, un ponte tra natura e uomo, dove le cime selvagge e i paesaggi mozzafiato hanno catturato l'immaginazione umana. In passato, l'esperienza della montagna era un'avventura riservata a pochi pionieri: intellettuali, ricercatori e scienziati rapiti da questi paesaggi meravigliosi quanto selvaggi. Oggi, tuttavia, le montagne affrontano una frequentazione spesso eccessiva, con sentieri affollati e vette raggiunte da migliaia di escursionisti ogni anno, soprattutto in estate, e quest'ultima che sta volgendo al termine non fa certo eccezione. Ciò solleva molti interrogativi sul valore della natura come fonte di contemplazione e riflessione nell'era moderna, evidenziando i rischi per i frequentatori stessi e per il delicato equilibrio ambientale.

Già nell'Ottocento, esploratori e artisti come Caspar David Friedrich (pittore romantico tedesco dell'800) cercavano nelle Alpi non solo il brivido dell'avventura, ma anche il contatto con il sublime, una sensazione cara al Romanticismo, fatta di meraviglia e terrore, attrazione e paura, che la natura selvaggia sa suscitare nell'uomo. All'epoca, viaggiare tra le montagne significava avventurarsi in territori inesplorati e selvaggi, lontani dal tumulto ma anche dalla protezione della civiltà. Era un viaggio interiore, oltre che fisico, raccontato anche attraverso diari e dipinti che, in un'epoca senza fotocamere o smartphone, catturavano pienamente le emozioni del momento.

L'opera "Il viandante sul mare di nebbia" di Friedrich del 1818, che si presta a infinite interpretazioni, dalla filosofia alla religione, rappresenta benissimo questo sentimento. Nel dipinto, un uomo solitario è fermo su una roccia sporgente, mentre osserva un mare di nebbia che avvolge le montagne sottostanti.

È un'immagine di quiete e isolamento, in cui l'uomo è sopraffatto dalla maestosità e dal mistero della natura che lo circonda. Il viandante, seppur anonimo e ritratto di spalle, rappresenta ogni uomo e ogni donna che, di fronte all'immensità della natura, sperimenta un senso di meraviglia e, al contempo, di inquietudine.

Oggi, il desiderio di riconnettersi con la natura attraverso esperienze autentiche spinge sempre più persone a frequentare i sentieri di montagna. Tuttavia, questa crescente popolarità ha portato a sentieri sovraffollati e rifugi che faticano a sostenere l'afflusso di visitatori. La maggiore pressione antropica su ecosistemi delicati aumenta inesorabilmente inquinamento e consumo idrico, contribuendo a un inedito degrado ambientale, in zone fino ad ora protette dalla loro stessa natura selvaggia. La montagna, da luogo di isolamento e riflessione, rischia di trasformarsi in una sorta di "parco giochi" della natura, dove la meraviglia, la contemplazione, e talvolta anche la paura, cedono il passo alla calca dell'overtourism. Questa contrapposizione tra la solitudine del viandante romantico e la realtà crescente del turismo di massa solleva domande profonde sul nostro rapporto con la natura.



L'ambiente naturale può ancora essere un luogo di contemplazione e spiritualità, un rifugio dalla frenesia della vita moderna? O il suo inestimabile valore viene diluito dalla presenza umana e dalle sue comodità? Le parole di Friedrich risuonano con forza anche oggi: «*Chiudi il tuo occhio fisico, al fine di vedere il tuo quadro con l'occhio dello spirito. Poi dai alla luce ciò che hai visto durante la notte, affinché la tua visione agisca su altri esseri dall'esterno verso l'interno*». È un invito a guardare oltre l'apparenza, a riscoprire la natura come spazio interiore, dove si può ritrovare un senso di pace e meraviglia.

Nonostante le sfide crescenti, il richiamo della montagna come luogo di riflessione e introspezione rimane potente. In un mondo sempre più digitale e connesso, la natura continua a offrire un'esperienza unica, capace di mettere l'uomo di fronte alla sua grandezza, ma anche alle sue piccolezze. Così come i viaggiatori dell'Ottocento cercavano emozioni autentiche tra le alte vette, oggi molti trovano nella montagna un'opportunità per allontanarsi dal frastuono quotidiano e riscoprire il contatto con sé stessi.

La montagna ha il potere di rapire lo spirito e trasportarlo in una dimensione più alta, incarnando ancora l'essenza del sublime. Come nel dipinto di Friedrich, che continua a conquistare generazioni di spettatori, anche noi, moderni viandanti del ventunesimo secolo, possiamo trovare nel silenzio delle vette un'occasione per la contemplazione, un'opportunità per allontanarci, anche solo per un attimo, dalle preoccupazioni e dalle nostre ansie quotidiane. Tuttavia, per poter vivere appieno questa esperienza, è necessario avvicinarsi alla montagna con rispetto e consapevolezza, riconoscendola non solo come luogo di svago e avventura, ma come un patrimonio naturale da preservare, prezioso e insostituibile.

Anche Reinhold Messner, il famoso alpinista esploratore italiano, conosciuto anche per essere stato il primo a scalare tutte le 14 vette al mondo sopra gli 8.000 m senza uso di ossigeno, ha spesso riflettuto sul significato del cammino come esplorazione e scoperta interiore oltre che del pianeta: «*Io sono un camminatore e attraverso il camminare ho fatto le mie esperienze e cammino ancora, però sempre più lento, sempre meno in quota, e sempre più con l'attenzione verso la cultura che seguo, e meno secondo le mete che seguo. L'uomo ha imparato a muoversi con le gambe, e camminando capisce il mondo, capisce il suolo, capisce la biologia, e capisce sé stesso. Tutto il resto: aereo, macchina, bicicletta, troppo veloce. Noi purtroppo abbiamo perso questa capacità, ci muoviamo in maniera differente. Però per chi è rimasto almeno camminatore ... rimane in ogni passo una conoscenza sia di sé stesso che anche del mondo*».

In definitiva, il mondo della montagna ci ricorda la nostra fragilità e, al contempo, la nostra continua ricerca di meraviglia. È un luogo magico, capace di offrirci momenti di riflessione e rigenerazione dell'animo e del corpo. Che sia attraverso l'arte, la poesia o l'esperienza diretta dell'esplorazione e della scoperta attraverso il semplice cammino, l'importante è lasciarsi avvolgere dal suo "mare di nebbia" e ascoltare il suo silenzio.



Vista della Piana di Castelluccio avvolta in un mare di nebbia, scendendo dal Monte Vettore (AP), dopo la salita in notturna e attesa dell'alba.

29-30 Agosto 2015



Excelsior!
Paolo Gentili

CLUB ALPINO ITALIANO

Corso di formazione per Accompagnatori di Escursionismo Adattato, all'interno della Struttura Operativa di Accompagnamento Solidale (SODAS).

Il 5 ottobre p.v. si svolgerà ad Amatrice il corso di formazione per Accompagnatori di escursionismo Adattato per chi è già in possesso del tesserino già definito "LH".

Il corso di IN-FORMAZIONE in breve ha lo scopo di:

- formare gli accompagnatori per avere un giusto approccio verso la persona accompagnata e le sue esigenze, e per saper curare gli aspetti sociali e relazionali con i fruitori di questo tipo di attività;
- conoscere gli aspetti formali: responsabilità, assicurazioni, convenzioni, progetti stagionali;
- conoscere gli aspetti organizzativi: programmazione, scelta degli itinerari, equipaggiamenti, logistica.



CLUB ALPINO ITALIANO

PROGETTO "ACQUA SORGENTE"

Acqua Sorgente, è il nuovo progetto di Citizen Scienze del Club Alpino Italiano per l'identificazione, la classificazione e il monitoraggio delle sorgenti d'acqua che si trovano nell'ambiente montano di tutto il territorio nazionale. Presentato in anteprima già ad aprile, ha avuto la maggior adesione da parte delle sezioni in occasione dell'Assemblea Nazionale dei Delegati di Assisi di maggio, ha poi avuto ulteriore sviluppo e lancio definitivo in luglio.

L'obiettivo è quello di capire quante sorgenti sono presenti nei territori alpini e appenninici del nostro Paese, dove si trovano, quali sono le loro caratteristiche e le loro variazioni temporali. Si parte da alcuni dati già disponibili: le 117.000 sorgenti ubicate lungo la Rete escursionistica italiana presenti in 25 database nazionali e regionali.

Le sezioni che hanno aderito, e Monterotondo è tra queste, parteciperanno allo studio e tutela delle sorgenti, attraverso alcune misurazioni (rilevamenti e foto), utilizzando un'applicazione ed uno strumento conduttimetro portatile, per misurare la conducibilità elettrica e la temperatura delle acque delle sorgenti.

<https://www.cai.it/acquasorgente/>



Acqua Sorgente
L'acqua che c'è

CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI MONTEROTONDO

Preavviso

*di prossima indizione di Assemblea Straordinaria dei
Soci in ottobre per procedere al rinnovo delle
cariche sociali sezionali e nazionali.
Seguirà a breve comunicazione ufficiale.*



Escursionismo meditato: Valle del Treja

Fausto Borsato

Il ponderoso tomo del Cai “Montagna da vivere montagna da conoscere”, al capitolo che tratta la ‘Cultura dell’escursionismo’, cita Teresio Valsesia che sosteneva che fare escursionismo significa: ‘conoscere per apprezzare, apprezzare per tutelare’.



Mazzano Romano dalla Valle del Treja

Abbiamo colto l’occasione di una escursione programmata per tentare di conoscere, leggendo il nostro camminare come passaggio nella natura e nella storia di quel luogo. Il luogo era la Valle del Treja, dalle cascate di Monte Gelato, attraverso Mazzano Romano fino a Calcata e ritorno, passando per il sito archeologico di Narce.

Inizialmente abbiamo condiviso una riflessione che poneva l’attenzione sul camminare in riva ad un fiume e in una natura che sembra selvaggia. Leggere il paesaggio significa anche informarsi della sua storia. Ciò che appare ad una prima superficiale osservazione può qualche volta rivelarsi fallace. Nel caso specifico il Treja, che nasce nei pressi del Lago di Bracciano e scorre in direzione opposta al mare per andare a confluire dopo circa 35 chilometri nel Tevere, mostra una vegetazione che sembra inestricabilmente spontanea, che è frutto invece di molti interventi umani e di spontanee gestioni del passato, affondando le sue radici quindi in una storia millenaria. Il suo alveo è stato scavato dalle acque nel substrato tufaceo prodotto circa 600.000 anni fa dalle eruzioni del vulcano Sabatino.

Tutta la Valle è ora una Riserva Naturale protetta istituita nel 1982 per salvare quel particolare ambiente umido e le sue caratteristiche origini geologiche. Conseguenza della conoscenza è diventata quindi la tutela di un patrimonio.

Scorrendo sul fondo della valle, il fiume lascia lembi di natura più soleggiati appena più in alto, diversificando così la vegetazione e gli animali che la frequentano.

IMPRESSIONI DE SOCI

Prima di iniziare il cammino, ai partecipanti è stato consigliato di osservare come scorrono le acque, talora impetuose, in altri tratti addirittura formanti cascate, altrove assolutamente calme. Il consiglio comprendeva l'invito a cercare di riconoscere le piante in riva al fiume, ma anche quelle sui pendii più in alto, per capire quanto di quella vegetazione fosse autoctono, quanto invece importato. E l'incipit del nostro cammino terminava con una provocatoria domanda, suggerita dall'ambiente umido e relativamente caldo: "Ma a che cosa servono le zanzare?"

L'altro aspetto su cui abbiamo invitato a riflettere è stata la storia dei popoli che hanno frequentato, plasmato e restituito a noi questo ambiente.

A nostro parere erano sollecitazioni interessanti alle quali abbiamo tentato di dare risposte, nei limiti delle nostre conoscenze.

Il sentiero che inizia dalla strada asfaltata scende nell'alveo di fronte alle Cascate di Monte Gelato, che sono in parte naturali, formate dalle acque che hanno scavato la roccia vulcanica e in parte frutto del lavoro umano finalizzato all'utilizzo di quella risorsa per alimentare un vicino, storico mulino.

L'acqua ha il caratteristico colore dei torrenti che, scavando rocce relativamente morbide trascinano frammenti di materiale. Sappiamo che i corsi d'acqua in genere e questo in particolare, sono stati per secoli i collettori delle acque reflue dei villaggi e più recentemente anche di quelle delle fattorie e dei liquami prodotti nelle loro lavorazioni. Le leggi proibivano e proibiscono tuttora lo sversamento ma si sono verificati episodi di inquinamento massiccio anche nel nuovo millennio, che hanno provocato una quasi completa moria della fauna ittica del fiume. Lentamente la natura sta riprendendo i suoi spazi, ma va sempre ricordato che è sufficiente un episodio di mala gestione per compromettere anni di sforzi e di protezione.

Tra la vegetazione ripariale spiccano piante di Cicuta (*Conium maculatum*) di ragguardevoli dimensioni, così come molte sono le felci che fiancheggiano il sentiero, in particolare l'Asplenio (*Asplenium trichomanes*).

Alla confluenza di un piccolo immissario abbiamo suggerito la riflessione sulle "zanzare", sottolineando come la loro esistenza, come quella di qualsiasi specie, sia animale che vegetale, non sia necessariamente utile a qualcosa o a qualcuno, non debba per forza 'servire a', non sia 'in funzione di'. Semplicemente le zanzare esistono! Ed esistono perché hanno trovato le condizioni per alimentarsi e riprodursi in una specifica "nicchia ecologica". Il fatto che certi individui di questa specie si nutrano del sangue dei mammiferi non significa che noi siamo 'utili' a loro, o che loro sono utili ai gechi che le mangiano. Queste correlazioni alimentari sono solo degli accidenti non sono il fine. Il fine per loro è la sopravvivenza.

Abbiamo preso le zanzare come macroscopico esempio che si può applicare a qualsiasi essere: animale, vegetale e anche minerale. Questa idea che tutto è utile all'uomo è purtroppo una concezione che nasce dalla cultura giudaico-cristiana che ha imposto l'essere umano come padrone dell'universo. In altre culture l'uomo vive in armonia non in contrasto con le altre creature, comprese le zanzare! Le relazioni anche alimentari sono interpretate come scambio non sopraffazione.



Cicuta (Conium maculatum)

IMPRESSIONI DE SOCI

Più avanti i bellissimoi paesi di Mazzano e Calcata, costruiti sopra rupi tufacee, rappresentano un esempio di architettura urbana sviluppatasi soprattutto nell'alto medioevo, ma originatasi da insediamenti romani, falisci, etruschi e preistorici.

La visita di villaggi così interessanti, che richiederebbe ore di studio e di approfondimento, dopo una lunga escursione si limita purtroppo alla frequentazione del bar della piazzetta del paese, all'acquisto di qualche souvenir e poco altro.

Ma ci sono gli accompagnatori a stimolare la curiosità dei compagni!

Dopo aver lasciato il tempo per la meritata pausa di riposo il cammino porta al sito archeologico di Narce, che costituisce il nucleo più antico frequentato da popolazioni preromane. I Falisci erano un popolo il cui nome i Romani hanno derivato dall'antica Falerii (Civita Castellana). Avevano stretti contatti con i confinanti Etruschi e con i Latini. Narce, ora rintracciabile in vari siti tra Mazzano Romano e Calcata era un nucleo piuttosto popoloso.



Mura dell'acropoli di Narce

Ma la domanda alla quale abbiamo cercato di rispondere è stata: quali erano le differenze e da dove venivano questi popoli così vicini e pur così diversi?

La loro provenienza deriva, per tutti, da popolazioni migrate, in varie fasi, dall'est europeo intorno al II millennio a.C. L'ipotesi più accreditata sostiene che i vari gruppi, stanziati in regioni geografiche e geomorfologicamente diverse, si siano evoluti differenziandosi per cultura, religione, usi domestici, caratteristiche offensive e difensive, culto dei morti e nel contempo assorbendo in parte usi e costumi di gruppi vicini (Protovillanoviani, Latini e più avanti Etruschi e Greci). Ciò che rimane a noi, uomini del XXI secolo, è ben poca cosa, anche perché la dominazione romana, dopo la conquista, ha obliterato per buona parte il preesistente.

Dopo la visita a ciò che rimane della cinta muraria di Narce, abbiamo intrapreso la via del ritorno, un po' più stanchi ma un po' più ricchi di conoscenza. D'altra parte l'esercizio del camminare induce sempre a cercare attorno a noi le espressioni della natura e del lavoro dell'uomo e soprattutto ad interpretare ciò che vediamo, alla luce della conoscenza. E qualche informazione supplementare aiuta a cercare con maggiore consapevolezza e, perché no, gratificazione.

29-30 GIUGNO PRATO DI CAMPOLI (FR) - MONTE SCALELLE

GRUPPO ALPINISMO GIOVANILE

Annalisa Galante e Fabio Desideri

(Accompagnatori AG)



Con il weekend in tenda nel mese di giugno nella località di Prato di Campoli (Fr) sui Monti Ernici, si è concluso il primo semestre di attività del Gruppo Alpinismo Giovanile.

Anche se sono trascorsi sei mesi, possiamo già fare un primo bilancio: è ancora vivo il ricordo del coinvolgimento nel volto dei ragazzi nella prima escursione...

Ma torniamo al weekend di giugno.

Nella fase del sopralluogo, nella quale abbiamo deciso l'escursione da effettuare la domenica a Monte Scalelle, abbiamo riflettuto sul fatto se l'escursione potesse essere alla portata dei ragazzi.

Se pur si trattava di un'escursione di pochi chilometri, questa si presentava con un importante dislivello soprattutto nel tratto finale, ripido ed esposto.

Con grande orgoglio e soddisfazione di tutti, i ragazzi hanno raggiunto la vetta fieri e rispettando i tempi di percorrenza.

Siamo partiti dalla sede CAI di Monterotondo sabato 29 giugno facendo tappa nella splendida cittadina di Veroli, una delle più importanti città Erniche e uno dei borghi della Ciociaria più ricchi di storia, cultura e arte. Visto il poco tempo a disposizione, abbiamo visitato la Rocca di San Leucio, le Mura Poligonali e la Chiesa di San Michele Arcangelo. Ci siamo comunque promessi di tornare per visitare le tantissime realtà culturali.

Appena arrivati a Prato di Campoli, abbiamo montato le tende insieme ai ragazzi e ai genitori sotto un enorme faggio che ci ha riparato dall'umidità della notte e dai primi raggi di sole. Nel frattempo, il nostro amico e socio CAI Roberto Simei, aveva allestito il ponte tibetano insieme alla moglie Cecilia.



IMPRESSIONI DE SOCI

Una volta aver aiutato i ragazzi a mettere l'imbracco e il casco, abbiamo iniziato la spiegazione delle attività da svolgere e come attraversare il ponte tibetano in sicurezza con l'ausilio degli accompagnatori e dello stesso Roberto.



Il gioco consisteva nel percorrere il ponte tibetano andata e ritorno. Per rendere l'attività ludica, abbiamo inserito una prova di equilibrio in cui i ragazzi si cimentavano a camminare su dei blocchetti di legno lungo un breve sentiero allestito appositamente. Al termine del percorso, li attendeva un recipiente tondo in cui dovevano fare canestro con una palla fatta con carta di giornale e carta di alluminio.

Chi accumulava più punti, avrebbe vinto un gelato. Naturalmente ciascuno, con la propria destrezza, bravura e simpatia, ha vinto!

Dopo aver cenato al rifugio "Il Faggio" e aver condiviso questo bellissimo momento convivile, abbiamo continuato le attività con una breve camminata nel bosco per ascoltare i suoni notturni e, a farci compagnia, qualche pipistrello... giustamente individui notturni... :o)

Infine, ci siamo sistemati per trascorrere la notte ognuno nella propria tenda.

La domenica, appena svegli di buon'ora, abbiamo smontato le tende, fatto colazione e tutti pronti per la bellissima escursione su Monte Scalette.

Dal magnifico anfiteatro naturale di Prato di Campoli, siamo saliti nella stupenda faggeta nel Vallone delle Vacche fino a Forca Palomba.



Dopo un piccolo spuntino, abbiamo ripreso la salita nel bosco di faggi. All'uscita dal bosco abbiamo raggiunto la vetta a 1.837 mt s.l.m. per una larga e aerea cresta superando alcune formazioni rocciose che danno veramente l'idea di essere degli scalini.

IMPRESSIONI DE SOCI

Alla vetta ci ha accolto un bellissimo panorama su tutti i Monti Ernici, il vicinissimo Pizzo Deta, fino al Circeo.

Da quassù abbiamo goduto di un po' di fresco che ci ha accompagnato durante una rilassante sosta per il pranzo, al termine del quale abbiamo fatto la consueta foto di gruppo.

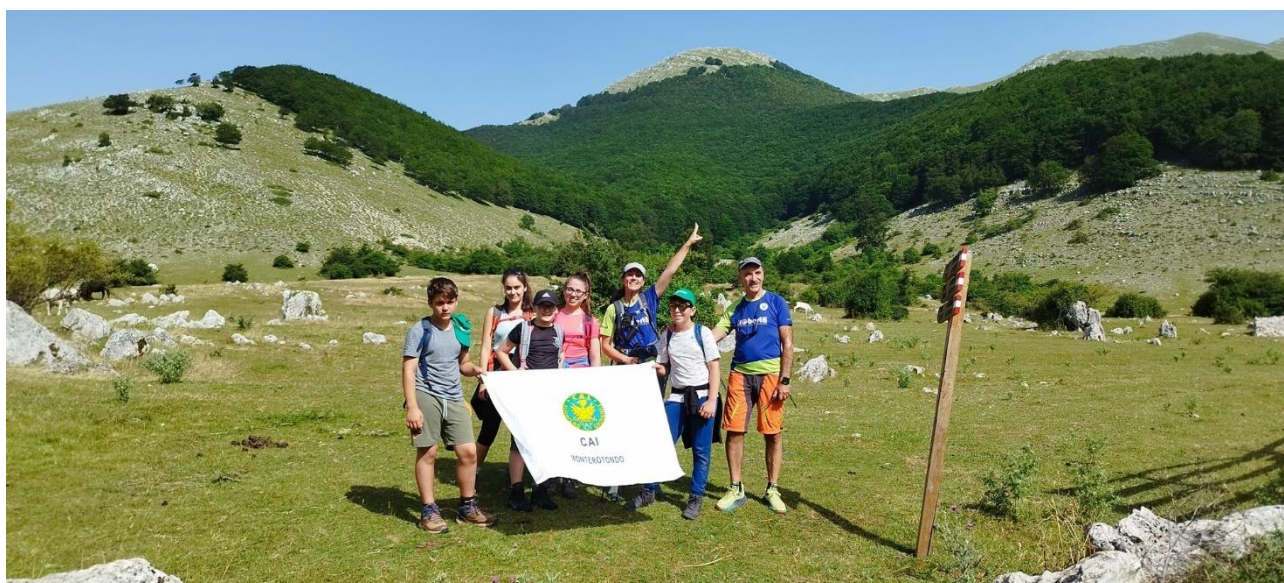


Abbiamo poi ripreso il cammino di ritorno per la stessa via.

A Forca Palomba ci siamo fermati per un'altra sosta, dove abbiamo potuto vedere lo splendido volo di un gruppetto di grifoni.

Per rendere più piacevole la discesa, abbiamo improvvisato un gioco che ha alleviato le fatiche dei ragazzi.

Raggiunto il termine dell'escursione a Prato di Campoli, prima dei saluti, ci siamo concessi il terzo tempo con birra fresca per gli adulti e gelato per i ragazzi.



Con grande gioia e soddisfazione di tutti per aver trascorso due giorni meravigliosi, ci siamo salutati augurandoci buone vacanze e dandoci l'arrivederci a settembre con grande ripresa per l'escursione nella splendida Riserva Naturale dei Monti Cervia e Navegna.

20-21 luglio

NOTTURNA AL CORNO GRANDE DEL GRAN SASSO D'ITALIA PER LA VIA DIRETTISSIMA

Paolo Gentili

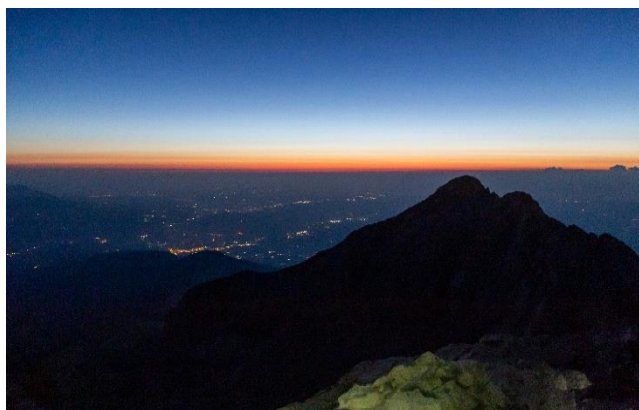
Benvenuti in un viaggio adrenalinico, un'esperienza intensa e impegnativa: l'ascesa notturna al Corno Grande del Gran Sasso, a 2912 metri (vetta occidentale) per la via direttissima. Con la luna piena a illuminare il nostro percorso, e l'attesa dell'alba in cima in compagnia di altre decine di persone, questa avventura combina la sfida fisica e mentale con la bellezza del luogo che si rivela pian piano con il nascere del giorno.



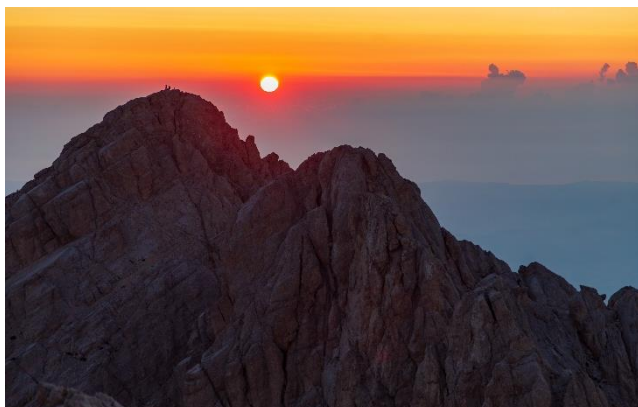
Dopo aver cenato a Fonte Cerreto, in tredici iniziamo il cammino da Campo Imperatore appena dopo la mezzanotte, con il bagliore della luna piena unito alle frontali a guidare i nostri passi. La via direttissima, tra rocce scoscese e passaggi stretti, non concede tregua: è un sentiero ripido e impegnativo, dove ogni passo richiede attenzione e determinazione, ancor più con il buio. Nonostante le difficoltà, l'ambiente notturno offre uno spettacolo unico. Il silenzio della montagna, rotto solo dal rumore dei nostri passi e del vento, crea un'atmosfera di pace e introspezione. La luna piena, alta nel cielo, illumina il paesaggio

con una luce argentea, trasformando le vette circostanti in sagome maestose e misteriose.

Giunti in cima, la fatica si dissolve di fronte alla vista che ci attende. Con il cuore che batte ancora forte per lo sforzo, troviamo un posto riparato dal vento, dove riposarci e attendere l'arrivo dell'alba. Mentre il cielo inizia a schiarirsi, i primi raggi del sole tingono l'orizzonte di sfumature che vanno dal giallo arancione fino a un rosso infuocato.



Ammiriamo così il panorama che si apre davanti ai nostri occhi, e la maestosità delle montagne illuminate dal sole nascente, con la sensazione di trovarci in cima al mondo, sopra le nuvole e sotto un cielo infinito.



Dopo aver ammirato l'alba, iniziamo la discesa per la Via delle Creste con il cuore pieno di emozioni e la mente colma di immagini uniche. La luce del giorno rende il percorso più chiaro, anche se le sfide non sono ancora finite.

IMPRESSIONI DE SOCI



La discesa infatti, richiede altrettanta concentrazione e precisione, ma anche la consapevolezza di aver superato la prova più impegnativa. Ogni passo verso valle è un ritorno alla realtà, ma con una nuova forza interiore e un senso di realizzazione che solo un'avventura come questa può donare.

Queste foto catturano non solo i momenti salienti di questa appassionante ascesa, ma anche le emozioni e le esperienze vissute lungo il cammino. È un tributo alla bellezza della natura, alla magia delle montagne sotto il cielo notturno e all'alba, e al contempo alla nostra tenacia.

IL TOUR DU MONT BLANC (prima parte)

Daniela Ridolfi

Per chi è appassionato di montagna, il massiccio del Monte Bianco è un po' come il Mar Rosso, per chi ama le immersioni subacquee. In questo luogo, infatti, così unico al mondo per bellezza, candidato a pieno titolo ad esser riconosciuto patrimonio dell'Umanità, è nata la storia dell'alpinismo moderno e non a caso, Walter Bonatti, lo definiva l'*Università dell'Alpinismo*.

Così non si può, prima di iniziare a raccontare il nostro tour, non ricordare che qui Walter Bonatti ha compiuto alcune delle sue imprese più memorabili, che sono la storia dell'alpinismo, aprendo vie ancora oggi percorse da scalatori provenienti da tutto il mondo, e cercare così, umilmente, tra queste rocce, di rintracciare idealmente e con gratitudine la memoria dei suoi passi e di tutti quegli alpinisti che hanno, nel tempo, reso omaggio con le loro ascensioni, a volte purtroppo col sacrificio della vita, a Sua Maestà il Monte Bianco.

Il nostro Tour du Mont Blanc

Il nostro TMB parte da Roma sabato 20 luglio u.v. ed ha come prima tappa Chamonix, via Ginevra. Siamo io ed Enrica, entrambe socie della Sezione Cai di Monterotondo. Chamonix ci accoglie col sorriso smagliante di Giovanni (Caramia), socio della Sezione Cai di Torino, grande conoscitore ed amante appassionato di queste montagne, e di altri 5 soci di diverse sezioni sparse per l'Italia, da nord a sud. In tutto siamo 8 e la nostra *equipe* non poteva non esser migliore, come impareremo a conoscere nei giorni a venire. Le previsioni meteo del giorno successivo, non sono delle migliori e così Giovanni, senza indugio, il sabato stesso, gioca d'anticipo rispetto al programma previsto e porta, tre di noi, prima del *rendez vous* generale, a conoscere il Lac Blanc, nella Riserva Naturale delle Aiguilles Rouges. Lungo un sentiero che si snoda agevole, arriviamo, in breve, presso un lago color turchese che, in un batter di ciglia, annienta la stanchezza del viaggio e ci riempie gli occhi di pura meraviglia.

La giornata continua a cena a Chamonix, allietata dall'incontro con Romina, socia Cai della nostra sezione, felice di condividere con tutti noi l'impresa, appena compiuta, della salita al Monte Bianco, per la via francese del Gouter, che prende il nome dall'omonimo rifugio, situato a 3835 m. di altitudine, sul famoso itinerario della Via Reale.

Negli occhi di Romina sono evidenti la felicità pura, la soddisfazione e l'orgoglio per aver compiuto una simile impresa e, insieme alla fatica fisica, ancora evidente tra le pieghe del suo sorriso, si legge chiaramente nel suo sguardo, un'*allure* speciale, quella che le proviene dall'aver raggiunto, per sempre e solo con i suoi piedi, la vetta più alta d'Europa, Sua Maestà il Re delle Alpi, con i suoi 4808 mt. Ed è una gioia, per me, ascoltarla ed assistere in silenzio allo scambio di racconti *alpinistici* col "nostro" Giovanni, che, come ci racconterà nei giorni a venire, ha compiuto diverse volte, in solitaria e non, e dai diversi versanti, la traversata, fino alla cima del Monte Bianco. Le loro parole e questo bellissimo incontro, sono stati per me fonte di ispirazione per i giorni a venire e per il nostro tour, di lì a cominciare, che ovviamente non prevede la salita, a piedi, al Monte Bianco ma che si snoderà comunque tutto al suo cospetto, da Chamonix fino a Courmayeur.

Il giorno successivo, il meteo piovoso ci costringe a rinunciare alla prima tappa del nostro tour, che prevedeva la salita al Lac de Chéserys (che io ed Enrica recupereremo a fine tour) e a sostituirla con una gita, piacevolissima, tra i villaggi che si snodano lungo la linea ferroviaria che

IMPRESSIONI DE SOCI

collega Martigny, in Svizzera, con Saint Gervais les Bains, in Francia, camminando lungo un bellissimo sentiero all'altezza del villaggio di Argentiere, nella Valle dell'Arve. E' questa una meravigliosa vallata alpina, dell'Alta Savoia francese, lungo la quale scorre l'Arve, fiume che nasce dal Massiccio del Monte Bianco e si butta nel Rodano. E così, attraversando deliziosi villaggi, abbiamo potuto apprezzare, oltre alla bellezza del luogo, le prelibatezze locali, pranzando nell'Auberge la Boerne (1395 m.), una incantevole malga del XVIII Sec., dall'ospitalità impeccabile e genuina dei suoi gestori.

Il Tour Il Giro del Monte Bianco è un percorso escursionistico ad anello lungo circa 170 km che si snoda tra l'Italia, la Francia e la Svizzera. Il percorso tradizionale si svolge in senso antiorario, con partenza e ritorno a Les Houches, comune situato a pochi chilometri da Chamonix, ma ne esistono numerose varianti e ciascuno è libero di percorrerlo come desidera.

22 luglio. Dedichiamo la giornata di oggi ad un'escursione sicuramente impegnativa e magnifica che ci porterà alla **Jonction**, la base dei Bossons, la "giunzione" dei ghiacciai che scendono uno dalla cima del Monte Bianco a 4810 m. e l'altro, di Tacconnaz, che parte dalla cupola del Dome du Gouter, a 4300 m.



La Jonction è il nome della sommità della Montagne de la Côte, famoso sperone roccioso, che a quota 2.589 m. segna il punto in cui i due grandi ghiacciai, dopo aver percorso un lungo tratto insieme, toccandosi in parallelo, si separano definitivamente e proseguono lungo due canali, divisi appunto dallo sperone suddetto. L'escursione è lunga, impegnativa e meravigliosa, soprattutto nella parte finale, quando si esce definitivamente allo scoperto e il sentiero segue l'andamento *fantastico* della cresta. Arrivare però alla base della Jonction, a pochi metri di distanza dall'immenso ghiacciaio che si adagia prepotentemente lungo il crinale del massiccio, è davvero un'esperienza che ci lascia senza fiato (e non per la fatica della salita!) e senza parole.

La massa immensa di ghiaccio è lì, a pochi metri da noi, con la sua memoria millenaria. Se allungo la mano quasi posso toccarla. Chiudo gli occhi per diversi secondi e posso percepire l'energia che questo immenso bacino d'acqua ghiacciata sprigiona. Riesco a *sentire* la forza di questo organismo

IMPRESSIONI DE SOCI

vivo, che, nelle sue cellule di cristallo, ci racconta una storia. La sua e la nostra insieme, indissolubilmente parte dello stesso pianeta. Riapro gli occhi e leggo la meraviglia negli sguardi degli altri componenti il nostro gruppo, consapevoli tutti di esser giunti al cospetto di un luogo sacro, testimone di millenni di storia del nostro pianeta e di queste magnifiche montagne. Inizia il rito delle foto e davvero questa volta non si tratta di un semplice scatto di gruppo. Questa volta, alle nostre spalle, adagiato apparentemente calmo, c'è uno dei ghiacciai più antichi della Terra, formatosi molto probabilmente durante l'ultima era glaciale, intorno al 11.700 a.C. e separatosi dagli altri intorno al 9.700 a.C. Questo immenso *mare di ghiaccio*, nel 1818, ha raggiunto l'altitudine massima registrata, pari 1.100 m. Da allora ha continuato ad avanzare e a ritirarsi, costantemente.

Mi giro verso il gruppo e noto lo sguardo di Giovanni, che frequenta questo luogo da più di 30 anni. E percepisco una nota di tristezza. Ci confesserà, solo a fine giornata, una volta rientrati alla base, la sua preoccupazione per lo stato del ghiacciaio che, dall'ultima volta in cui è salito, ha visto notevolmente ritirato, diminuito e con immense gallerie, da cui sgorga l'acqua, alla sua base. Ovviamente segno del surriscaldamento terrestre, acuito dall'inquinamento. E non ci sono altre parole, purtroppo, da aggiungere.

Il luogo della nostra escursione di oggi è, inoltre, stato definitivamente consegnato alla storia da Jacques Balmat (cercatore di cristalli e cacciatore di camosci, di anni 24) e Michel Gabriel Paccard (medico condotto, di anni 29) che l'8 agosto 1786, per primi, e dopo due anni di numerosi tentativi falliti, raggiunsero, primi, la cima del Monte Bianco per la via francese, utilizzando proprio questo sperone, per l'avvicinamento al ghiacciaio.

Salendo infatti, prima di raggiungere la Jonction, dove la roccia rompe e separa i ghiacciai, Giovanni si sofferma al cospetto di una piccola spaccatura, quasi una grotta. E' questo il riparo, sotto un grande masso di granito, dove i due si riposarono sia la notte del 7 agosto 1786, prima di



“attaccare” il ghiacciaio diretti alla vetta, sia il giorno successivo, al rientro a mezzanotte, quando, dopo 24 ore di fatiche immani, tra ghiaccio e neve, poterono finalmente poggiare i piedi su roccia. Lo ricorda una targa, un po'datata, affissa su un lato del masso:

“Il 7 agosto 1786 gli abitanti di Chamonix, Jacques Balmat e Michel G. Paccard, hanno bivaccato in situazioni difficili sotto questo masso di granito. Il giorno successivo, 8, agosto, a forza di volontà e coraggio, raggiunsero per la prima volta la vetta del Monte Bianco, aprendo la via dell'alpinismo moderno.”

23 luglio. Il programma ambizioso di oggi prevede la partenza da Les Houches con arrivo agli Chalet du Miage, passando per Col Tricot. Piedi saldi a terra, ci avviamo, tutti e 8, e di ottimo umore, *oltre l'arco*. L'avventura del tour vera e propria inizia infatti, anche per noi, dall'arco storico della partenza del TMB, nel centro di Les Houches. Procediamo di buona lena, dopo le foto di rito sotto l'arco, verso

ovest lungo la strada asfaltata e in 15 min. circa arriviamo alla funivia di Bellevue che ci risparmia

IMPRESSIONI DE SOCI

un tratto poco piacevole, per lunghi tratti anche asfaltato, e ci porta direttamente a quota 1801 m., a ridosso di Col de Voza.

Ci dirigiamo, da un bivio poco a monte di Bellevue verso un sentiero che entra nel bosco e che ricopre il ripido fianco della valle di Bionnassay. E' questo un ghiacciaio che scende dal *Dome du Gouter* e dall'*Aiguille de Bionnassay* ed arriva fino all'altezza di 2000 m. Sul bordo del ghiacciaio arriva la stazione terminale del Tramway du Mont Blanc, chiamata *Nid d'Aigle*. Superato un cancello, una ripida discesa ci conduce ad uno spettacolare ponte metallico sospeso che ci permette di superare il torrente impetuoso, generato dal ghiacciaio. Foto di rito, con tanto di video della traversata, ovviamente.

Giunti al Col Tricot (2120 m.), che divide la valle di Bionnassay a nord e quella del Miage a sud, ci riposiamo un po' e ci concediamo una meritata merenda, ascoltando gli allegri canti di un gruppo di scout, provenienti da Palermo, anche loro in cammino sul Tour. Sulla sella si trovano i resti di un alpeggio e si possono già vedere, quasi 600 metri più in basso, gli Chalets de Miage, la nostra meta per la notte (1559 m.). Dal Col Tricot infatti poco dopo, scendiamo, con la stanchezza nelle ginocchia, fino ai caratteristici casolari dove ci fermiamo per la notte e dove ci attende, oltre ad una doccia ristoratrice, una magnifica e sostanziosa omelette, con tramonto memorabile sul ghiacciaio.

24 luglio. *"Esiste un mondo di spazio, di acque libere, di bestie ingenue dove la giovinezza del mondo risplende ancora e dipende da noi, e da noi soli, che sopravviva"* (Samivel).

Dopo un'abbondante colazione, sempre con vista sul ghiacciaio, ci avviamo verso il sentiero per Le Truc. Nostra intenzione infatti è quella di scendere verso Le Contamines- Montjoie e poi in serata raggiungere il rifugio des Pres, dove dormiremo. Il percorso per le Truc supera facilmente, attraversando un bosco, i 160 metri di dislivello che portano ad un grande pianoro con un rifugio, il Refuge du Truc (1720 m.). Nella malga, a gestione familiare, viene prodotto il famoso e buonissimo *fromage blanc*, qui servito con i mirtilli locali. Riprendiamo il cammino, sollecitati da Giovanni che "non vede l'ora" di farci conoscere Les Contamines, il paese che frequenta da più di 30 anni. Riprendiamo infatti il sentiero e giungiamo così in questo affascinante villaggio di montagna, sede della riserva naturale più alta di Francia e unica area protetta del Massiccio del Monte Bianco, dal 1979. Il paese è delizioso e Giovanni, che fa gli onori di casa, ci porta a conoscere i luoghi a lui più cari, compresi quelli gastronomici, la cui tappa è d'obbligo. Abbiamo anche tempo per visitare una notevole mostra fotografica sugli acquerelli di Samivel, allestita all'aperto a ridosso della chiesa principale del paese. Pseudonimo di Lévi Sam (*1907 - †1992), Samivel è stato un alpinista ed esploratore, scrittore ed apprezzato illustratore, specializzato in soggetti di montagna, molto legato a Les Contamines, frequentando questo villaggio fin da ragazzo.

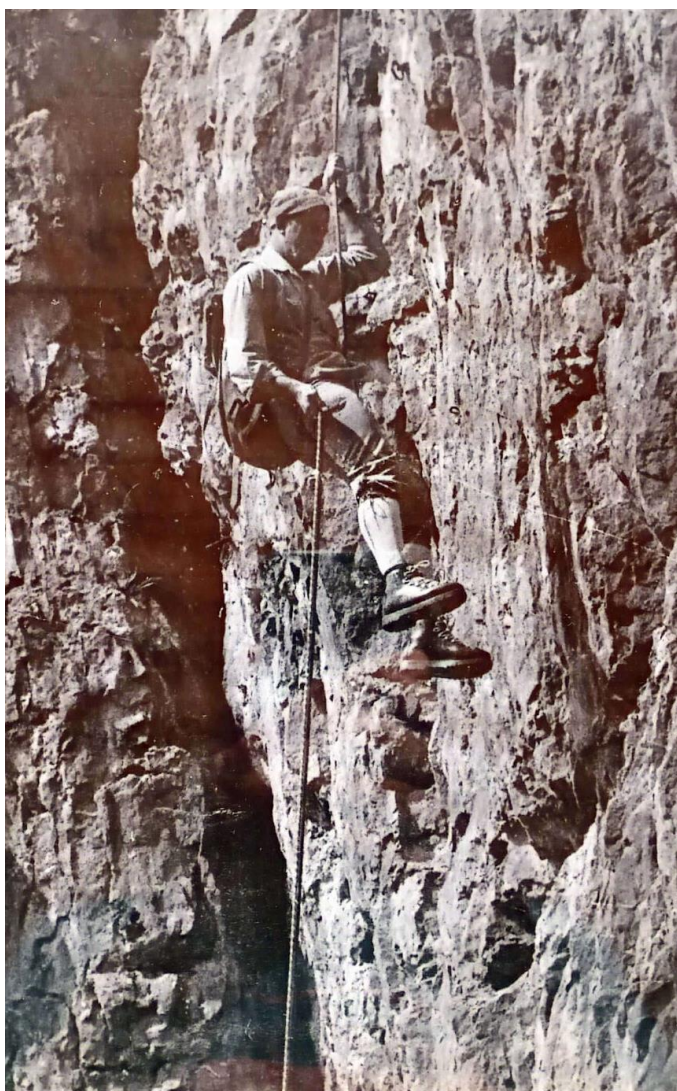
In questi giorni di cammino, un altro personaggio che ha vissuto molta parte della sua vita a Les Contamines, ci ha tenuto compagnia. E' la storia di Antonio Negri (detto Toni), semplice ed eroica allo stesso tempo, che voglio qui raccontare. Desidero farlo sia perché è stata una vita, dedicata alla montagna, ed in particolare al Monte Bianco, sia perché collegata indissolubilmente alla storia del "nostro" Giovanni.

Toni nasce a Varzi, nell'Oltrepò pavese, intorno agli anni '20 del 1900, dove trascorre la giovinezza. Giovinezza funestata però dalle difficoltà del periodo storico, quello della Seconda Guerra Mondiale. Viene fatto prigioniero dai tedeschi e deportato in un campo di concentramento, dal quale riesce a fuggire proprio grazie alle sue abilità, innate, di scalatore. Arriva, dopo varie incredibili peripezie, in Belgio dove viene assunto in una miniera. Lavorare *sotto terra*, senza la luce del sole, è per Toni, così attratto naturalmente dalle altitudini, molto penoso, più che faticoso. Anche qui sarà la "montagna", di nuovo a venirgli in aiuto, e, ancora per merito delle sue qualità

IMPRESSIONI DE SOCI

di scalatore, viene promosso a svolgere un lavoro in superficie. La storia di Toni, fino al suo arrivo in Francia a Les Contamines, è caratterizzata, come per tanti italiani, dalle difficoltà e soprattutto dal tentativo, quotidiano, di sopravvivere ad un periodo, quello del dopo guerra italiano, veramente pieno di tribolazioni. Giunge in Francia, in questo piccolo borgo e, di nuovo grazie alla passione per la montagna e alle sue abilità di scalatore, diventa un punto di riferimento per le guide locali. Diverse saranno le vie di ascensione aperte da Toni, sul Massiccio del Monte Bianco. Vie che non portano il suo nome forse, ma che certamente, hanno impresse sulla roccia le sue impronte, in modo indelebile. Oltre ad essere un abile alpinista, è stato una guida ed un punto di riferimento importante a Les Contamines. Qui per tanti anni ha avuto in gestione lo Chalet des Contamines (FFCAM), il rifugio della Federazione del club Alpino Francese ed è qui che Giovanni lo ha conosciuto. La montagna, per Toni, è stata il suo riscatto, la forma che ha preso la sua possibilità evolutiva. Toni lascerà questa terra, per raggiungere le vette celesti, nel 2002.

“Per amare la montagna, bisogna conoscerla”. Questo poster, nel rifugio di Toni, richiamò l’attenzione del nostro Giovanni, poco più che trentenne, giuntovi, nel corso del suo primo TMB. Ed è qui che la storia di Giovanni si lega, per sempre, a quella di Toni. Più che amici fraterni, per certi aspetti Toni, è stato per Giovanni un padre, quel padre perso troppo presto. Ed ancora è stata la “montagna”, l’amore per quest’ultima e la ricerca interiore connessa ad essa, a legarli profondamente. Toni è stato il mentore di Giovanni, la sua *guida* più profonda. Colui che, come ci racconta Giovanni, spesso commovendosi, lo ha spinto a sfidare sé stesso e le sue paure. Grazie all’amore, irrefrenabile, che muove chi cerca sé stesso, spingendosi su montagne sempre più alte.



Grazie al supporto e all’incoraggiamento di Toni, Giovanni riesce a coronare il suo sogno: salire in cima al Monte Bianco e per di più in solitaria. Lo farà partendo e tornando da Les Contamines. Nel proseguo della sua vita alpinistica ripeterà altre 7 volte l’ascensione alla vetta di cui 2 in traversata Italia (Courmayeur) - Francia (Les Contamines). La via normale italiana è una delle vie per salire al Monte Bianco, si trova sul versante meridionale della montagna, ed è più difficile rispetto alle altre tre vie che partono dal lato francese.

L’itinerario fu percorso per la prima volta in discesa, il 1 agosto 1890 da Giovanni Bonin, i sacerdoti Achille Ratti (il futuro papa pio IX) e Luigi Grasselli, con le guide Joseph Gadin e Alexis Proment, salendo dallo sperone della Tournette. E’ conosciuta anche come Via Ratti - Grasselli (o via del Papa). E’ giunto il momento di ripartire e lasciare Les Contamines, questo delizioso borgo di montagna che ci ha ospitati per qualche ora. Il nostro obiettivo è raggiungere il rifugio des Pres, nell’omonimo grande alpeggio.

IMPRESSIONI DE SOCI

La strada che ci aspetta non è poca. Lasciamo Les Contamines, in direzione di Notre Dame de la Gorge, una storica chiesa lungo il percorso, luogo, molto antico, di pellegrinaggio.

Percorriamo un sentiero tortuoso, con un dislivello a tratti importante, attraverso una foresta di abeti rossi per raggiungere il verdeggiante altopiano di Laya. Un torrente, proveniente dalla vicina cascata della Combe Noire, rimbomba in fondo ad una profonda ed articolata 'gorge' (orrido) piena di schiuma e di penombre. Stiamo percorrendo la via romana, fatta costruire da Giulio Cesare per la conquista della Gallia. Arriviamo emozionati al famoso ponte romano. La visione è davvero suggestiva sia per il paesaggio sia perché ci rendiamo conto, ancora una volta, di camminare lungo una storia millenaria.

La giornata di escursione non è ancora finita. Il sentiero sfocia nel pianeggiante Vallone della Balma che come sfondo propone le dolomiti del luogo: les Aiguilles de la Pennaz con l'impressionante Col des Chasseurs, sogno ed incubo dei più bravi sciatori. Il nostro destino però non sarà quello di camminare rilassati nel pianoro che ci si prospetta. Svoltiamo a destra, nuovamente in salita con un tuffo in un ombreggiato bosco che ci proteggerà dall'assoluto pomeriggio, fin quasi al rifugio des Prés. Ristrutturato e ampliato, una volta raggiunto, ci accoglie con ospitalità e ci offre il comfort e il ristoro di cui abbiamo bisogno. La vista, ovviamente, è mozzafiato. Il tramonto è tutto al cospetto di Sua Maestà, le Mont Blanc.

25 luglio. Al mattino, rivolgiamo ancora una volta lo sguardo al *nostro* Monte Bianco, che a quest'ora si mostra in tutto il suo candore e maestosità. Una volta che avremo abbandonato il piazzale del rifugio, scomparirà dietro una *coorte* di subalterni per riapparire non prima del Col de La Seigne, al confine Franco-Italiano.

La giornata è stupenda, cielo azzurro ed aria frizzante e, per di più, il sentiero si snoda inizialmente in moderata discesa. Presto, però, si ritorna a salire e, dopo un po', inciampiamo nel Plan des Dames, dove il cammino contorna un ammasso considerevole di sassi a proposito del quale si snodano due versioni. La prima racconta di due signore qui morte sorprese da una tempesta ed il tumulo ne sarebbe la tomba. La seconda tramanda che, sotto quel cumulo, sia sepolta una statua di Mercurio, il Messaggero degli Dei.

In entrambi i casi, tradizione vuole che ogni passante debba aggiungere un sasso in omaggio alle divinità protettrici dei viaggi. In questo modo il viandante si 'scarica' della fatica accumulata. La dimensione di quel tumulo testimonia l'antichità del passaggio e dà idea delle folle che vi sono transitate.

Il fondo del vallone si drizza bruscamente e mette a dura prova il cuore e la schiena degli escursionisti che giungono sudati e senza fiato al Colle du Bonhomme. Una sosta è d'obbligo.

Si riprende a salire fino a raggiungere il successivo colle della Croix de Bonhomme. Si è entrati nel mondo del Beaufortain. Immensi prati ricoprono interamente le montagne ormai di dimensioni più ridotte. Qui inizia una lunga, quasi interminabile discesa che ci porterà nella Valle de Glaciers che verrà risalita con una provvidenziale navetta che ci avvicinerà alla nostra meta: il rifugio de Mottets.

Giungiamo nel tardo pomeriggio al rifugio che si trova a quota 1.870 m. Il luogo è davvero magico, l'atmosfera è particolare, con le vecchie stalle trasformate in dormitor, mentre antichi attrezzi del mestiere decorano l'interno della sala refettorio.

La cena è abbondante ed accompagnata da canti e musica. La nostra avventura sta giungendo al termine. Un velo di tristezza, per la vicina fine della piacevole avventura, fa scordare la stanchezza. Domani ci avvieremo verso il confine con l'Italia, al Col de la Seigne.

IMPRESSIONI DE SOCI

26 luglio. Riprendiamo il nostro Tour di primo mattino e ci avviamo di buon passo verso il valico. Verso l'Italia. Sono emozionata devo ammetterlo. I passi che ho compiuto e che custodisco nel cuore fanno compagnia ai pensieri, che si muovono liberi e fantasiosi, mentre salgo lungo un sentiero ampio che guadagna quota dolcemente. Attraversiamo tratti fangosi e continuamente guadiamo torrenti d'acqua. A volte impetuosi, a volte docili. Il suono dell'acqua è la musica dolce e fragorosa che mi ha accompagnato in questi giorni, allegri, sereni, in cui tutto sta procedendo bene, come i passi di ciascuno di noi, in armonia tra loro. Raggiunti i pascoli in quota, entriamo in un canalone scavato da un torrente e, con facilità, superiamo l'ultimo pendio che ci conduce fino al Col de la Seigne (2516m.).



Siamo in Italia. Ed è emozionante ritrovarsi, insieme, in un luogo caro e scoprire, dentro il cuore, che non esistono confini di sorta. Che siamo tutti qui. Tutti insieme. Esseri umani e viventi, sotto lo stesso cielo. Il panorama si apre sull'intero versante italiano del massiccio, con l'infilata della Val Veny e della Val Ferret, le Pyramides Calcaires in primo piano e, più lontano, la spettacolare Noire de Peutery. Il tutto dominato dall'imbiancata vetta del Monte Bianco.

Il nostro Monte Bianco.

Immancabili le foto di rito, in questo luogo così significativo. Così di passaggio. Il pensiero va a tutti coloro che nel tempo son passati di qui, in allegria, come noi, oppure nella disperazione, fuggendo chissà da cosa o cercando una via migliore, per vivere. E così, grata per questa terra, così meravigliosa, che ci ospita, che ci accoglie, mi emoziono al pensiero di quanto *tutto scorra*, luogo spazio vita e tempo. Eh sì, il tempo, il mio, ritrovato, quello che mi ha accompagnato in questi giorni di cammino. Un tempo, così *fuori dal tempo*, che a pensarci mi vien da sorridere. Un tempo che esiste nel mio cuore anche quando sembra scappare via velocemente. Anche quando sembra così inafferrabile.

E ora di riprendere la strada che scende lieve dal colle, in 20 minuti di cammino raggiungiamo la Casermetta, questo luogo, di proprietà della Regione autonoma Valle d'Aosta ed in gestione alla Fondazione Montagna Sicura, è un centro di educazione ambientale transfrontaliero. Ci accoglie una gentilissima e giovane responsabile con la quale ripercorriamo, emozionati ed orgogliosi, davanti ad un plastico, il nostro tour. Riprendiamo di nuovo il nostro cammino e poco più a valle, superato un guado, ormai divenuto comoda carrareccia, costeggiamo l'ampio pianoro erboso ai piedi delle Pyramides Calcaires, fino a raggiungere l'Alpe inferiore de la Lex Blanch, che si affaccia sul Piano di Combal. A sinistra, già visibile e raggiungibile con un breve sentiero, con vista sul ghiacciaio della Lex Blanche e sull'Aiguille de Trélatête, si sale al Rifugio Elisabetta (2.200 m.).

IMPRESSIONI DE SOCI

Qui sosta d'obbligo per una birra, tutta meritata! Scendiamo poi verso Courmayeur dove passeremo la notte, presso il Rifugio del Monte Bianco, gestito dal Cai UGET di Torino.

27 luglio. Oggi giorno di partenza e di saluti per Patrizia e Giancarlo della sezione Cai di Nembro (Bg), che da Courmayeur rientrano direttamente a casa. Il tempo di salutarci e di brindare di nuovo (con un buon caffè italiano!) al nostro bellissimo tour, con l'intenzione di rinnovare l'esperienza, l'anno prossimo, per la seconda parte.

Il resto del gruppo rientra invece a Chamonix attraverso la funivia Skyway del Monte Bianco e poi da punta Hellbronner fino all'Aiguille du Midi, con la meravigliosa traversata della Vallee Blanche, cinque km di piacere intenso e di meraviglia assoluta, a bordo dei panoramici ovetti.

Rientriamo a Chamonix ed ognuno, con i suoi tempi, riprende il cammino verso casa. Con il cuore e lo sguardo ricco di immagini e spazi meravigliosi e con la promessa di ritrovarci, tutti insieme, l'anno prossimo, con la seconda parte del nostro TMB.

Concludo questo mio racconto tornando, col pensiero alle imprese degli alpinisti che hanno fatto la storia di questo luogo e a Walter Bonatti. Una delle sue imprese più memorabili fu nel 1955. Dopo l'amarezza e la delusione della spedizione sul K2, Bonatti decise di scalare il Dru, probabilmente come forma di riscatto verso un'ingiustizia vissuta sulla sua pelle, che ancora bruciava. Il 22 agosto del 1955, dopo 6 giorni trascorsi in parete, toccava la vetta del Petit Dru (3733 m.). Una salita in solitaria, quella affrontata lungo il Pilastro Sud-Ovest, divenuta epica.

Questo luogo fu ribattezzato poi Pilone Bonatti. La guglia che si staglia nel cielo è sempre lì e ci ricorda le sfide, impossibili ma vinte, la tenacia, la forza e il coraggio. La voglia di scalare, di salire, di scoprire cose c'è oltre, oltre quella cima, oltre quella paura. Quella via, aperta da Bonatti allora, oggi non è più percorribile perché la montagna, il suo Monte Bianco, così ha salutato il suo, certamente migliore scalatore, rendendo quella via inaccessibile, grazie ad un crollo definitivo il giorno della sua morte. E chi è rimasto, può solo ammirarla da valle.

Questa prima parte del Tour du Mont Blanc mi lascia un profondo senso di gratitudine, verso i miei antichi e nuovi compagni di cammino, verso Giovanni, sempre attento, premuroso e davvero, profondamente, *guida*, per tutti noi. Verso questo luogo così meravigliosamente in armonia con se stesso, da cui, ogni giorno che passa, dal mio rientro in città, traggio ispirazione ed insegnamento interiore.

L'esortazione che colgo e che faccio mia, e che desidero trasmettere, è quella di Giovanni: questo luogo, soprattutto il versante francese, che è quello che ci ha ospitato per la maggior parte del nostro percorso, va conosciuto, esplorato, raccontato. Nel nostro TMB abbiamo incontrato tantissime persone, provenienti da tutto il mondo, ma pochi Italiani. Questo dato è davvero significativo e in fondo mi ha sorpreso. Il Monte Bianco è anche *italiano*. Oltre i confini formali, che raccontano spesso storie di compromessi politici, ci sono le persone, così accoglienti, che abitano questo luogo di passaggio, di una bellezza appunto *sconfinata*.

Queste montagne, così ricche di fascino e così profondamente vive, ci "appartengono".

Non dimentichiamoci di proteggerle. Conoscendole, percorrendole e raccontando la loro bellezza!

24-25-26 luglio

La Marmolada “La Regina delle Dolomiti”

Walter Cacciatori

Quando con alcuni amici ci incontriamo per una birra, finiamo sempre per parlare di montagna.

Tra un progetto e l'altro, più o meno ambiziosi, anche la Marmolada era nei nostri pensieri.

Così, dopo aver contattato due rifugi per assicurarci il pernottato, siamo partiti: io, mio fratello Enrico e Roberto. Arrivati al lago Fedaia, abbiamo alloggiato al Rifugio Castiglioni (2000 m). La mattina seguente, di buon'ora, abbiamo preso il sentiero CAI 606 e, dopo circa due ore, siamo arrivati a Pian dei Fiacconi (2600 m), dove sono ancora visibili alcune postazioni della Prima Guerra Mondiale. Ancora più impressionante è stato raggiungere il Rifugio Fiacconi, ormai completamente inagibile a causa di una valanga che nel 2001 lo ha semidistrutto, danneggiando anche l'arrivo e i piloni della funivia che dal lago Fedaia portava a Pian dei Fiacconi.

Dopo aver attraversato un po' di "sfasciume", tra facili roccette siamo arrivati alle propaggini del ghiacciaio della Marmolada. Da lì, indossati i ramponi, abbiamo iniziato la progressione sul ghiaccio, che non presentava particolari difficoltà, con una pendenza abbastanza dolce, interrotta solo da due piccole rampe leggermente più ripide. Dopo aver aggirato la prima a sinistra, su ghiaccio vivo, abbiamo potuto osservare la grande voragine lasciata dal seracco che, due anni fa, si è staccato, rotolando tragicamente e rovinosamente sulla via normale. Si stima che fossero oltre 60.000 le tonnellate di ghiaccio che percorsero più di 2 km, raggiungendo una velocità di circa 200 km/h. La seconda rampa ci ha introdotto in un emiciclo che dal versante sinistro della salita ci ha condotti a quello opposto, fino a incontrare la "Schiena del Mulo", una cresta di roccia di II° grado che ci ha accompagnato fin quasi alla vetta.

Ormai la croce di vetta era ben visibile e, dopo qualche centinaio di metri ancora su neve, l'abbiamo raggiunta. Qui non sono mancati abbracci e foto di rito, seguite da qualche battuta scherzosa con alcuni ragazzi spagnoli, anch'essi visibilmente soddisfatti dell'impresa.

Successivamente, siamo arrivati alla Capanna Penia, dove abbiamo conosciuto Carlo Budel, il custode del rifugio, conosciuto come la "Sentinella delle Dolomiti". È un personaggio unico, che non si può descrivere a pieno nemmeno con cinque pagine, un vero personaggio!

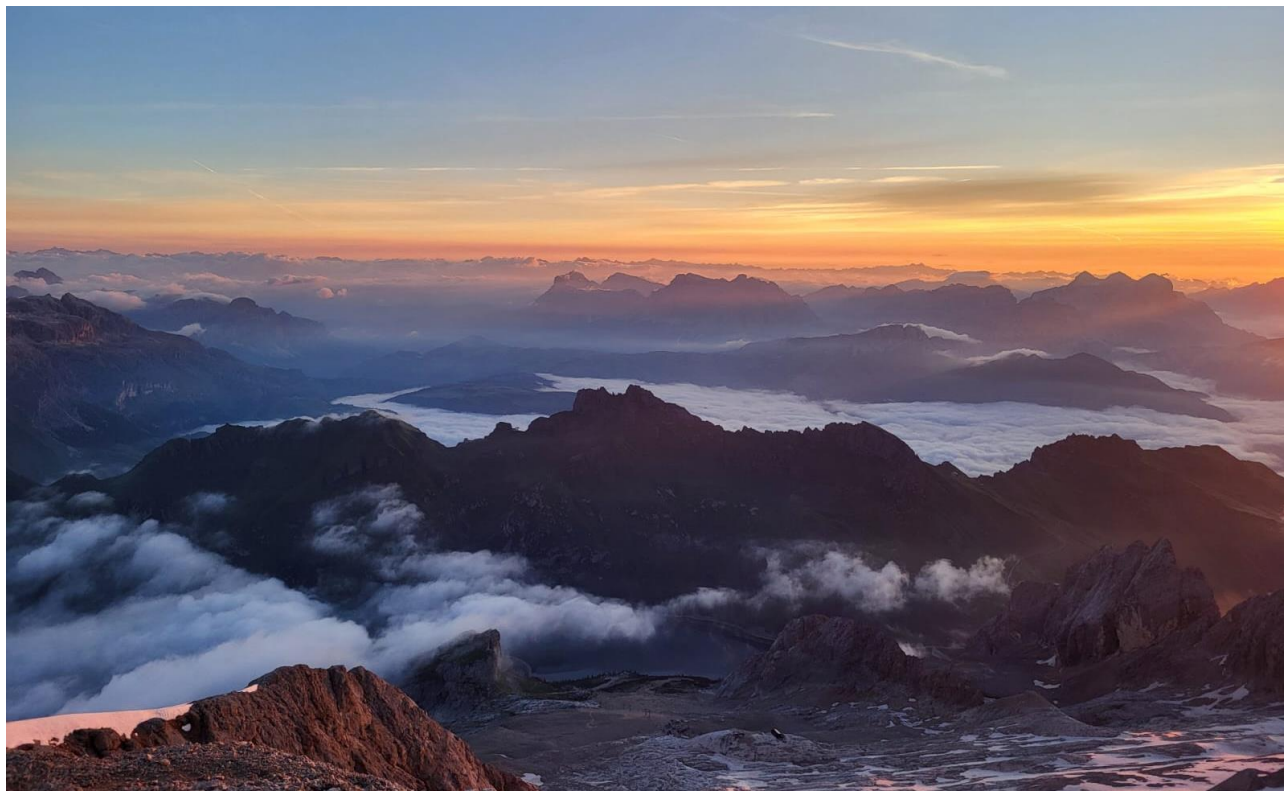
Il tramonto sulla Marmolada è stato qualcosa di meraviglioso. I colori del cielo e delle nuvole che si fondevano con le vette circostanti, vestite di rosa, ci hanno offerto uno spettacolo naturale incredibile, di quelli che si possono godere solo a queste altitudini.

Il mattino seguente, abbiamo atteso un po' che il sole sorgesse e scaldasse l'aria prima di iniziare la discesa verso il lago Fedaia.

Indubbiamente la Marmolada è, a pieno titolo, la "Regina delle Dolomiti". Dalla sua vetta si possono ammirare a 360° tutte le cime più belle: dalle Tofane al Civetta, dal Monte Elmo al Sorapis, dal Piz Boè fino alle Alpi Austriache.

IMPRESSIONI DE SOCI

È stata un'escursione emozionante, non troppo difficile seppure in ambiente glaciale, ma che richiede un buon allenamento. Inoltre, quest'anno, grazie alle abbondanti nevicate, i crepacci erano coperti, e ciò ha reso tutto più semplice, insieme al bel tempo che ci ha accompagnato per due giorni. Volendo, si può anche salire e scendere in giornata, ma il suggerimento appassionato è di pernottare in vetta per vivere appieno l'esperienza e poter ammirare sia il tramonto che l'alba, momenti magici e unici.



IMPRESSIONI DE SOCI



AVVICINAMENTI

Alla scoperta dei Vini delle Terre Alte

Romina Oricchio

Questa rubrica nasce con l'intento di condurre il lettore ad intraprendere un viaggio tra le regioni italiane coniugando il piacere di "camminare" tra i vigneti di montagna e la "sete" di conoscenza. Scopriremo insieme il binomio montagna-viticoltura, percorreremo il territorio italiano lungo quella immaginaria linea di confine che costringe l'essere umano a deporre il suo aratro e lasciar spazio alla natura incontaminata, laddove l'opera dell'uomo non è più in grado di modellare il paesaggio e le vette dominano incontrastate, custodi e guardiani dell'integrità del paesaggio.

Alpi Apuane e vini estremi

Se dovessimo parlare di Toscana con qualsiasi turista straniero saprebbe sicuramente collocare geograficamente questa Regione e associare ad essa famose città d'arte, paesaggi collinari e indubbiamente vino e cibo. La Toscana è tra le Regioni italiane che meglio ci rappresenta nell'immaginario collettivo del visitatore straniero, infatti, già nel XVIII secolo, era tra le mete obbligate del Grand Tour.

Se dovessimo parlare di Toscana con qualsiasi persona amante del buon bere, saprebbe indubbiamente elencare grandi vini rossi prodotti in questa Regione; dal Chianti Classico al Brunello di Montalcino, dal Nobile di Montepulciano ai Supertuscan prodotti nell'area di Bolgheri.

IMPRESSIONI DE SOCI



E se dovessimo parlare di Toscana con un montanaro? Di sicuro la mente andrebbe a rincorrere le cime dell'Appennino Tosco-Emiliano dal Casentino al Mugello, dall'Abetone alla Garfagnana fino ad arrivare alle **Alpi Apuane** a pochi chilometri dal mare.

Proprio quest'area montana a Nord della Toscana è un vero e proprio parco divertimenti per coloro che amano vivere all'aria aperta e cimentarsi negli sport di montagna: dall'escursionismo all'arrampicata, dal rafting alla speleologia, dal canyoning all'alpinismo. Queste montagne sono attraversate anche da un antico tracciato del XVIII secolo realizzato come via commerciale e militare per collegare Modena e Massa: la **Via Vandelli**.

Realizzata fra il 1739 e il 1752 attraversando l'Appennino e le Alpi Apuane, aveva lo scopo di offrire allo Stato Estense uno sbocco tirrenico dopo che l'unione matrimoniale, avvenuta nel 1741, tra Ercole Rinaldo d'Este e Maria Teresa Cybo, aveva garantito una continuità territoriale dalla Pianura Padana alle coste della Versilia. Il progetto e l'opera, di non facile realizzazione considerati gli aspri passaggi montuosi, furono affidati al matematico Domenico Vandelli, il quale si impegnò a fornire al proprio regnante una strada interamente carrozzabile e di uso commerciale. L'impresa riuscì a metà, nel senso che la strada fu costruita ma il suo calibro, specie nei tratti più difficili, non consentì mai il passaggio di carri e carrozze come gli Estensi avrebbero desiderato. Essa non fu però del tutto dimenticata, specie dalle popolazioni locali che tramandarono il suo ricordo utilizzandola a lungo per il traffico locale.

Purtroppo ai giorni nostri una parte dell'originario tracciato è andata perduta ma è possibile percorrere i sentieri originali che attraversano la rigogliosa terra della Garfagnana e la Media Valle del Serchio con uno splendido trekking di circa 7 giorni per un totale di 171km e 5370 metri di dislivello totale.

Se invece si desidera affrontare escursioni giornaliere, le Alpi Apuane offrono incredibili sentieri dai più semplici a vere e proprie vie alpinistiche. Pur non raggiungendo quote eccessivamente alte, queste montagne sanno regalare delle ascensioni di straordinaria soddisfazione:



IMPRESSIONI DE SOCI

- **Monte Pisanino** (1947 m), il re delle apuane, la cima più alta ma anche la montagna più massiccia. Ogni ascensione alla vetta non è mai banale nemmeno dai sentieri più battuti.
- **Monte Cavallo** (1895 m) il Lyskamm delle apuane che con la sua affilata cresta ne fa una delle vette più ardite e desiderate da ogni escursionista avanzato.
- **Monte Tambura** (1895 m), il monte dei Massesi che proprio da questo versante ne fa la montagna con lo sviluppo e la quota più lunga dell'intero gruppo.
- **Pania della Croce** (1858 m), la vetta più alta del gruppo delle Panie è la regina in assoluto una delle poche montagne non ancora intaccata dall'estrazione del marmo
- **Monte Grondilice** (1808 m) cima ambiziosa da salire ma forse ancor più impegnativa nella sua discesa
- **Monte Contrario** (1788 m) nessuna foto sarà più rappresentativa di quella fatta sulla sua cima
- **Pizzo d'Uccello** (1783 m) il Cervino delle Apuane che con la sua imponente parete nord di 700 metri di dislivello ne fa la meta più ambita dagli alpinisti da tutta Italia
- **Monte Sella** (1736 m) se non fosse per l'ingegno umano che ha creato strade e sentieri sarebbe stata una delle montagne più inaccessibili dell'intero gruppo
- **Pizzo delle Saette** (1720 m) un simbolo del gruppo delle Panie ricco di storia alpinistica
- **Monte Nona** (1297 m) non si può parlare di pareti imponenti senza menzionare la sua grande parete strapiombante
- **Monte Forato** (1230 m), famoso per l'arco naturale di roccia che ne fa un'attrazione sia per la famosa altalena che per l'attraversamento aereo della parte superiore dell'arco
- **Monte Gabberi** (1108) il monte dei camaioresi molto affezionato agli arrampicatori sportivi per il gran numero di falesie presenti sui suoi affioramenti

Queste sono solo alcune delle ascensioni che si possono affrontare tra questi monti, che di sicuro non hanno nulla da invidiare alle sorelle maggiori che segnano il confine settentrionale da ovest ad est del nostro Paese.

Per quanto riguarda il vino l'area del Parco delle Alpi Apuane non può essere considerata una zona particolarmente vocata per la viticoltura, sia per la morfologia del paesaggio ma soprattutto se la rapportiamo alle prestigiose denominazioni toscane. Tuttavia, negli ultimi anni, anche in quest'area va crescendo una discreta produzione di vini bianchi e rossi.

Molti produttori vinificano i vitigni internazionali: Merlot e Cabernet, andando a posizionare le loro produzioni all'interno della IGT Toscana. Più rari da trovare ma di grande interesse sono invece i vini appartenenti alla **Denominazione di Origine Controllata Candia Colli Apuani**. Prodotto esclusivamente su queste colline a ridosso della Alpi Apuane, questo vino è particolarmente pregiato in quanto riconosciuto come esempio di viticoltura eroica. Poco meno di 500 gli ettari vitati di cui meno di 300 iscritti alla Doc, suddivisi in una miriade di micro-appezzamenti situati ad altitudini non molto elevate (si spingono sino ai 250 metri slm), che sovrastano la città di Massa, spesso vista mare e con pendenze che arrivano a volte al 40%. Difficoltose sono quindi tutte le lavorazioni, anche perché spesso l'accessibilità a questi vigneti è assai problematica (ci si arriva unicamente a piedi) e perché la manutenzione del territorio è spesso affidata alla buona volontà dei viticoltori.



IMPRESSIONI DE SOCI

Circostanze dunque al limite del proibitivo che, però, i viticoltori apuani, capaci di duro lavoro, esperienza e determinazione, hanno saputo massimamente sfruttare, trasformando questi pendii a picco sul mare in un caleidoscopio colorato dal verde delle vigne, dal giallo dei limoni massesi, dal bianco delle cave di marmo sullo sfondo e dal blu del Mar Tirreno all'orizzonte.

Il vitigno più coltivato è il **Vermentino** che, insieme ad **Albarola**, **Malvasia bianca** e **Trebbiano toscano**, regala al vino grande sapidità sorretta da una buona spalla acida e ottima struttura. Più rare, ma comunque di recente diffusione, sono le uve a bacca nera, tra le quali la **Barsagliana** o **Massaretta** e il **Vermentino nero** con i quali sono prodotti vini rossi snelli e freschi e vini rosati delicati e profumati.

Sebbene il lavoro di questi produttori sia lodevole e di grande tenacia questi vini non riescono a godere di grande fama, un po' a causa della limitata produzione un po' perché vivono all'ombra delle altre grandi denominazioni toscane.

Il Consorzio sta lavorando molto per diffondere la conoscenza di questo territorio e le prime gratificazioni sono arrivate con la premiazione di alcune etichette al **Concorso Internazionale "Mondial des Vins Extremes"** l'unica manifestazione enologica mondiale specificamente dedicata ai vini prodotti in zone caratterizzate da viticolture eroiche.

Il concorso seleziona i migliori vini frutto della viticoltura estrema con la finalità di promuovere e salvaguardare le produzioni di piccole aree vitivinicole che si caratterizzano per storia, tradizione e unicità, di grande valore ambientale e paesaggistico dove si coltivano soprattutto vitigni autoctoni. Si tratta di autentiche "isole della biodiversità viticola" che, però, corrono il rischio di scomparire a causa degli alti costi di produzione e realizzazione dei vigneti. Questi risultati danno grande speranza ed entusiasmo a tutti gli addetti ai lavori che credono che la Toscana non è solo la terra dei grandi rossi, ma è fatta anche di piccole Doc che producono vini in condizioni estreme frutto della fatica e dell'eroismo, della sostenibilità e della tutela del paesaggio.

Se capita dunque di visitare queste zone, di intraprendere qualche trekking, o di organizzare qualche ascensione alle vette più alte, a fine giornata brindiamo con qualche etichetta prodotta in loco. Consiglio di iniziare con il "*Riflesso*" dell'**Azienda Agricola L'Aurora** e il "*Reale*" della **Tenuta Lodolina**, che si sono aggiudicati la medaglia d'oro per i migliori vermentini ai Mondial des Vins Extremes e poi, perché no, proseguire la degustazione con le altre aziende locali come ad esempio **Azienda Agricola Vigne Conti**; **Società Agricola Beatrice, Montepepe**; **Azienda Agricola Eva Vernazza**.

Piante e fiori dell'Appennino

Fausto Borsato

Prima di continuare nella descrizione di specie arboree che incontriamo nel nostro vagare riprendiamo alcuni concetti basilari che sono stati descritti in precedenza:

La **Nomenclatura binomiale** è una modalità, introdotta da Linneo (scienziato svedese del '700 che si dedicò soprattutto allo studio delle piante) che identifica una pianta, ma anche un animale o qualsiasi essere vivente, con due nomi: il primo riconosce un gruppo da alcuni caratteri comuni (Genere), il secondo identifica la specie come unica.

Il Genere va scritto con la prima lettera maiuscola, la specie va scritta tutta minuscola ed entrambi in carattere corsivo.

Questo modo di classificare gli elementi viventi fa capo alla disciplina chiamata "tassonomia" (dal greco taxis=ordinamento e nomos=regola).

Tra le conifere, le cui principali caratteristiche sono state descritte nell'articolo precedente, quelle che troviamo più spesso in montagna sono:

Larice (*Larix decidua*)

La sua caratteristica più evidente è quella di perdere gli aghi nel periodo invernale, che acquistano tutti i toni del giallo prima di cadere.

Viene usato anche nei rimboschimenti misti al di fuori dell'areale tipico. Sono alberi molto longevi, basti pensare a quelli monumentali in Val di Rabbi (fino a 700 anni) che abbiamo avuto occasione di ammirare qualche anno fa durante una settimana verde.

Per curiosità si ricorda che il legno di larice, per le sue doti di resistenza agli agenti atmosferici, era adoperato per la produzione delle 'scandole', quelle tavole che sovrapposte le une alle altre costituivano il tetto delle abitazioni in montagna.

foglie: sono corti aghi raccolti in gruppi di 20/40 elementi, distribuiti lungo il ramo (*brachiblasto*) e piuttosto ravvicinati;



Rametto di larice con fiori maschili e femminili

IMPRESSIONI DE SOCI

strobili: sono delle piccole pigne di colore rosso corallo, infine marrone che lignificano dopo aver disperso i semi alati e resistono a lungo sul ramo, anche per più anni;

portamento: ha portamento triangolare e fusto dritto;

dimensioni: può raggiungere i 40 metri;

habitat: è presente a quote elevate, fino a 2400 metri ed è l'ultima specie che incontriamo prima delle praterie d'altitudine spesso frammisto al Pino cembro.

Abete rosso (*Picea abies*)

Il suo nome più comune è Peccio, tanto che i boschi formati da esemplari di questo albero sono definiti Peccete. È presente soprattutto nelle valli delle Alpi. Al sud non è naturale ma è stato oggetto di un rimboschimento presso la località Fonte Vetica nel gruppo del Gran Sasso.

Sono Abeti rossi quegli alberi definiti 'di risonanza' dal cui legno si traggono strumenti musicali quali violini, viole, violoncelli etc.

È stato adoperato per rimboschire gli Altopiani vicentini (Lavarone, Asiago e Folgaria) dopo le distruzioni dovute alle battaglie della I° guerra mondiale. Purtroppo la loro coetaneità e la monospecificità hanno avuto un impatto negativo sulla specie, tanto che un parassita quale il Bostrico (*Ips telegraphus*) ne sta distruggendo ampi tratti senza incontrare opposizioni, favorito anche dalle devastazioni dovute al passaggio della tempesta Vaia.

Come possiamo riconoscerlo:

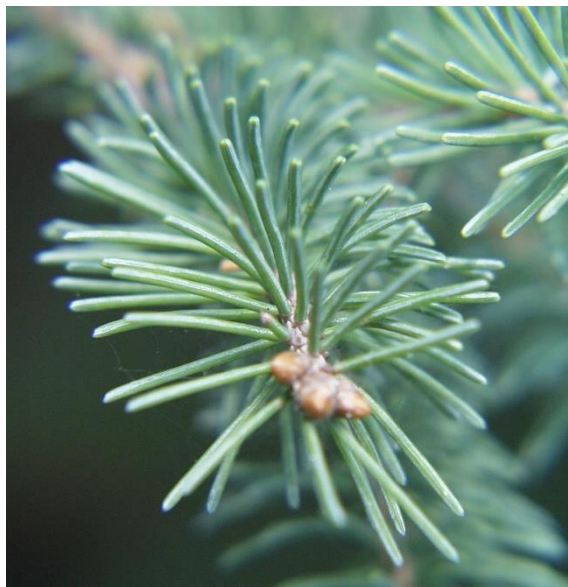
foglie: sono aghi singoli attaccati direttamente tutto attorno al rametto;

strobili: le pigne sono pendule e di colore verde, poi marrone e cadono intere al suolo;

portamento: ha tronco dritto e forma piramidale con chioma più espansa alle quote inferiori che diventa più stretta a quote più elevate per compensare il peso della neve;

dimensione: può raggiungere i 60 metri di altezza;

habitat: nelle Alpi è la specie più presente e costituisce gli immensi boschi della 'taiga' siberiana.



Aghi di abete rosso

Abete bianco (*Abies alba*)

È nettamente meno comune dell'Abete rosso. È specie che richiede livelli medi di piovosità e, generalmente, almeno in Italia, non costituisce boschi puri, ma più spesso associati al Faggio o all'Abete rosso.

foglie: sono aghi disposti singolarmente e 'a pettine' sul ramo, in forma appiattita e con la punta arrotondata;

coni: le pigne sono erette (rivolte verso l'alto) sul ramo e sono prima verdi quindi rosso-bruno a maturazione, quando si sfaldano lasciando cadere le brattee e i semi;



Aghi di abete bianco

IMPRESSIONI DE SOCI

portamento: è un albero maestoso, con fusto diritto e slanciato e chioma piramidale;

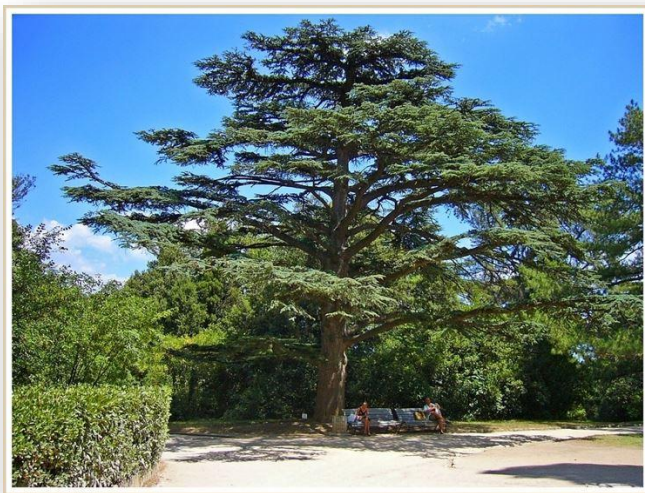
dimensione: può raggiungere i 60 metri d'altezza. Nella foresta che circonda il Santuario della Verna, sono facilmente osservabili esemplari che superano i 50 metri;

habitat: presente soprattutto sui Balcani e nella Foresta Nera, in Italia lo si ritrova sulle Alpi Occidentali e Orientali e sull'Appennino più sporadicamente.

Cedro (*Cedrus*)

Volutamente non viene specificata la specie, non essendo presente nelle nostre regioni se non in esemplari isolati e di importazione. Sono quindi sia 'del Libano' (*Cedrus libani*) che della varietà Atlantica (*Cedrus atlantica*), come anche 'dell'Himalaya' (*Cedrus deodara*). Il nome chiarisce anche la loro provenienza, il primo dal Libano e il secondo dalle montagne dell'Atlante nel nord dell'Africa, il terzo con due varietà proviene dai monti dell'Himalaya occidentale.

foglie: son aghi lunghi circa 2 cm riuniti in ciuffi di 20-40 elementi distribuiti fittamente sul ramo;



Cedro del Libano



coni: le pigne sono verdi a forma di botte ed erette sul ramo. A maturazione si sfaldano lasciando cadere le brattee e i semi;

portamento: sono alberi maestosi con chioma ampia e piramidale che si espande con l'età;

dimensioni: in natura raggiungono 40 metri e più, nei nostri giardini i più alti sono di 30 metri;

habitat: sono stati importati per la loro bellezza e maestosità attorno al '700 ma non sono diffusi in natura, salvo nelle zone originarie del Libano e del Nord Africa e in una piccola parte del sud della Francia (Luberon) frutto di una coltivazione artificiale.

Famiglia Cupressaceae

Questa famiglia comprende vari Generi di piante che possiamo incontrare soprattutto nei nostri giardini. Tra i vari Generi essa comprende il Genere '*Cupressus*', '*Thuja*', '*Juniperus*', '*Sequoia*'.

Cipresso (*Cupressus*)

Il genere *Cupressus* comprende numerose specie la cui caratteristica comune è il tipo di foglia. Naturalmente lo conosciamo come l'albero dei cimiteri per la sua caratteristica di avere radici molto profonde che non interferiscono con le sepolture.

Viene usato molto come barriera frangivento. Probabilmente anche la specie nostrana, Cipresso comune o Cipresso mediterraneo (*Cupressus sempervirens*) non è autoctona ma si ritiene sia stata importata nelle nostre regioni dai fenici e dagli etruschi.

IMPRESSIONI DE SOCI

Per la formazione di siepi e barriere spesso vengono usate altre specie di Cipressi, molto simili al nostro. Si tratta del cipresso di Lawson (*Chamaecyparis lawsoniana*) e della Thuja (*Thuja occidentalis*)

foglie: sono persistenti e squamiformi, molto simili nei Cipressi e nelle Thuje;

coni: i fiori, sia maschili che femminili, sono distribuiti su tutta la pianta e al momento dell'impollinazione vengono emesse nuvole di polline ben visibile. I fiori femminili si sviluppano in piccoli coni tondeggianti che rimangono attaccati alla pianta fino alla maturazione;

portamento: da tutti conosciuto come parte del panorama di certe località della Toscana, è slanciato e affusolato. La compattezza della sua chioma ha fatto sì che fosse spesso utilizzato nella formazione di barriere frangivento;

dimensioni: può crescere fino a 25 metri e oltre;

habitat: sono stati piantati nei cimiteri, ma sono adoperati come bordura per delimitare strade, qualche volta sono adoperati nei rimboschimenti frammisti ad altre conifere.



Foglie e coni del Cipresso comune
(*Cupressus sempervirens*)

Nel prossimo appuntamento cercheremo di conoscere le differenze tra i vari tipi di Quercia.

Le Parole del Camminare

*Parole e pensieri in libertà,
evocati da un'escursione.*

“quando siete felici, fateci caso”

Titolo di un libro di Kurt Vonnegut

Quando penso al Camminare mi vengono in mente tante sensazioni, pensieri, riflessioni: insomma tante Parole

*Se vi piace l'idea delle Parole,
mandate alla Redazione i vostri
contributi e saranno selezionati per
la pubblicazione*

SORGENTE: In idrologia, una sorgente è un'area della crosta terrestre dove fuoriesce, in modo del tutto naturale, una portata apprezzabile di acqua sotterranea. Secondo il modello di funzionamento di un acquifero, che avviene secondo le principali fasi di alimentazione, deflusso e scarico della portata, la sorgente rappresenterebbe dunque una via attraverso cui avviene la fase di fuoriuscita dalla falda acquifera da un punto nella superficie terrestre. Da Wikipedia.

“L'unica vera sorgente dell'arte è il nostro cuore, il linguaggio di un animo infallibilmente puro. Un'opera che non sia sgorgata da questa sorgente può essere soltanto artificio.”

Caspar David Friedrich

Caspar David Friedrich è stato un pittore tedesco, esponente dell'arte romantica. L'artista, uno dei più importanti rappresentanti del «paesaggio simbolico», basava la sua pittura su un'attenta osservazione dei paesaggi della Germania e soprattutto dei loro effetti di luce, permeandoli di umori romantici.

PASSI NELLA NATURA:

IL CAMMINO DEL GRAN SASSO

Nadia Procesi

A fine luglio, reduce da una frattura avuta ad aprile, decido di fare un percorso trekking sul monte Camicia, e poi il giorno dopo sul monte Bolza, per vedere come va la mia caviglia. Scendendo, quasi a fine percorso, incrocio una giovane coppia e dall'abbigliamento noto che erano impegnati in un cammino. Sono andata subito a fare domande, scoprendo che percorrevano il *Cammino del Gran Sasso* e che venivano da Vicenza. Abbiamo camminato per un po' di chilometri insieme, approfittando per chiedere varie informazioni, come la lunghezza, le tappe, iniziando a pensare di poterlo fare. Una volta tornata a casa, nei giorni successivi, ho cercato ulteriori notizie su internet.



Il cammino del Gran Sasso, ideato nel 2023, è un percorso ad anello di circa 61 km, suddiviso in 5 tappe. Con un po' di allenamento si può fare anche in 3 tappe. Il punto di partenza è a Fonte Cerreto, o meglio Campo Imperatore, per poi toccare i bellissimi borghi di Castel del Monte, Calascio, Rocca Calascio, Santo Stefano di Sessanio, Barisciano. Termina a Fonte Cerreto. Con il mio compagno di cammini decidiamo di percorrerlo in tre tappe, sperando di farcela.

Partiamo il 9 agosto per proseguire nei giorni 10 e 11. Le temperature sono molto alte, e questo mi scoraggia un po', date le esperienze passate di altri cammini percorsi con temperature troppo elevate.

Tuttavia, inizio a richiamare alla mente tutte le motivazioni che mi spingono a farlo: siamo in alto, si tratta di soltanto tre giorni, e siamo in mezzo alla natura. Così prenotiamo già un b&b e iniziamo l'avventura. Arriviamo a Fonte Cerreto, per prendere la funivia che ci porta a Campo Imperatore, sebbene avessi il terrore di essere sospesa in aria. La prima corsa parte alle ore 8, e lì conosciamo



I TREKKING CAI

Stefano e Cristian, insieme ai quali faremo tutto il cammino. Scesi dalla funivia cerchiamo il primo segnale che indichi il cammino, proseguendo verso Vado di Corno, per poi scendere alla piana di Campo Imperatore. È un luogo molto suggestivo, e si mantiene a una quota tra 1500 e 1900 metri; la piana è di circa 20 km di lunghezza, con una larghezza dai 3 ai 7 km. Tutto intorno, le cime che delimitano, l'altopiano, sono tra le più imponenti del Gran Sasso: Corno Grande, monte Portella, monte Aquila, il Brancastello, monte Prena e il monte Camicia. Si tratta di un vero e proprio spettacolo della natura: non a caso, negli anni Trenta, l'esploratore Fosco Maraini lo definì "il piccolo Tibet", per la sua somiglianza con il famoso altopiano sulla strada tra l'India e Lhasa. Proseguiamo sulla selvaggia pianura in una atmosfera particolarmente calda, per fortuna quel giorno mitigata da un cielo nuvoloso. Strada facendo conversiamo con i nostri compagni di



cammino; Stefano è di Rimini e Cristian di Ravenna. Per loro, è la prima volta tra queste montagne, mentre noi conosciamo solamente qualche tratto. Entriamo poi nel famoso canyon dello Scoppaturo, dove sono state girate alcune scene di film spaghetti western degli anni Settanta, per esempio "Continuavano a chiamarlo Trinità". Tralasciando il film, è un luogo davvero molto suggestivo.

Camminando accanto a Cristian avevo percepito che fosse una persona particolare: infatti, mi racconta della sua condizione di salute, dicendo che otto anni fa gli hanno diagnosticato un tumore ai polmoni, con molti tentativi di cure e chemioterapia. Un anno fa aveva avuto una metastasi alla testa, perdendo l'uso della parte sinistra del corpo. Non oso immaginare ciò che abbia dovuto affrontare, così come la famiglia, anzi mi ha sorpreso con quanta semplicità e leggerezza raccontava ciò che gli era accaduto. Da quando hanno diagnosticato la malattia, ha iniziato a correre, facendo maratone e cammini. Rimango un po' turbata, chiedendomi da dove riesca a prendere tutta questa forza e dedizione. Spero nel mio piccolo di poterlo aiutare in qualche modo. Arriviamo a Castel del Monte, ma abbiamo dormito a 20 km dal paese. Il mio compagno di cammini nel trovare alloggio è molto più bravo di me, e mettendosi d'accordo con il proprietario del b&tb, Filippo, concordiamo che verrà a prenderci e la mattina ci riporterà al punto di partenza. Poiché Stefano e Cristian non avevano trovato un posto in cui trascorrere la notte, avrebbero dovuto allungare la tappa fino a Santo Stefano, e pagando così un extra il proprietario avrebbe fatto da navetta anche a loro. La seconda tappa è mozzafiato, si snoda lungo gli splendidi borghi di Calascio, Rocca Calascio, Santo Stefano di Sessanio e finisce a Barisciano. Nonostante abbia avuto modo di visitare questi borghi in altre occasioni, arrivarci attraverso sentieri di boschi e vallate non ha eguali.

I TREKKING CAI

Rocca Calascio è gremita di turisti. Proseguiamo verso Santo Stefano, ma fa ancora molto caldo. Percorriamo quindi le scale per salire in cima al paese, e arrivo in piazzetta sofferente; anche Cristian è abbastanza provato. Cerchiamo il posto dove poter mettere i timbri, ma a differenza di



altri cammini, mettere il timbro non è risultato semplice, perché ci sono pochi punti attrezzati allo scopo e molte volte è necessario camminare ancora. Ci concediamo una pausa per mangiare qualcosa e bere una birra. Durante il pranzo, leggiamo che dovremmo fare ancora un bel po' di dislivello. Personalmente, nella salita molto ripida soffro tanto, e anche Cristian arranca. Sembra invece non pesare a Stefano e Marcello. Arriviamo quindi a Barisciano.

La mattina seguente ripartiamo, ci aspetta l'ultima tappa. Dopo qualche chilometro ci raggiungono Simone e Nadia, una giovane coppia di Torino conosciuta nel b&B. Hanno fatto il cammino in 5 tappe. Il gruppo è quindi aumentato. Per la maggior parte del tempo abbiamo dovuto camminare sotto il sole, fortunatamente la salita è abbastanza lieve ma la discesa, poco prima di arrivare a Cerreto, è molto ripida e impegnativa, per cui abbiamo dovuto prestare molta attenzione. Infine, arriviamo

nella piazzetta, tutti contenti di aver terminato il Cammino.

Rifletto sul fatto che il più grande di tutti noi è stato Cristian: non si è mai lamentato di nulla, e aveva sempre la battuta pronta per farci sorridere. Facciamo dunque un brindisi di rito e ci salutiamo, poiché da lì ognuno ritorna a casa propria.

Il cammino del Gran Sasso ci ha regalato un'esperienza unica, permettendoci di immergerci completamente nella natura, distaccando corpo e mente dalla mondanità cittadina e caotica: si percorrono luoghi poco urbanizzati, e i tratti di strada asfaltata sono pochissimi, come piace a me. Davanti ai camminatori si stagliano scenari fantastici, e si possono visitare borghi bellissimi e pittoreschi, pieni di storia. I punti d'acqua non sono molti, per cui con il caldo afoso bisogna caricarsi il peso di più borracce.

Per quanto riguarda la segnaletica, teoricamente dovrebbe essere presente, ma le targhette che riportano il simbolo del cammino non sono molto visibili, o qualche volta non sono poste nei giusti punti.

Tuttavia anche questo fa parte del cammino, si deve avere un po' di spirito di adattamento. Sicuramente, avendone fatti diversi risulta tutto più semplice, potendo far appello all'esperienza ottenuta.

Come sempre, ringrazio le persone che mi hanno accompagnato durante questo splendido viaggio, in cui si impara sempre qualcosa di nuovo, arricchendo il proprio bagaglio di emozioni.

Aldo Mancini



GLI ACRONIMI DEL CAI

Frequentemente, all'interno del CAI, nelle comunicazioni fra i Soci che rivestono cariche istituzionali o tecniche ed anche nella stampa ufficiale, si usano sigle incomprensibili ai semplici Soci.

Con questa rubrica proseguiamo il percorso informativo, iniziato con il primo numero de "Il Ginepro", al fine di fornire al lettore la giusta chiave di lettura di questi acronimi dandone nel contempo e dove possibile, anche informazioni storiche e culturali.

Le informazioni non verranno date in stretto ordine alfabetico ma in ordine sparso, cosicché la curiosità del lettore rimanga sempre viva.

Quindi vediamo cosa si intende per:

<p>AE-I</p>	<p>Accompagnatore di Escursionismo in Ambiente Innevato</p>	<p>Il camminare in ambiente innevato altro non è che fare dell'escursionismo sulla neve e quindi esso rappresenta l'evoluzione naturale di quello estivo, dove le racchette da neve – dette anche "ciaspole" o "ciaspe" – altro non sono che il mezzo tecnico per procedere senza sprofondare. L'Accompagnatore di Escursionismo in Ambiente Innevato è un operatore titolato CAI (AE) già preparato per il riconoscimento e la valutazione dell'ambiente montano, oltre le conoscenze specifiche sulle responsabilità dell'accompagnamento, che frequenta con successo un corso di perfezionamento dove vengono acquisite le dovute informazioni e istruzioni sull'ambiente innevato, come: meteorologia alpina, formazione e struttura del manto nevoso, valanghe, conoscenza ed uso dell'ARVA, autosoccorso, prevenzione, responsabilità, ecc.</p>
--------------------	---	---

ONTAM	Operatore Nazionale Tutela Ambiente Montano	Operatore Nazionale Tutela Ambiente Montano è un titolo di Secondo Livello. Gli operatori TAM sono Soci volontari che si impegnano a diffondere ed applicare la politica ambientale del CAI. La Commissione Centrale per la Tutela dell'Ambiente Montano (http://www.cai-tam.it/) venne costituita nel 1984 dall'allora Consiglio Centrale del Club alpino italiano (oggi Comitato Direttivo Centrale). Le caratteristiche e le competenze specifiche degli ONTAM sono integrate e meglio specificate nelle voci ORTAM E OSTAM.
INAL	Istruttore Nazionale di Arrampicata Libera	Un Istruttore Nazionale di Arrampicata Libera è un IAL con Titolo di 2° livello.



3. Punto 3 Vie di comunicazione e trasporti - Il Ginepro n° 15 ottobre 2021;
4. Punto 4 Turismo in montagna - Il Ginepro 16 dicembre 2021;
5. Punto 5 Impianti industriali, cave, miniere, prelievi fluviali, sfruttamento del suolo, impianti idroelettrici - Il Ginepro 17 febbraio 2022;
6. Punto 6 Politica venatoria - Il Ginepro 18 Aprile 2022;
7. Punto 7 Fonti di energia rinnovabile - Il Ginepro n° 21 - ottobre 2022;
8. Punto 8 Terre alte: attività umana e agricoltura di montagna - Il Ginepro n° 22 - Dicembre 2022;
9. Punto 9 Cambiamenti climatici: Il Ginepro n° 23 - Febbraio 2023;
10. Punto 10 Politiche per la Montagna, convenzioni, ecc:- Il Ginepro n° 24 - Aprile 2023;
11. Punto 11 Rifugi, Bivacchi, Capanne e Sedi Sociali - Il Ginepro n° 25 Giugno 2023;
12. Punto 12 Sentieri, sentieri attrezzati e vie ferrate: Il Ginepro n° 26 - Agosto 2023;
13. Punto 13 Alpinismo e Arrampicata - Il Ginepro n° 27 - Ottobre 2023;
14. Punto 14 Scialpinismo ed escursionismo invernale - Il Ginepro n° 29 - Febbraio 2024;
15. Punto 15 Scialpinismo e altre attività praticate in forma competitiva - Il Ginepro n° 30 - Aprile 2024;
16. Punto 16 Escursionismo e Cicloescursionismo - Il Ginepro n° 31 - Giugno 2024.

Con questo numero de “Il Ginepro” si prosegue l’analisi della seconda parte del Bidecalogo, che riguarda la politica di autodisciplina del CAI, relativa all’argomento Speleologia e Torrentismo.

PARTE SECONDA POLITICA DI AUTODISCIPLINA DEL CAI

BIDECALOGO PUNTO 17

SPELEOLOGIA E TORRENTISMO

L’ambiente ipogeo (grotte, cavità naturali, gole, forre) e carsico (doline, inghiottitoi, altipiani, altro) costituisce, nel suo complesso, al pari dell’alta montagna, uno degli ambienti naturali meglio conservati.

È un ambiente unico per quanto riguarda aspetti geologici, faunistici, vegetazionali, paleontologici, antropici e storici; infatti, molte cavità costituirono rifugio e dimora per l’Uomo, dai tempi della preistoria a tempi molto più recenti.

L’ambiente ipogeo è strettamente in relazione al ciclo dell’acqua e costituisce spesso da secoli fonte di approvvigionamento idrico per intere comunità.

Di grande interesse storico e culturale, collegato alle Terre Alte, è l’insieme delle numerose cavità artificiali realizzate dall’uomo (miniere, cunicoli, gallerie di natura bellica, ecc.).

L’ambiente ipogeo in genere è caratterizzato da una estrema fragilità.

Molti ambienti ipogei hanno subito profonde trasformazioni per valorizzazioni di carattere turistico.

LA NOSTRA POSIZIONE

Il CAI è pienamente conscio della importanza e della fragilità di tale ambiente.

Attraverso i propri Gruppi Speleo ed il Comitato Scientifico è impegnato da lungo tempo in attività di studio, esplorazione e frequentazione dell’ambiente ipogeo.

Purtroppo l’impatto sull’ambiente ipogeo, causato da attività umane, a cominciare dagli speleologi stessi e/o da frequentatori occasionali, nonché da cattive abitudini (utilizzo di forre, doline, cavità, quali discariche di reflui e solidi) è risultato spesso devastante.

Il CAI manifesta la propria contrarietà allo sfruttamento turistico delle cavità, con la creazione di itinerari attrezzati per la frequentazione di non speleologi, di zone illuminate artificialmente per favorire la visita, ecc.



PILLOLE DI CAI

Il CAI, attraverso i propri Organi Tecnici Centrali e Territoriali, le proprie scuole ed istruttori, è impegnato in un'opera costante di formazione tecnica, conoscenza ed educazione ambientale, mirata ad una corretta frequentazione di tale ambiente.

Il CAI è protagonista, attraverso il Corpo Nazionale del Soccorso Alpino e Speleologico, di delicate operazioni di soccorso in ambiente ipogeo od ipogeo-assimilabile (nel caso di catastrofi naturali quali terremoti e simili).



IL NOSTRO IMPEGNO

- sostenere provvedimenti legislativi finalizzati alla tutela integrale dell'ambiente ipogeo;
- sostenere studi e ricerche rivolti all'ambiente ipogeo, anche in collaborazione con enti, istituzioni ed associazioni aventi scopi simili;
- sostenere la valorizzazione di tale ambiente per scopi didattici e scientifici;
- sostenere il libero accesso al mondo ipogeo, nel pieno rispetto della legislazione e/o di ordinanze specifiche vigenti;
- porre la massima attenzione mirata alla conservazione di tale ambiente ed alla minimizzazione dell'impatto ambientale, nella programmazione ed effettuazione di attività singola ed organizzata in proprio di ricerca, esplorazione, studio, avvicinamento a tale ambiente (didattica, corsi, altro).

I Quaderni TAM del Club Alpino Italiano 8



NUOVO BIDECALOGO

Linee di indirizzo e di autoregolamentazione del Club Alpino Italiano
in materia di ambiente e tutela del paesaggio



DOCUMENTO APPROVATO IL 26 MAGGIO 2013
ASSEMBLEA DEI DELEGATI CAI - TORINO

CLUB ALPINO ITALIANO
COMMISSIONE CENTRALE PER LA TUTELA DELL'AMBIENTE MONTANO

K2 LA MONTAGNA DEL MITO

Autore: Stefano Ardito

Editore: Solferino

Pubblicato: 2024

Formato: 368 p. broccura

ISBN: 9788828214816



Quest'anno ricorre il 70° anniversario della prima salita alla seconda montagna della terra, il K2, ad opera di un gruppo di alpinisti italiani. La storia è nota a tutti, anche in quegli aspetti meno edificanti e che si sono chiusi, almeno ufficialmente, dopo 50 anni dalla conquista, con la “Relazione dei tre saggi” che il Cai ha fatto propria.

Il libro di Stefano Ardito parte però da molto più lontano e ripercorre tutti i momenti, anche puramente esplorativi, che hanno preceduto il 1954. La storia, come noto, non è solo il racconto di una vicenda, ma si innesta su eventi sia politici che sociali, che hanno determinato tutte le scelte di uomini, di mezzi, di accordi, di denaro, di successo e di disfatte con risultati molto spesso tragici.

Il racconto, quanto mai avvincente, parte dalla fine dell'800 con i primi viaggi di penetrazione nel territorio a nord del Pakistan e i tentativi di salita del Duca degli Abruzzi e le fotografie di Vittorio Sella, la più famosa delle quali campeggia in copertina. Le scalate sono costellate di rinunce e di morti con il racconto, in parallelo, delle salite e dei risultati ottenuti su tutta la catena dell'Himalaya.

Molti sono i nomi e le date che compaiono nel libro, del resto è un libro di cronaca e di storia. Che a me è parsa completa, dal momento che non si esaurisce con la narrazione della prima conquista, ma prosegue fino agli ultimi anni di questo secolo con i tentativi, qualche volta riusciti e qualche volta meno, che hanno animato la cronaca con nomi ormai entrati nelle conoscenze anche dei non appassionati.

L'autore è scrittore piuttosto sobrio per cui il racconto scorre veloce, pur tra i mille episodi, e non fa pesare l'enorme mole di dati presi in considerazione che fa pensare a quale sia stato il tempo della ricerca e della documentazione. In definitiva è una piacevole lettura, che può essere più apprezzata avendo basi di interesse legate alla storia dell'alpinismo extraeuropeo.



RITRATTO AMBIENTATO

IN AMBIENTE MONTANO

Paolo Gentili

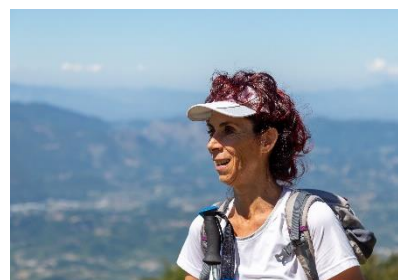
Il ritratto in fotografia, ma allo stesso modo potremmo dire nella pittura, è l'arte di valorizzare in un volto le caratteristiche peculiari del soggetto ripreso, cogliendone quasi l'anima, fino a contestualizzare la sua storia. Espressione, e mimica, daranno la lettura del carattere, dello stato d'animo del soggetto rappresentato (un impavido cavaliere, piuttosto che un "Bacchino malato"), o coglieranno il particolare momento in cui sono stati eseguiti.

Il *Ritratto Ambientato* (già discusso nel numero 19 di giugno 2022) si distingue dal ritratto puro per l'inserimento del soggetto in un contesto "ambientale" chiaramente riconoscibile, creando un'interazione tra ambiente e soggetto. A differenza del ritratto puro, spesso realizzato in studio con sfondo neutro, dove l'attenzione è rivolta esclusivamente al soggetto, il ritratto ambientato include elementi circostanti come sfondi, oggetti o persone, che contribuiscono a contestualizzare la figura ritratta.

Si possono utilizzare diverse inquadrature, dal primo o primissimo piano, al mezzobusto, fino alla figura intera. Comunque, l'effetto "ambientato" è più evidente con inquadrature ampie, dove c'è spazio per includere dettagli significativi dell'ambiente (uno sfondo con una catena montuosa, il deserto, il mare o una vallata, ecc.). Al contrario, con piani più stretti è più difficile integrare elementi contestuali, poiché il campo visivo limitato riduce la presenza di tali dettagli. E' utile poi sottolineare che lo sfondo, con i suoi soggetti caratterizzanti, anche in un ritratto a figura intera, può essere parzialmente o completamente sfocato, fino a renderlo quasi impercettibile, a seconda dell'effetto desiderato.

In questa occasione, propongo una composizione o "collage" di alcune foto ritratto, tutte scattate durante un'escursione, e quindi teoricamente "ambientate". Tuttavia, la maggior parte dei ritratti è in primo piano, e per questo potrebbe sembrare scattata in montagna come in città. Le altre inquadrature, invece, evidenziano meglio le differenze tra i vari approcci al ritratto ambientato. Va aggiunto che anche in un ritratto stretto, come un primo o primissimo piano, un piccolo dettaglio può rivelare il contesto ambientale. Un cappello da montagna, un turbante, un certo tipo di occhiali o altri accessori e dettagli di vestiario possono suggerire lo sfondo, il quadro circostante, in una parola: l'ambiente, anche se non esplicitamente visibile nella composizione fotografica.

OLTRE IL CAI



OLTRE IL CAI



Zapping

Qualche link suggerito da visitare:

✓ Siti istituzionali e altri d'interesse per le nostre escursioni:

CAI Monterotondo, CAI Italia e CAI Lazio, e le corrispondenti pagine Facebook.

- <http://www.caimonterotondo.it/> e pagine FB: “CAI Sezione di Monterotondo” e “Gruppo Escursionismo CAI Monterotondo”
- <http://www.caimonterotondo.it/category/il-ginepro/>
- <https://www.cai.it/> e pagina FB: “CAI - Club Alpino Italiano Official Group”
- <https://www.cailazio.org> e pagina FB “CAI Lazio”
- <https://soci.cai.it/my-cai/home>
- <https://www.aiptoc.it/turismo-davventura-calcolo-dei-tempi-di-percorrenza-dei-sentieri-escursionistici-il-metodo-brasiliano/>
- <http://www.caimonterotondo.it/category/eventi/escur/prossima-escursione/>
- <https://hiking.waymarkedtrails.org>
- <https://www.locusmap.app/>
- <https://web.georesq.it/>
- <https://www.reteradiomontana.it/>

Siamo tutti invitati ad iscriverci alla newsletter del CAI Nazionale per avere evidenza delle Iniziative delle altre Sezioni



PROSSIME ESCURSIONI

Ed ecco l'elenco delle prossime escursioni, che, come sempre, saranno poi illustrate nei dettagli in prossimità della data prevista per la loro effettuazione, attraverso i soliti canali: la posta elettronica, il nostro sito web, le comunicazioni sui social WhatsApp e Facebook.

SETTEMBRE 2024

DOMENICA 1: Cima Zis (2130 m) - Gruppo Velino Sirente - disl. 860 m - Diff. EE

8-15: SETTIMANA VERDE - Val Comelico Superiore

**SABATO 14 e DOMENICA 15:
IV° RADUNO NAZIONALE ESCURSIONISMO
ADATTATO "Ruota Libera" - Auronzo di Cadore**

DOMENICA 22: Monte Autore(1850 m) - Monti Simbruini - Disl. 700 m - Diff. E

DOMENICA 29: Anello Prataglia - Monti Simbruini (1176 m) - Disl. 878 m

OTTOBRE 2024

DOMENICA 6: Gole di Celano - Gruppo Velino Sirente (1330 m) - Disl. 670 m - Diff. EE

DOMENICA 13: Monte Aquila da Casale S. Nicola - PN Gran Sasso/Laga (2496 m) - Disl. 1700 m - Diff. EE

DOMENICA 20: Pizzo di Sevo - PN Gran Sasso Laga - Disl. 1700 m - Diff. EE (Intersezionale CAI Leonessa)

DOMENICA 27: Anello Monte Tarino - Monti simbruini (1960 m) - Disl. 1000 m - Diff. EE

Per maggiori dettagli consultare Il programma 2024 edito dalla Sezione