

PROGRAMMA ATTIVITÀ SOCIALE 2026



IP

CLUB ALPINO OPERAIO COMO 1885





IP



CALENDARIO CRONOLOGICO 2026

DICEMBRE 2025 / GENNAIO 2026

27.XII / 02.I sci alpino / sci nordico / ciaspole / escursionismo

Settimana Bianca / Panchià / val di Fiemme (TN) m 981 26

GENNAIO

giovedì 15 cinema Astra Como Serata presentazione Programma Attività Sociale 2026

Ospite: Silvia Loreggian guida alpina 5

18 ciaspole Anello di Campagneda m 2287/rifugio Cristina/Valmalenco 14

sabato 24 varie Esercitazione ARTVA con ricerca in località da definire 5

FEBBRAIO

1 scialpinismo Alto Lago o Valtellina - itinerario secondo meteo 20

1 ciaspole Cardada-Cimetta m 1670 14

martedì 3 varie / sede I Soci si incontrano/Forni-Rubino-Torchia/La Gran Via del Devero 5

sabato 7 sci alpino Madesimo (SO) m 1550 27

mercoledì 11 varie / sede Presentazione ed iscrizioni per trek 2026 5

15 scialpinismo Svizzera centrale o Valtellina - itinerario secondo meteo 20

15 ciaspole Alpe di Paglio/Cimone di Margno/Cima di Olino (LC) m 1801 15

27.II / 01.III ciaspole Altopiano di Asiago m 1000 15

MARZO

1 scialpinismo Engadina o Val Formazza - itinerario secondo meteo 21

01 / 08 sci alpino / sci nordico / ciaspole / escursionismo

M A G G I O

martedì 5 varie / sede I Soci si incontrano/Sergio Masciadri/Le donne nell'alpinismo 5

10 escursionismo Monte Gamarogno (CH) m 1734 col CAI di Moltrasio 35

24 mountain bike I panorami dell'Alpe Tagliata 46

24 escursionismo Alpe Cima in val Bodengo (SO) m 1875 36

30.V / 02.VI escursionismo Foresta Casentinese 36

GIUGNO

martedì 9 varie / sede I Soci si incontrano/Guido Marazzi/Albania classica, porta d'oriente 5

13 / 15 mountain bike La Via degli Dei/da Bologna a Firenze 46

14 escursionismo Monte Alto (BG) m 1723 37

21 escursionismo Piz Giubin (CH) m 2776 col CAI di Como 37

LUGLIO

12 escursionismo/alpinismo

Grigna Settentrionale (LC) m 241039 38

18 / 20 escursionismo Giro del monte Civetta 39

A G O S T O

2 / 22 53° campeggio 53° campeggio/il gatto e la volpe/loc. Campertogno (VC) m 815 53

SETTEMBRE

6 escursionismo Laghi della Cavégna (CH) m 1978 col CAI di Monteolimpino 39

13 mountain bike Lai da Vons/Grigioni (CH) 47

18 / 23 escursionismo / trekking

Monte Olimpo m 2918 e Meteore (Grecia) 40

O T T O B R E

4 varie Inizio corso di ginnastica presciistica 55

10 / 11 escursionismo Lago Cagianca (BG) m 2150 40

escursionismo/alpinismo

Gita di chiusura/rifugio Salmurano/val Gerola (SO) m 1850 40

18 varie Gara sociale di bocce e castagnata alla Capanna CAO 55

giovedì 29 varie / sede 50° concorso fotografico / termine presentazione opere 55

N O V E M B R E

8 varie 54ª Festa Amici della Montagna alla Capanna CAO 55

da definire varie / sede 50° concorso fotografico

serata presentazione e premiazione opere 55

D I C E M B R E

13 escursionismo Escursione di Natale con scambio auguri 41

A P R I L E

martedì 7 varie / sede I Soci si incontrano/Rivediamoci le gite del 2025 5

12 escursionismo Traversata del monte Barro (LC) m 922 34

19 escursionismo Dosso Bello (CO) m 1979 35

18 / 20 scialpinismo Val Martello/Rifugio Corsi m 2265 21

SOCIE E SOCI CARISSIMI,

Dopo l'anno del 140° compleanno del CAO torniamo alla “normalità”!

Normalità nel proporre gite e attività centrate sulla montagna, passione di tutti noi Soci.

Come di consueto ci saranno gite da quelle più facili, vicino a casa, al trekking in quota, a quelle al mare e all'estero.

Le gite si declineranno nell'escursionismo, sci d'alpinismo, trekking e mountain bike.

Speriamo di vedere partecipazione dei nostri Soci e nuovi Soci che vorranno unirsi.

Buona montagna a tutti!

Il Presidente
Giorgio Galvani

NOTA BENE

Si raccomanda la presenza nel luogo di ritrovo almeno 15 minuti prima dell'ora fissata, per agevolare la salita in pullman o la distribuzione nelle auto private.

DURANTE LA GITA

I partecipanti si impegnano ad accettare le disposizioni che saranno di volta in volta indicate dai Capi Gita e ad adeguarsi a tutte le esigenze che una gita collettiva comporta. In particolare, i Capi Gita si riservano la facoltà di modificare l'itinerario prefissato e di interrompere in qualsiasi momento la gita in svolgimento, qualora subentrino situazioni per cui vengano a mancare le necessarie condizioni di sicurezza (meteo, pericolo valanghe, scarso/ingente innevamento ed ogni altro fattore che, a loro giudizio, possa compromettere il regolare svolgimento della gita). Nei casi opportuni, i Capi Gita si riservano di non accettare iscrizioni da parte di soci non sufficientemente preparati, tecnicamente e fisicamente, ad affrontare l'impegno richiesto.

DOCUMENTI

Si raccomanda di portare con sé i propri documenti d'identità, obbligatori per le gite svolte all'estero, per sé e per eventuali minori al seguito.

Si raccomanda inoltre, di portare sempre la tessera CAI valida per l'anno per poter usufruire delle tariffe agevolate per i pernottamenti nei rifugi, sia italiani che esteri. L'iscrizione al CAI comporta anche la copertura assicurativa per eventuali soccorsi in montagna, particolarmente utili nei paesi alpini fuori dall'Italia (Svizzera, Austria, Francia). Per le attività sciistiche si consiglia la sottoscrizione della tessera F.I.S.I.

RESPONSABILITÀ

L'iscrizione alle gite comporta l'accettazione, da parte dei partecipanti, dei rischi derivanti dall'esistenza di pericoli oggettivi, propri dell'ambiente alpino in cui le gite stesse si svolgono.

È quindi raccomandabile essere dotati di personale assicurazione per infortuni.

Gli accompagnatori ed i capi gita non sono professionisti, pertanto svolgono il proprio compito in regime di volontariato non retribuito. Inoltre, non hanno titolo di legge per l'insegnamento delle attività alpine, riservato a Guide Alpine e Istruttori Nazionali e Regionali del CAI.

Per tutte le gite in programma, sempre previste in ambiente alpino, si raccomanda un adeguato allenamento (vedi i tempi di percorrenza, le distanze e i dislivelli indicati) e idoneo equipaggiamento (anche questo evidenziato) relativamente al tipo di attività e al periodo in cui vengono effettuate.

Nei casi dubbi consultarsi con i Capi gita.

Qualora mancassero le necessarie condizioni di sicurezza ed intervenisse qualsiasi altro fattore che impedisca il suo regolare svolgimento, la gita sarà annullata o sostituita con un'alternativa altrettanto valida e sicura.

LEGGERE BENE 2 VOLTE!

RIDUZIONI ai giovani di età inferiore agli anni 14 verrà applicata una quota ridotta del 50% per il pullman.

QUOTA DI ISCRIZIONE E RINUNCE/ANNULLAMENTI

Per le gite che verranno effettuate con le auto private, è prevista per i soci una quota a persona di

€ 3 per quelle di un giorno,

€ 5 per uscite di due giorni,

€ 6 per uscite di tre giorni.

Le spese di viaggio verranno calcolate per ogni auto, corrispondendo al conducente rimborso forfettario di carburante, autostrade e parcheggi e poi suddivise come quota di compartecipazione fra tutti i gitanti.

Per le gite con pullman è richiesta una caparra, così come eventuali pernottamenti in rifugio per le gite di più giorni; questa verrà comunicata all'atto dell'iscrizione.

La rinuncia alla gita in pullman e/o con pernottamento in rifugio comporta la restituzione della caparra se comunicata almeno una settimana prima e se non trattenuta dalla struttura (pullman, rifugio). L'annullamento delle gite comporterà la restituzione della caparra.

Le restituzioni in sede a partire dalla settimana successiva.

Per le gite di più giorni verranno pubblicate e rese note all'iscrizione le quote di caparra, del saldo e delle modalità di eventuale rinuncia o annullamento.

PREPARAZIONE ED EQUIPAGGIAMENTO

Per tutte le gite in programma si raccomanda un adeguato allenamento in relazione ai tempi di percorrenza, alle distanze, ai dislivelli ed alle difficoltà indicate.

È importante un'autovalutazione delle proprie capacità in relazione alle difficoltà specifiche dell'itinerario.

Si raccomanda inoltre un adeguato equipaggiamento, in buono stato e conforme alle norme, idoneo all'ambiente montano in cui si svolgono la maggior parte delle gite.

In particolare, è da prestare attenzione a:

Escursionismo - Adeguate calzature e vestiario.

Alpinismo - Calzature, vestiario, imbracatura, cordini e moschettoni, piccozza e ramponi, casco e kit omologato U.I.A.A. per le ferrate.

Sci alpinismo - Artva, pala, sonda, vestiario, cibo e bevande adeguati alla quota, sci ed attacchi, lame (o "rampanti") degli attacchi, pelli (stato usura, colla); eventuali imbracatura, cordini e moschettoni, piccozza e ramponi.

Ciaspole - Calzature, ciaspole, artva con pala e sonda, vestiario.

Pernottamento in rifugio - sacco-lenzuolo, tessera CAI anche per rifugi esteri, contanti per pagamenti (i POS non sempre funzionano).

Le iscrizioni alle singole gite, **RISERVATE AI SOCI**, si ricevono: in sede nelle serate di apertura al telefono o messaggi WhatsApp ai referenti Gita indicati per ogni gita nel presente libretto o nel Gruppo WhatsApp "Escursionisti CAO" nelle settimane precedenti fino ad esaurimento dei posti disponibili a partire dal mese precedente la gita stessa o dalla pubblicazione.

Per i trekking dalla apertura iscrizioni.

L'inserimento nel Gruppo WhatsApp "Escursionisti CAO" è da chiedere al Capo gita o via mail a posta@cacomo.it

Per le gite che prevedono il viaggio in pullman e/o il pernottamento in rifugi o alberghi, la validità dell'iscrizione è confermata dal contestuale versamento della caparra prevista.

Qualora non si raggiungesse il numero di iscritti necessario per garantire l'uso del pullman, la gita si svolgerà, dove possibile, con auto private.

ASSOCIARSI AL CAO

Tutte le attività del presente libretto sono riservate ai soci CAO se non espressamente indicate come "entrata libera"

Quote Soci 2026:

35 euro Sostenitore

25 euro Ordinario

20 euro Familiare (se in famiglia c'è già un socio sostenitore o ordinario)

Per associarsi al CAO o rinnovare l'associazione: è possibile farlo in sede nel giorno ed orari di apertura (giovedì, dalle 21 alle 23), è disponibile il POS.

Oppure da casa propria

1) Pagamento quota per nuovi Soci 2026 e rinnovi:

Bonifico bancario: IT10D 05387 10902 0000 4254 6025

beneficiario: CAO Club Alpino Operaio APS -

causale: nome, cognome, tipo socio

Con carta di credito/debito on-line:

scrivere mail a pagamenti@caocomo.it

indicando nome, cognome, tipo socio

riceverete una mail con link a Nexi

per effettuare il pagamento con carta in tutta sicurezza

2) Solo per Nuovi Soci 2026:

Compilare il modulo di adesione scaricabile dal sito

www.caocomo.it

compilare e firmare tramite acrobat reader

oppure tramite stampa, compilazione e poi scanner

Inviare il modulo pdf e copia del pagamento a

posta@caocomo.it inserendo nell'oggetto **NUOVO SOCIO**

DATI DEL CAO

CLUB ALPINO OPERAIO (C.A.O.) A.P.S.

sede: viale Innocenzo XI, 70, 22100 Como

apertura sede: tutti i giovedì, dalle 21 alle 23

codice fiscale/partita iva: 00453090136

codice univoco fatturazione: USAL8PV

pec: cao.como@arubapec.it

ACCOMPAGNATORI ATTIVITÀ COLLETTIVE



ALPINISMO MOUNTAIN BIKE SCI ALPINISMO

Angelo Balestrini
Luca Bianchi
Giorgio Galvani
Antonio Signoriello
Pietro Simonelli
Gianni Valesi



CAMPEGGIO

Gigi Prunotto
Sergio Ronchetti



CIASPOLE ESCURSIONISMO

Carla Brambilla
Giancarlo Brognoli
Guido Marazzi
Adriano Martinelli
Alessio Mazzocchi
Ornello Pozzi
Gigi Prunotto
Ezio Righetti
Barbara Roda
Sergio Ronchetti
Giuseppe Tremari
Lorenzo Turconi



SCI ALPINO

Massimo Miccio
Erio Molteni

I SOCI SI INCONTRANO

giovedì	15 GENNAIO	ore 21,00 SERATA DI PRESENTAZIONE DELLE ATTIVITÀ CAO 2026 presso cinema Astra viale Giulio Cesare 3 - Como con l'ospite SILVIA LOREGGIAN guida alpina
sabato	24 GENNAIO	ESERCITAZIONE ARTVA con ricerca in località da definire
martedì	3 FEBBRAIO	LA GRAN VIA DEL DEVERO relatori Matteo Rubino, Veronica Torchia e Martina Forni
mercoledì	11 FEBBRAIO	Illustrazione e inizio iscrizioni TREKKING 2026
martedì	3 MARZO	TRA TERRA, ACQUA E CIELO relatori Salvatore Marra e Renata Roncoroni
martedì	17 MARZO	LE GITE CAO DEGLI ANNI '90 / II serie relatore Gigi Prunotto
martedì	7 APRILE	RIVEDIAMOCI LE GITE 2025 a cura dei gruppi alpinistico ed escursionistico
martedì	5 MAGGIO	LE DONNE NELL'ALPINISMO relatore Sergio Masciadri
martedì	9 GIUGNO	ALBANIA CLASSICA, PORTA D'ORIENTE relatore Guido Marazzi

Il CAO si riserva di modificare le date dei singoli incontri
a seconda delle esigenze, è quindi utile informarsi
per tempo presso la sede o sul sito www.caocomo.it.

L'INGRESSO È LIBERO e le serate si terranno
presso la sede alle ore 21,00, salvo diverse indicazioni

Valerio PEVERELLI
Private banker



La solidità
di un Grande Istituto
e la certezza
di un consulente
sempre al tuo fianco.

Banca Generali SpA
Ufficio dei Consulenti finanziari
Piazza Volta, 44 - 1° piano
22100 Como
C 333 4459095
T 031 241841
F 031 3307993
valerio.peverelli@bancagenerali.it
n. iscrizione albo 626

SENTIERI

T - turistico

Stradine, mulattiere e sentieri comodi privi di tratti esposti; durata massima del percorso 3 ore; ben segnalato e senza problemi d'orientamento; quota massima inferiore ai 2000 metri.

E - escursionistico

Sentieri e tracce più o meno sconnessi; tracciati su pendii ripidi dove si prevede l'uso delle mani per mantenere l'equilibrio; percorsi dove è possibile la presenza di brevi tratti innevati; itinerari su terreno facile ma di durata superiore alle 3 ore; territorio che può presentare problemi d'orientamento; quota massima superiore ai 2000 metri.

EE - escursionisti esperti

Tracce su terreno impervio e/o scivoloso; pietraia d'alta quota; tratti privi di segnalazioni e di punti di riferimento noti.

EEA - escursionisti esperti

Vengono definiti tracciati EEA i percorsi attrezzati con corde fisse, catene, o scale; percorsi che devono essere affrontati con adeguata attrezzatura ed esperienza.

FERRATE (1)

F - facile

Tracciato molto protetto, ben segnato, poco esposto e dove le strutture metalliche si limitano al solo cavo e/o catena fissati unicamente per migliorare la sicurezza, ma che potrebbero essere evitati (o non usati) se percorsi da alpinisti esperti; indicato per escursionisti con poca esperienza di roccia.

PD - poco difficile

Tracciato più articolato, con canali e camini, con passaggi verticali e a tratti esposto; normalmente attrezzato con cavo o catena, con pioli e/o scale metalliche fisse.

D - difficile

Tracciato continuamente verticale, molto articolato e con tratti di esposizione; attrezzato con funi e/o catene, vari infissi metallici che richiedono un certo impegno fisico anche se con l'aiuto di pioli di appoggio; indicato per alpinisti con esperienza di roccia.

MD - molto difficile

Tracciato su rocce molto ripide ed estremamente articolate, ma senza validi appoggi e che richiede anche il superamento di tratti strapiombanti; attrezzato con funi e/o catene, solo occasionalmente con gradini artificiali che richiedono in ogni caso una notevole forza fisica; è indicato per alpinisti con esperienza di roccia e adeguato allenamento fisico.

(1) - classificazione non ufficiale; viene riportata quella predisposta e in via di diffusione da parte del Soccorso Alpino e Speleologico Lombardo.

SCI ALPINISMO (2)

MS - medio sciatore

Itinerari su pendii aperti di pendenza moderata. È richiesta una discreta padronanza dello sci.

BS - buon sciatore

Itinerari su pendii inclinati fino a 30°, nevi anche difficili. È richiesta buona padronanza degli sci anche in situazioni particolarmente difficili.

OS - ottimo sciatore

Itinerari che richiedono ottima padronanza dello sci su terreno molto ripido, con tratti esposti e passaggi obbligati.

--A - alpinista

L'aggiunta della lettera A, indica che l'itinerario ha carattere ALPINISTICO per qualche breve tratto (cioè richiede conoscenza di progressione su ghiacciaio, assicurazioni e manovre di corde).

(2) - scala Blachère

CIASPOLE

MR - Medi ciaspolatori

BR - Bravi ciaspolatori

OR - Ottimi ciaspolatori

- A

L'aggiunta della lettera A, indica che l'itinerario ha carattere ALPINISTICO per qualche breve tratto (cioè richiede conoscenza di progressione su ghiacciaio, assicurazioni e manovre di corde).

SCI ALPINISMO (3)

S1

Percorso facile che non necessita di tecniche particolari per poter avanzare in sicurezza, per esempio, strada forestale.

S2

Pendii abbastanza vasti, anche un po' ripidi (25°), o percorsi ondulati (livello tecnico di controllo del dérapage e curve su qualsiasi tipo di neve).

S3

Pendenze fino a 35° (piste nere le più ripide delle stazioni sciistiche, con neve dura). È necessario saper affrontare qualsiasi tipo di neve senza difficoltà tecnica.

S4

Pendenze fino a 45° se l'esposizione non è troppo forte; a partire dai 30° e fino a 40° se l'esposizione è forte o il passaggio è stretto. È indispensabile un'ottima tecnica dello sci.

S5

Pendenze da 45° a 50° e anche oltre se l'esposizione è debole. A partire da 40° se l'esposizione è forte.

S6

Oltre 50° se l'esposizione è forte, nella maggior parte dei casi. Altrimenti a partire da 55° per passaggi poco esposti.

S7

Passaggi a 60° e oltre, o salti di ostacoli su terreno molto ripido esposto.

(3) - valutazione puntuale per difficoltà sciistiche di salita e discesa



NUOVA FORESTER

Non chiamarla solo auto.

AUTOPREMIER4

COMO - Via Scalabrini 87 - Tel. 031.521220
www.autopremier4.it

ALBERGO*** PANORAMA



Via Templari 51- 38030
Panchià - Trentino -
Dolomiti - Val di Fiemme - m. 981 s.l.m.
tel. 0462 813137 Fax 0462 810136
www.albergopanorama.it
info@albergopanorama.it



QUANDO VIAGGIARE CREA DIPENDENZA

Angelo Gaffuri

Tel. & Whatsapp **331.8750014**
angelo.gaffuri@trafficientidiviaggio.com

COSA PROPONGO:

- ✓ VIAGGI SU MISURA
- ✓ PACCHETTI VACANZA
- ✓ VIAGGI DI GRUPPO

Ricevo su appuntamento
a Lurate Caccivio (Co) e
Caronno Pertusella (Va)





18 GENNAIO ANELLO DI CAMPAGNEDA E RIFUGIO CRISTINA IN VALMALENCO M 2287

Un giro ad anello ai piedi del maestoso Pizzo Scalino lungo le ampie distese dell'Alpe Campagneda per giungere al rifugio Cristina nel cuore dell'Alpe Prabello. Da Chiesa Valmalenco si sale con auto sino alla frazione di Campo Frascaia mt.1518; si può continuare se la strada lo consente verso Campo Moro m 1900. Il percorso ciaspole, segnalato da pali dipinti di rosa, dopo le case, in leggera salita arriva all'Alpe Campagneda m 2140. Poco sopra troveremo il rifugio Cà Runcasch m 2170, proseguiamo e al bivio sulla destra il cartello che indica Alpe Prabello, il rifugio Cristina e la caratteristica chiesetta di Maria Regina della Pace. Il ritorno percorrendo tutta la piana, tenendo il Pizzo Scalino sulla dx seguiamo la discesa sino al rifugio Runcasch per poi rientrare all'auto.

ritrovo

parcheggio di Muggiò/ore 6,45/auto proprie
per Campo Frascaia/SO/m 1518

itinerario

salita su neve m 400/totale ore 5,30/6/km 17
(superiore se si lascia l'auto prima)

equipaggiamento

da escursionismo invernale/per ogni tipo di clima

bastoncini, ghette e ciaspole/

set autosoccorso obbligatorio

ARTVA, pala, sonda

colazione

al sacco

capi gita

Carla Brambilla ed Ezio Righetti

termine iscrizione

venerdì 16 gennaio

PRIMO FEBBRAIO CARDADA-CIMETTA M 1670

Da Orselina sopra il santuario Madonna del Sasso parte la funivia che ci porterà a Cardada mt. 1340.

Da qui inizia il percorso con le ciaspole, un paesaggio da favola, sulla destra della seggiovia saliamo verso la Cimetta, dopo circa metà percorso si giunge all'Alpe Cardada, proseguiamo verso la nostra meta: la Cimetta. Un panorama mozzafiato ci attende, permettendoci di osservare due estremi, il punto più basso della Svizzera, il lago Maggiore e il punto più alto, ossia il massiccio del Monte Rosa con la Punta Dufour. Qui è possibile distinguere la linea Insubrica, la faglia che separa la parte settentrionale e meridionale delle Alpi.

Il rientro per lo stesso percorso di salita, riprendiamo poi la seggiovia con seduta laterale design del noto architetto Mario Botta.

NB Indispensabili documenti validi per l'espatrio
Vignetta autostrada svizzera
Consigliati franchi svizzeri - CHF

ritrovo

parcheggio navigazione Tavernola/ore 6,45/auto proprie
per Orselina-Locarno/CH/m 350

itinerario

salita su neve m 389/totale ore 6

equipaggiamento

da escursionismo invernale/per ogni tipo di clima

bastoncini, ghette e ciaspole

set autosoccorso obbligatorio

ARTVA, pala, sonda

colazione

al sacco

capi gita

Carla Brambilla e Guido Marazzi

termine iscrizione

venerdì 30 gennaio

15 FEBBRAIO DALL'ALPE DI PAGLIO AL CIMONE DI MARGNO E CIMA DI OLINO M 1801

Il Cimone di Margno è un dosso erboso con rado bosco alle sue pendici e la sua conformazione lo ha reso una meta classica per gite con ciaspole o scialpinistiche.

Dal parcheggio dell'Alpe di Paglio seguiamo il sentiero riservato alle ciaspole sino a raggiungere la Cima del Laghetto. Affrontiamo l'ultimo strappo che ci porta in vetta al Cimone di Margno da dove scendiamo percorrendo il crinale opposto che in leggera discesa ci porta alla Cima di Olinio (m.1768). Da qui chiuderemo l'anello percorrendo la strada che ci condurrà al Pian delle Betulle ed infine al punto di partenza.

ritrovo

parcheggio di Muggiò/ore 6,45/auto proprie/
per Alpe di Paglio/Casargo-Lecco/m 1386

itinerario

salita su neve m 550/totale ore

equipaggiamento

da escursionismo invernale/per ogni tipo di clima

bastoncini, ghette e ciaspole

set autosoccorso obbligatorio

ARTVA, pala, sonda

colazione

al sacco

capi gita

Alessio Mazzocchi e Barbara Roda

termine iscrizione

venerdì 13 febbraio

27/28 FEBBRAIO / PRIMO MARZO ALTOPIANO DI ASIAGO TRA NATURA E STORIA

novità Proponiamo il primo weekend trekking con le ciaspole. Andiamo sull'Altopiano dei Sette Comuni con soggiorno ad Asiago. Dopo la prima notte in albergo, nella giornata di sabato saliremo al Forte Verena. Il secondo giorno ciaspoleremo su uno dei percorsi ad anello del comprensorio di Campolongo. La proposta è naturalmente aperta anche ai fondisti.

ritrovo venerdì

parcheggio di Muggiò/ore 7,00/auto proprie
per Asiago/VC/m 1000

sabato

da Casere Verena/rifugio Vereneta fino al rifugio Forte Verena
salita su neve m 400/totale ore 4/km 13

domenica

percorso ad anello a Campolongo da definirsi

equipaggiamento

da escursionismo invernale/per ogni tipo di clima

bastoncini, ghette e ciaspole

Trattandosi di percorsi tracciati

non è necessario l'utilizzo del kit Artva

colazione

al sacco e in albergo

capi gita

Barbara Roda e Lorenzo Turconi

**Il programma in dettaglio verrà illustrato
in una serata apposita mercoledì 11 febbraio 2026.**

NUOVO
ARREDAMENTI

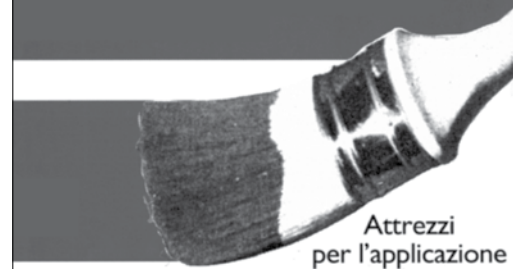
AlVô



Nuovo Arredamenti Al Vô
di Molteni Piero Rossano & C.

via Gino Grassi, 257 Lipomo, Como
telefono +031 524746
info@nuovoarredamentialvo.it
nuovoarredamentialvo.it

Dal 1940 produciamo
e vendiamo direttamente:
pitture, vernici, smalti
e altri prodotti per l'edilizia



BRAVIN

COLORIFICIO BRAVIN snc
via P.Paoli 116 - Como - 031.520620
e_mail: info@colorificiobrain.it



TEOREMA
ITALIA



TENDE da interni TENDE da esterni
Zanzariere TENDE alla veneziana

via Mascherpa - 9
telefono 031.525707
22100 Como - Albate

Roberto Mazzola
Verso la vetta

SCI ALPINISMO



AVVERTENZE PER LE GITE DI SCIALPINISMO

Viste l'estrema variabilità delle condizioni meteo-niveo e del rischio valanghe, non si fissano in anticipo le mete, ma le date e le aree di possibile interesse.

La meta è decisa e confermata il giovedì precedente in base alle condizioni.

Se il meteo è più favorevole il sabato, verrà effettuata in tale giorno.

Se meteo/condizione è pessimo, verrà posticipata o annullata.

Gli iscritti verranno avvisati via messaggio, telefono o nell'apposito gruppo WhatsApp

capi gita / accompagnatori
Angelo Balestrini
Giorgio Galvani
Antonio Signoriello
Pietro Simonelli
Gianni Valesi

DOMENICA
PRIMO FEBBRAIO

ALTO LAGO
VALTELLINA

DOMENICA
15 FEBBRAIO

SVIZZERA
CENTRALE
VALTELLINA

DOMENICA
PRIMO MARZO

ENGADINA
VAL FORMAZZA

DOMENICA
29 MARZO

VALLE D'AOSTA

Guido Marazzi
Le orme del vento

18/19/20 APRILE

VAL MARTELLO

Quest'anno la tre giorni di sci alpinismo sarà centrata nella Val Martello. Dormiremo e ceneremo al rifugio Corsi che raggiungeremo in funivia oppure con le pelli (1 ora circa). Nei 2 giorni seguenti abbiamo solo l'imbarazzo della scelta: dal prestigioso Cevedale, fino alla prestigiosa Cima Venezia e tante altre (Marmotta, Solda ecc.). I dislivelli non superano mai i 1200 m tranne che per il Cevedale (1500 m); non ci sono particolari difficoltà tecniche.

ritrovo sabato 18

Como/ore 7:00/auto proprie/per Lago di Gioveretto
val Martello/BZ/m 2050

salita al rifugio Corsi m 2265 in funivia o con le pelli/ore 1
dislivello m 200

domenica 19 / lunedì 20

salite a cime della valle in relazione alle condizioni niveo-meteo
difficoltà

BSA, S3(cfr. pagina 5)

equipaggiamento

da sci alpinismo in quota, ARTVA pala e sonda, ramponi,
piccozza, imbragatura, moschettoni, cordini

capi gita

Giorgio Galvani e Gianni Valesi

**Il programma in dettaglio verrà illustrato
in una serata apposita mercoledì 11 febbraio 2026.**

Liquore con erba iva di Madesimo

Achillea



ACHILLEA MOSCHATA (Erba iva, Taneda)

digestiva e aromatica, usata per preparare liquori, amari e tisane grazie al suo aroma balsamico e alle proprietà digestive.

CAMOMILLA

sedativa e calmante, impiegata per aromatizzare grappa e infusi alpini.

Distribuita da:

OSTERIA DEL GALLO - Via Vitani 16, Como - Tel. 031 3868025 - www.osteriadelgallo-como.it



A BINAGO coltiviamo mirtilli, fragole, lamponi ed ortaggi con metodi naturali. Trovate i **mirtilli da giugno a luglio**, gli ortaggi tutto l'anno, rigorosamente di stagione! Trovate anche succhi, confetture e conserve sottolio fatti con i nostri frutti e verdure. Siamo aperti da lunedì a sabato dalle 16 alle 19. Dai primi mesi del 2026 sarà pronto il nostro Bed&Breakfast con tre camere confortevoli ed accoglienti per trascorrere rilassanti soggiorni. Per altri orari basta chiamarci:

Ferruccio: 334-8999997

CASALE RONCHETTO

Via G. Marconi, 8

22070 BINAGO (CO)

www.casaleronchetto.it

facebook: [casaleronchetto](https://www.facebook.com/casaleronchetto)

momi



BLEVIO (CO) - FRAZ. GIROLA

TEL. +39 334 12 02 327

www.ristorantemomi.it

info@ristorantemomi.it

gradita prenotazione

SCI ALPINO E NORD DICO





SCI ALPINO E NORDICO

27 DICEMBRE 2025 / 2 GENNAIO 2026
SETTIMANA BIANCA DI FINE ANNO
IN VAL DI FEMME (TN)

Ospiti fissi dell'albergo Panorama di Panchià, che da anni ci riserva un trattamento curato, restiamo affezionati alla tradizionale settimana bianca di fine anno.

Infinite possibilità per sciatori, fondisti, ciaspolatori ed escursionisti a piedi per trascorrere una vacanza sulla neve nel prestigioso territorio di Fiemme e Fassa, tra i comprensori del Catinaccio, Latemar e San Pellegrino.

responsabili
Massimo Miccio ed Erio Molteni

per informazioni
dettagliate rivolgesi in sede negli orari di apertura

SABATO 7 FEBBRAIO
GITA SCIISTICA
MADESIMO M 1550

responsabili
Angelo Balestrini e Sergio Ronchetti

per informazioni
dettagliate rivolgesi in sede negli orari di apertura

PRIMO/8 MARZO
54^A SETTIMANA BIANCA
DOBBIACO M 1213
VAL PUSTERIA (BZ)

Come preannunciato per la settimana bianca 2026 ritorneremo in quell'incantevole comprensorio sciistico della Val Pusteria e delle sue valli limitrofe che, sia per lo sci Alpino, che per quello Nordico e per le Ciaspole, offrono illimitate opportunità in grado di appagare le esigenze di tutti gli appassionati, anche i più esigenti.

*Alloggeremo presso l'HOTEL LAURIN'S **** di Dobbiaco, ospiti della famiglia Kiebacher.*

responsabili
Massimo Miccio ed Erio Molteni

per informazioni
dettagliate rivolgesi in sede negli orari di apertura



roncoroni legno

Arredamenti su misura
Serramenti in legno / legno alluminio
Porte e Portoncini in legno
Lavorazioni particolari su disegno



Roncoroni Legno ha realizzato serramenti per: CAPANNA CAO Brunate (Co)

Roncoroni Legno di Roncoroni Luigi
Via Carso, 50 22100 Como (CO) Tel/Fax +39 031 305 660
e mail: info@roncoronilegno.it
www.roncoronilegno.it



ORAFO

**CREAZIONE
&
RIPARAZIONE**

Via Milano, 159 - COMO
Tel. 031 267041

**ARROTINO
COLTELLERIA**

Riccadonna

Coltellerie professionali
e sportive
delle migliori marche



Via Borgovico 69
22100 Como
Tel. 333/8053192



**df SPORT
SPECIALIST**

VIVI CON NOI

LA TUA
PASSIONE
SPORTIVA

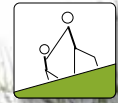
SOCI CAI SCONTO 15% DAL PREZZO DI LISTINO

DF-SPORTSPECIALIST.IT | spediamo in tutta Italia

Elena Urlo
Danza in cresta



Mariangela Todeschini
Marmotta



ESCURSIONISMO

Donatella Gandola
E sempre in tre



22 MARZO SENTIERO NATURA DI BORGIO VEREZZI M 285

Finalmente, dopo il generale inverno, è primavera, con il desiderio di assaporare i primi tepori marini. Secondo tradizione la prima uscita escursionistica 2026 del CAO è in Liguria. Quest'anno andremo a scoprire il sentiero natura a Borgio Verezzi, presso Finale ligure. È un piacevole percorso ad anello che attraversa vari ambienti naturali del territorio. In un ricco ambiente naturalistico si visiteranno la chiesa di San Martino, il Mulino Fenicio, il Dolmen Megalitico, le frazioni del paese e le colorate grotte di Valdemino, con puntata finale in spiaggia.

ritrovo

parcheggio di Muggiò/ore 6,30/pullman
per Borgio Verezzi/SV

itinerario

salita m 280/lunghezza 5 km/totale ore 3/4
difficoltà

E/escursionistica

equipaggiamento

da escursionismo/per ogni tipo di clima

colazione

al sacco

capi gita

Adriano Martinelli e Sergio Ronchetti

termine iscrizione

giovedì 12 marzo

12 APRILE TRAVERSATA DEL MONTE BARRO DA GALBIATE M 922

Il monte Barro, grazie alla sua posizione, gode di una vista spettacolare sulle montagne circostanti come Grigne, Resegone, Corni di Canzo, oltre ad un affaccio suggestivo sul Lario.

Da Galbiate percorreremo in salita il sentiero 305 detto anche sentiero delle creste. L'itinerario raggiunge la vetta del Monte Barro salendo dai Corni che ne compongono la lunga cresta e che presenta qualche tratto esposto ed un passaggio di facile arrampicata per guadagnare la cima. Dalla cima si scende all'eremo di San Michele, dal quale percorrendo il Sentierone si giunge a Pian Sciresa. Da qui con un bel sentiero panoramico si ritorna alle auto.

ritrovo

parcheggio di Muggiò/ore 7,30/auto proprie
per Galbiate/LC/m 371

itinerario

salita m 580/totale ore 4

difficoltà

EE/escursionisti esperti

equipaggiamento

da escursionismo/per ogni tipo di clima

colazione

al sacco

capi gita

Barbara Roda e Carla Brambilla

termine iscrizione

giovedì 10 aprile

19 APRILE DOSSO BELLO M 1979

L'escursione ci porterà in valle del Dosso, tra "munt" e "alp", un tempo dedicati ad un'intensa attività di pastorizia e ancora parzialmente in uso. Non mancheranno spettacolari vedute panoramiche dell'Alto Lario, nebbia permettendo.....

Partiremo dal piccolo parcheggio sulla strada cementata per Prennaro, sopra Dosso del Liro. Raggiungeremo in breve il nucleo di case di Prennaro e da qui saliremo su spalle erbose, passando per la località Sortaiolo, in direzione del ben visibile nucleo di Piaghedo (m1321), dove farà sosta il gruppo A, previa salita al sovrastante Monte Piaghedo (m1395). Il gruppo B proseguirà la salita sul costone erboso, a tratti ripido, in direzione del Monte Duria, raggiungendo il Dosso Bello (m1979), meta dell'escursione. Ridiscesi a Piaghedo e ricongiunti i gruppi, poco sotto prenderemo il sentiero sulla nostra destra, che con una serie di svolte in discesa raggiunge la strada cementata che scende da Cucchetta. Passando per Caiasco di sotto torneremo al punto di partenza.

N.B. Il percorso non presenta difficoltà tecniche, ma in alcuni tratti i sentieri sono poco o per nulla visibili; pertanto, si richiede ai partecipanti passo sicuro e spirito di avventura.....

ritrovo

parcheggio Tavernola/ore 6,45/auto proprie
per Dosso del Liro-strada per Prennaro/CO/m 1012

itinerario **A**/salita m 460/km 5,5/totale ore 3

B/salita m 1000/km 12/totale ore 6

difficoltà **A**/(E) escursionistico

B/(EE) escursionisti esperti

equipaggiamento

da escursionismo/per ogni tipo di clima

colazione al sacco

capi gita Guido Marazzi e Adriano Martinelli

termine iscrizione giovedì 17 aprile

10 MAGGIO MONTE GAMBAROGNO M 1734 COL CAI DI MOLTRASIO

Da Indemini, il paesino di pietra, saliamo per sentiero nel bosco verso la chiesetta di Sant'Anna fino al punto denominato Pasturone e svoltiamo a destra verso l'Alpe di Neggia. Ancora un breve tratto di salita, si inizia un lungo percorso a mezzacosta, in ambiente stupendo, con ampie vedute panoramiche su Tamaro e Gradiccioli. Attraversando boschi misti di faggi, betulle, abeti e larici inframezzati da piccole pietraie e da diversi ruscelletti, raggiungiamo con alcuni dolci saliscendi l'Alpe di Neggia dalla quale si prosegue verso il Gambarogno, aggirando la montagna sulla destra, con panorama sempre più spettacolare sul sottostante Lago Maggiore.

Raggiungiamo prima la grossa croce della cima est, quindi in pochi minuti la cima vera e propria del Monte Gambarogno contraddistinta da un più sobrio ometto di sassi. Appena sotto la cima, si prosegue sul sentiero segnato verso l'Alpe Cedullo dal quale si prosegue per la chiesetta di Sant'Anna. Riprendiamo a scendere, dapprima nella faggeta, poi in un più luminoso bosco misto, fino a tornare a Pasturone, dove, riprendendo il sentiero percorso in mattinata, rientriamo in breve ad Indemini.

**NB Indispensabili documenti validi per l'espatrio
Vignetta autostrada svizzera
Consigliati franchi svizzeri - CHF**

ritrovo **parcheggio Tavernola**/ore 6,45/auto proprie
per Indemini via Monte Ceneri/Ticino/m 930

itinerario dislivello salita m 900/km 15/in ore 5/6

difficoltà E/escursionistica

equipaggiamento

da escursionismo/per ogni tipo di clima

colazione al sacco

capi gita Giancarlo Brognoli ed Ezio Righetti per CAO

Maria Rosa Camperi per CAI Moltrasio

termine iscrizione giovedì 8 maggio

24 MAGGIO ALPE CIMA IN VAL BODENGO M 1875

L'itinerario parte da Donadivo, che si raggiunge in auto previo permesso rilasciato al bar di Gordona. Dopo aver parcheggiato l'auto troviamo la mulattiera e da qui si inizia la salita sulla splendida via di pietra chi si inoltra nel bosco. Siamo a quota m 750. Saliamo e raggiungiamo l'alpe Orlo, il panorama si apre a nord verso la Val Bregaglia e a sud sul Lago di Novate Mezzola. Dall'Alpe si prosegue con la parte più faticosa del percorso, perché la pendenza è severa e non lascia respiro, ma con qualche sosta voltandoci a guardare l'andamento sinuoso del dosso che abbiamo risalito. Si attraversa la montagna seguendo il tracciato in costa sino quando sulla sommità appare un singolare campanile bianco ed a breve distanza la bianca chiesetta dalla pianta circolare che segnala l'arrivo all'Alpe Cima. Da qui, se abbiamo ancora un po' di energia possiamo arrivare ad un rifugio non custodito e poi scendere a Donadivo

ritrovo
parcheggio di Muggiò/ore 6,45/auto proprie per Donadivo/Gordona-val Bodengo/SO/m 737
itinerario
salita m 900/km 15/totale ore 6
difficoltà
E/escursionistica
equipaggiamento
da escursionismo/per ogni tipo di clima
colazione
al sacco
capi gita
Carla Brambilla e Giancarlo Brognoli
termine iscrizione
venerdì 22 maggio

30 MAGGIO / 2 GIUGNO FORESTA CASENTINESE

Torniamo sugli appennini, nella Foresta Casentinese, nell'area toscana, dopo aver esplorato l'area romagnola due anni fa. Avremo come base il paese di Badia Patraglia (AR), dove pernosteremo e ceneremo da sabato a lunedì. Nei giorni di domenica e lunedì faremo due itinerari naturalistici-culturali/mistici partendo direttamente da Badia: il primo fino all'Eremo di Camaldoli, il secondo fino al borgo di La Verna, con la sua basilica. Martedì, giorno di rientro, passeremo e saliremo sulla vetta del Fumaiolo ed alle sorgenti del Tevere con facili camminate.

difficoltà
/E/escursionisti
percorsi da km 8 a km 18 (2 gruppi)
dislivelli/da m 300 a m 1000
equipaggiamento
da escursionismo in bassa quota per più giorni/boschi e foreste/possibili piogge
colazione
al sacco, ordinabile in albergo
capi gita
Carla Brambilla e Giorgio Galvani

Il programma in dettaglio verrà illustrato in una serata apposita mercoledì 11 febbraio 2026. Numero massimo partecipanti 40 Iscrizioni da tale data

14 GIUGNO MONTE ALTO / M 1723 UN BALCONE SUL LAGO D'ISEO

Il Monte Alto è un balcone naturale sul Lago di Iseo ed offre uno splendido panorama anche su Orobie Bergamasche e gruppo dell'Adamello. Dalla frazione Ceratello imboccheremo una mulattiera che, dopo averci fatto guadagnare dislivello, abbandoneremo in località Fontana Freda (m 1150) per proseguire su ripido sentiero che ci condurrà sino al Rifugio Magnolini (m 1610). Chi vorrà potrà fermarsi al rifugio attendendo il resto del gruppo che, arrivato sino in vetta al Monte Alto ritornerà al rifugio. Anche dal Rifugio Magnolini la vista è impareggiabile: Monte Rosa, Monviso e Presolana. Il Rifugio Magnolini, del CAI di Lovere, è stato costruito nel 1948 ed è dedicato a Leonida Magnolini, colonnello d'artiglieria, medaglia d'oro al valor militare. Dal rifugio Magnolini si percorre il pendio erboso che porta al Monte Alto. Discesa per il medesimo itinerario di salita.

ritrovo
parcheggio di Muggiò/ore 6,15/auto proprie per Costa Volpino loc. Ceratello/BG/m 800
itinerario
A/da Ceratello al Monte Alto, passando dal Rifugio Magnolini ore 4:30/dislivello salita m. 950
B/da Ceratello al Rifugio Magnolini/ore 4 dislivello salita m 810
difficoltà
A/(E) escursionistico
B/(E) escursionistico
equipaggiamento
da escursionismo/per ogni tipo di clima
colazione al sacco
capi gita Alessio Mazzocchi ed Ezio Righetti
termine iscrizione
venerdì 12 giugno

21 GIUGNO PIZ GIUBIN M 2776 COL CAI COMO

Dal parcheggio del Passo del San Gottardo si sale lungo la strada che porta al Lago della Sella. Da qui iniziamo la salita, il primo tratto del sentiero si snoda pianeggiante e costeggia il lago artificiale denominato Lago della Sella. Arrivati alla fine del lago, si inizia a salire. Lungo il tragitto sono presenti diverse caserme militari coi tetti ricoperti di erba e sassi per camuffarle meglio. Il sentiero è ben marcato e piano piano la salita si fa ripida fino a giungere sulla vetta del Piz Giubbin a quota m 2776. Splendidi panorami dei gruppi montuosi che si stagliano tutt'intorno. Per il ritorno, lungo lo stesso percorso fatto in salita, giunti al passo Posmeda m 2569, per i più allenati sarà possibile allungare l'escursione fino alla vetta del Piz Posmeda m 2616.

NB Indispensabili documenti validi per l'espatrio Vignetta autostrada svizzera Consigliati franchi svizzeri - CHF

ritrovo
parcheggio di Tavernola/ore 7,00/auto proprie per passo del San Gottardo/CH/m 2100
itinerario
salita m 850/km 13/totale ore
difficoltà
E/escursionistica
equipaggiamento
da escursionismo/per ogni tipo di clima
colazione
al sacco
capi gita
Adriano Martinelli e Sergio Ronchetti per CAO Antonio Benvenuti e Silvia Bernasconi per CAI Como
termine iscrizione
giovedì 18 giugno

12 LUGLIO GRIGNA SETTENTRIONALE CRESTA DI PIANCAFORMIA E VIA DELLA GANDA / M 2410

Si parte da Esino Lario e precisamente dal posteggio alto sopra il rifugio Cainallo.

Questa gita ci condurrà alla vetta del Grignone percorrendo la cresta di Piancaformia, con bellissimo panorama sul lago e sul versante nord della Grigna. Si percorrerà l'avvicinamento e quasi tutta la cresta tutti insieme, poi il percorso si divide: A) chi è in grado prosegue sulla cresta fino alla vetta (che però diventa percorso alpinistico).

B) chi non se la sente di fare la cresta, tramite un piccolo traverso, si porterà sulla via della Ganda e con semplici catene raggiungerà la vetta.

La salita verrà effettuata solo in caso di condizioni metereologiche sicure. Sulla vetta è presente il rifugio Brioschi per chi ne volesse usufruire. La discesa avverrà per tutti percorrendo la via della Ganda con passaggio dal rifugio Bogani.

ritrovo

parceggio di Muggiò/ore 6,30/auto proprie per Esino Lario/LC/m 1400

itinerari A/totale ore 7/8

B/totale ore 6/7

dislivello

salita m 1100

difficoltà A/EEA/escursionisti esperti

B/PD/poco difficile

equipaggiamento

A/ imbrago/cordino/caschetto

B/ da escursionismo/per ogni tipo di clima

colazione

al sacco o al rifugio Brioschi

capi gita

Carla Brambilla e Ezio Righetti

termine iscrizione

venerdì 10 luglio

18/19/20 LUGLIO GIRO DEL MONTE CIVETTA

Alla scoperta di una delle più iconiche cime dolomitiche attraverso un fantastico percorso che, in tre giorni, ne fa il periplo completo.

La base di partenza è il rifugio Sonino al Coldai che si raggiunge da località Casera Vescovà, dapprima attraverso splendidi prati con vista spettacolare sull'imponente monte Pelmo e poi, da Casera Pioda, lungo un comodo sentiero che ci porta diretti al rifugio.

A circa 20 minuti a monte di esso si trova un caratteristico laghetto dal quale, chi vorrà, potrà ammirare il tramonto del sole che, con gli ultimi raggi, infuocherà la parete Nord-Ovest del Civetta.

Il giorno seguente, di buon mattino, inizieremo la tappa più lunga ed impegnativa del nostro tour. Prenderemo il sentiero nr. 557 che si snoda sul versante E del Civetta. Raggiunta forcella Delle Sasse (m 2476) scenderemo nella valle omonima per raggiungere, aggirando il versante Sud del Civetta, il rifugio Vazzoler posto a m 1714 in ambiente da fiaba, nascosto tra gli alberi di un bosco. Il terzo e ultimo giorno riprenderemo il sentiero nr 560, che risale verso N la valle Civetta, dominata dall'imponente e lunghissima parete Nord-Ovest alta più di 1000 m e solcata da numerose impegnative vie che hanno fatto la storia dell'alpinismo come la nota Solleder-Lettembauer, primo sesto grado mai superato al mondo. Raggiunta forcella Coldai (m 2191) ripasseremo dal rifugio Sonino per scendere infine alle auto.

Ascensione facoltativa al Monte Civetta:

Durante la seconda tappa sarà possibile, per chi lo vorrà e se la condizione meteo e della montagna lo permettono, salire alla vetta del Civetta (m 3220) lungo la ferrata degli Alleghesi, seguita dalla discesa lungo via Normale, per ricongiungersi poi al sentiero 560.

Il percorso è lungo, impegnativo e richiede adeguato allenamento, oltre alla dotazione completa da ferrata (casco, imbragatura, kit con moschettoni e scarponi da montagna). La difficoltà tecnica della ferrata è "Moderatamente Difficile".

sabato prima tappa

ritrovo parcheggio di Muggiò/ore 7:45/auto proprie per Casera Vescovà che si raggiunge, su strada sterrata, a partire dall'ultimo tornante prima del passo Staulanza, salendo dalla valle di Zoldo (Belluno). Ampio parcheggio/m 1780/salita al rifugio Sonino m 2132/ tempo: circa 1,5-2 h./D+450 m circa (incluso un tratto in discesa di circa 100 m di dislivello)

domenica seconda tappa

traversata al rifugio Vazzoler m 1714/tempo circa 6 h. D + 810/-1210 m

solo per chi salirà il Civetta lungo la ferrata:

tempo complessivo 9-10 h/ D+1220/-1620 m

lunedì terza tappa

traversata della valle Civetta e ritorno al parcheggio.

Tempo 6 h.

difficoltà

EEA/escursionisti esperti/sentieri attrezzati

equipaggiamento

da escursionismo in alta quota per più giorni possibili piogge/escursioni termiche elevate

colazione e pernottamenti

al sacco e in rifugio

capi gita

Luca Bianchi e Giorgio Galvani

Il programma in dettaglio verrà illustrato in una serata apposita mercoledì 11 febbraio 2026. Numero massimo partecipanti 25 Iscrizioni da tale data

6 SETTEMBRE LAGHI DELLA CAVEGNA M 1978/2040 COL CAI MONTE OLIMPINO

L'escursione ci porterà in Canton Ticino, Val Vergeletto, laterale della Valle Onsernone a nord ovest di Locarno. Parcheggiata l'auto all'inizio della sterrata in località Piano delle Cascine (m 1110) risaliremo la valle prima su carrareccia, poi su sentiero boschivo. Raggiunta l'alpe di Porcaresc (m 1796) si salirà per ripidi prati al Passo di Cavégna e al lago inferiore di Cavégna (m 1978). Da qui, in circa mezz'ora, si raggiungeranno i laghi superiori di Cavégna (m 2040). Si ridiscenderà quindi all'Alpe Porcaresc, da dove, con un percorso spettacolare su sentiero lastricato di piode, attraverseremo la testata della valle raggiungendo la capanna Alpe Arena (capanna non custodita). Dalla capanna, in ripida discesa per bosco, si scenderà al ponte sul fiume Ribo, ritornando quindi al Piano delle Cascine.

NB Indispensabili documenti validi per l'espatrio Vignetta autostrada svizzera Consigliati franchi svizzeri - CHF

ritrovo

parceggio di Tavernola/ore 5,45/ per Piano delle Cascine val Vergeletto/CH-TI/m1110

itinerario

salita m 980/km 14/totale ore 6

difficoltà

EE/escursionisti esperti

equipaggiamento

da escursionismo/per ogni tipo di clima

colazione

al sacco

capi gita

Guido Marazzi e Adriano Martinelli per CAO

Daniele Perego per CAI Monte Olimpino

termine iscrizione

giovedì 3 settembre

18/23 SETTEMBRE GRECIA - METEORE E MONTE OLIMPO M 2970

Torniamo in Grecia, dopo quattro anni, ma stavolta nella zona montuosa del nord, con due mete, vicine, ma differenti:

Meteore: con i loro famosi monasteri abbarbicati nelle rocce; itinerario culturale e naturalistico, base (albergo) nel paese di Kalambaka.

Monte Olimpo: la montagna degli Dèi, la più alta della Grecia; saliremo al Rifugio Spilios, poi il giorno dopo in due gruppi, uno in prossimità della vetta, percorso facile, l'altro fino alla vetta con tratti alpinistici.

Non mancherà la visita alla città di Salonicco, dove arriveremo con il volo dall'Italia.

difficoltà

Meteore: E/dislivello m 200/500/km 10-15

Monte Olimpo: salita rifugio m 900/E

anticima: salita m 600/EE

cima: salita m 800/EEA

equipaggiamento

da escursionismo in bassa quota (Meteore)

alta quota (quasi m 3000) per monte Olimpo

possibili piogge e temperature autunnali

capi gita

Carla Brambilla e Giorgio Galvani

**Il programma in dettaglio verrà illustrato
in una serata apposita mercoledì 11 febbraio 2026.**

Numero massimo partecipanti 30

Iscrizioni da tale data

3 OTTOBRE LAGO CABIANCA IN VAL BREMBANA M 2150

Si parte da Carona in val Brembana e si raggiunge la frazione di Pagliari, poi per boschi si risale la valle fino alla diga di Fregaborgia e quindi all'altopiano dove si trova il lago. Dopo ci aspetta la traversata fino al rifugio Calvi (2000 m) (generalmente aperto le domeniche di ottobre) posto al centro di un bellissimo anfiteatro di cime. Ci rimane solo il ritorno seguendo una lunga strada bianca fino alle auto.

ritrovo

parcheggio di Muggiò: ore 6,30

auto proprie/per Carona/BG/m 1220

itinerario

salita m 980/km 14/totale ore 6

difficoltà

E/escursionistica

equipaggiamento

da escursionismo/per ogni tipo di clima

colazione

al sacco

capi gita

Ezio Righetti e Lorenzo Turconi

termine iscrizione

venerdì 2 ottobre

10/11 OTTOBRE GITA DI CHIUSURA RIFUGIO SALMURANO M 1850 VAL GEROLA

Gita di chiusura 2026 in Alta Val Gerola, al Rifugio Salmurano,

Con l'auto raggiungiamo Pescegallò (M 1450): da qui con la seggiovia oppure a piedi (ore 1,5) al rifugio, dove ceneremo e pernosteremo.

Per la giornata di domenica si propone il giro ad anello sul passo di Salmurano, rifugio Benigni, Val Tronella e arrivo a Pescegallò alle auto. Un gruppo potrà raggiungere il rifugio Benigni passando dalla cima Piazzotti.

ritrovo sabato

parcheggio di Muggiò: ore 13,00/auto proprie

per Pescegallò/partenza seggiovia/SO/m 1459

salita al rifugio

in seggiovia o a piedi/ore 1,5

domenica

anello della val Tronella

difficoltà EE/salita m 400/ore 4/km 6

variante cima Piazzotti/EEA/ore 5

difficoltà

E/escursionistica

equipaggiamento

da escursionismo autunnale/per ogni tipo di clima

possibile freddo e/o neve in quota

colazione

al sacco e in rifugio

capi gita

Carla Brambilla e Giorgio Galvani

termine iscrizione

giovedì 1° ottobre

13 DICEMBRE ESCURSIONE DI NATALE

Gita dal sapore natalizio con meta un rifugio o montagna delle Prealpi Lombarde con scambio di auguri fra i partecipanti. Per ovvi motivi, località ed orari saranno comunicati a mezzo social con tempi compatibili ad eventuale prenotazione presso strutture di accoglienza. La destinazione sarà decisa in base alle condizioni meteo-ambientali.

equipaggiamento

da escursionismo invernale/per ogni tipo di clima

capi gita

Carla Brambilla e Giorgio Galvani

Gruppo
Serratore



NUOVA JEEP®AVENGER 4xe
ESPLORA DA UNA NUOVA PROSPETTIVA

ERBA

Service
Via Milano, 7/A
Tel. 031.647111

ERBA

Viale Prealpi, 4
Tel. 031.647311

GRANDATE

Via Monviso, 1
Tel. 031.5686811

CANTÙ

Via G. da Fossano, 42
Tel. 031.7075811

ALBESE

con Cassano
Viale Lombardia, 4
Tel. 031.4220711

ALBAVILLA

Via M. Bolettone, 23
Tel. 031.627232

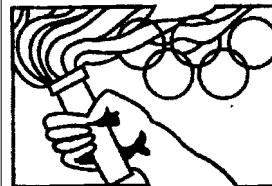
VALMADRERA

Via XXV, 49
Tel. 0341.224411

PESCATO

Via Roma, 23/B
Tel. 0341.297911

www.grupposerratore.com



**OLIMPIADI
2000** s.n.c.

**PREMIAZIONI SPORTIVE
COPPE - MEDAGLIE**

Via Roncaldier, 12
22032 ALBESE con CASSANO
(Como) ITALY

TEL. 031 360270 (2 LINEE R.A.)

FAX 031 360274

E-mail olimpiadi.2000@virgilio.it

CASTELLETTI
Tipolitografia S.R.L.

Via N. Tommaseo, 3
22036 Erba (Co)

stampa offset e digitale
grande formato
etichette
volantini
manifesti
legatoria

Tel. 031.641525 - 031.270915
tipocast@tipolitografiacastelletti.191.it



24 MAGGIO VAL GEROLA I PANORAMI DELL'ALPE TAGLIATA

In MTB faremo un giro ad anello che ci porterà a scoprire luoghi dove la natura regna ancora sovrana.

Uno di questi è l'Alpe Tagliata, una località posta su di un terrazzo prativo al cospetto della cima del Pizzo di Olano, con bellissimi panorami su Morbegno, sul gruppo del Disgrazia e la costiera dei Cech.

ritrovo

Como/parceggio di Muggiò/ore 7,30/auto proprie
distanza

km 30 circa

dislivello
m 1.100

difficoltà tecnica

facile

tipo di percorso

100% ciclabile

equipaggiamento

da mountainbike di media quota

capi gita

Angelo Balestrini e Pietro Simonelli

termine iscrizione

venerdì 22 maggio

13/15 GIUGNO LA VIA DEGLI DÈI DA BOLOGNA A FIRENZE IN DUE PAROLE

La Via degli Dèi è un percorso di 130km con 3.000mt.di dislivello, che attraversa l'Appennino Tosco-Emiliano: da piazza Maggiore a Bologna, a piazza della Signoria a Firenze. Boschi, sentieri e antiche strade millenarie, ci porteranno a scoprire il fascino delle montagne tra l'Emilia e la Toscana.

La Via degli Dèi in versione mtb si sviluppa su tre tappe:

Bologna	lunghezza km 46
Madonna dei Fornelli	dislivello positivo: m 1.340
	dislivello negativo m 610

Madonna dei Fornelli	lunghezza km 40
San Piero a Sieve	dislivello positivo m 670
	dislivello negativo m 610

San Piero a Sieve	lunghezza km 41
Firenze	dislivello positivo m 1.010
	dislivello negativo m 1190

Rientro a Bologna in treno

difficoltà tecnica

media

equipaggiamento

da mountain bike di media quota, possibili piogge, zaino o borse laterali per proprio bagaglio, camera d'aria di scorta

capi gita

Angelo Balestrini e Pietro Simonelli

Il programma in dettaglio verrà illustrato in una serata apposita mercoledì 11 febbraio 2026.

13 SETTEMBRE LAI DA VONS ANDEER - GRIGIONI

Bellissimo giro con spettacolare vista, nel parco Regionale del Bever, che da Andeer segue la Cantonale lungo la Via Mala fino al caratteristico paesino di Sufers con relativo lago per poi salire lungo una bella carrareccia fino al "Lai da Vons" (laghetto alpino).

Da qui chi vuole può salire fino alla Cufercalhütte (disl. m 300) per poi ritrovarsi tutti insieme a pranzare a Promischur m 1843 località con costruzioni Walser.

Sempre su carrareccia torneremo ad Andeer per un rilassante bagno alle Terme!

NB Indispensabili documenti validi per l'espatrio
Vignetta autostrada svizzera
Consigliati franchi svizzeri - CHF

ritrovo

parceggio di Tavernola/ore 7,00/auto proprie
per Andeer/Grigioni /m 982

salita

dislivello

totale salita m 1200+300 per la Cufercalhütte

equipaggiamento

da mountainbike (muscolare o elettrica),
vestiario adeguato quota media inizio autunno

note

itinerario tecnicamente facile e adatto a tutti,
da non sottovalutare il dislivello

capi gita

Angelo Balestrini e Pietro Simonelli

termine iscrizione

venerdì 11 settembre



MOUNTAIN BIKE

DOTT. RAG. PAOLO FRISONI
Consulente del lavoro / Revisore legale / Fondatore

RAG LUIGINA ANDRIGHETTI FRISONI
Consulente del lavoro / Revisore legale

DOTT. MARCO FRISONI
Consulente del lavoro / Senior partner

RAG SILVIA FRISONI
Consulente del lavoro / Senior partner

DOTT. ALESSIO BISCEGLIE
Consulente del lavoro / Senior partner

DOTT.SSA SILVIA COSTA
Consulente del lavoro / Collaboratore

DOTT. ALBERTO BALESTRINI
Consulente del lavoro / Collaboratore

FRISONI**e**BISCEGLIE

STUDIO DI CONSULENZA DEL LAVORO



Via Oltrecolle, 139 - 22100 Como



+39 031 555560



info@frisoniebisceglie.com



www.frisoniebisceglie.com



GENERALI

Generali Italia Spa

AGENZIA GENERALE DI COMOVARESINA 771

via Varesina 151

22100 Como

telefono 031.525730

fax 031.525740

mail: agenzia.comovaresina.it@generali.com

pec: comovaresina@pec.agenzie.generali.com



Corti Sport

da tre generazioni
al servizio degli sportivi

abbigliamento e attrezzature per
SCI TREKKING OUTDOOR



SCARPA



SCONTO 20 % PER SOCI CAO

escluse promozioni

viale Lecco, 103 - 22100 Como - telefono 031.302.392

2/22 AGOSTO
53° CAMPEGGIO
CAMPERTOGNO - VALSESIA (VC)
CAMPEGGIO IL GATTO E LA VOLPE
M 815

Valsesia: la mitica porta di accesso al massiccio del monte Rosa. Risalendo la tortuosa strada della valle nel punto in cui si fa più alpina si trova la località di Campertogno dove prima del secondo semaforo, sulla sinistra si accede con una ripida discesa al campeggio "il Gatto e la Volpe" già sede del 24° campeggio CAO. Siamo a pochi minuti d'auto da Alagna, cuore della comunità Walser e protagonista della storia dell'alpinismo europeo.

Tante attività sportive, culturali e gastronomiche, in un ambiente adatto anche a famiglie con bambini e ragazzi per sperimentare una vacanza diversa a contatto con la natura. E poi c'è il Sesia! Rafting, canoa, kayak, canyoning: quale migliore occasione per provare nuove emozioni?

prenotazioni

per esigenze organizzative è necessario prenotare con largo anticipo la propria partecipazione **responsabili**

Gigi Prunotto e Sergio Ronchetti

per informazioni

dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura





evil eye

true
sport
eyewear

Made in
Austria



terruzzi
OTTICA
Ottolè In Como dal 1954

Como
Via Milano 37
t: +39 031304930

Olgiate Comasco
Via Vittorio Emanuele 17
t: +39 031990458

info@terruzziottica.it
www.terruzziottica.it

ATTIVITÀ VARIE

OTTOBRE

DA INIZIO MESE

partenza corso
di ginnastica presciistica

DOMENICA 18

gara sociale di bocce
e castagnata
alla Capanna CAO

GIOVEDÌ 29

termine presentazione opere
50° concorso fotografico
riservato ai Soci

NOVEMBRE

DOMENICA 8

54ª Festa
Amici della Montagna alla Capanna CAO

DATA DA DEFINIRE

50° concorso fotografico:
serata presentazione
e premiazione opere in sede

Crafted by
Silhouette International

evileye.com

ANCORA PIÙ GRANDI PER CRESCERE SEMPRE AL TUO FIANCO.

BRESSANELLI GALLI GELPI PORTA & C. SRL

VIA CANTURINA, 83/B - 22100 COMO

TEL. 031.307933

co002@agenziaturich.it

www.agenziaturich.it/co002



**ZURICH ASSICURAZIONI.
PER CHI AMA DAVVERO.**



COMUNICAZIONE VISIVA 031.211260



CAO



**CLUB
ALPINO
OPERAIO
COMO
DAL 1885**

a TUTTI coloro
che hanno partecipato
alla realizzazione
di questo programma

in redazione
Diego CAPPELLETTI
Rita ROMANÒ
Antonio SIGNORIELLO

per la grafica
LAVORI IN CORSO

per la stampa
 TIPOGRAFIA CASTELLETTI

**ARRIVEDERCI
ALLA
PROSSIMA
EDIZIONE**



49° CONCORSO FOTOGRAFICO

IN COPERTINA
primo premio
Giorgio Galvani
Neve

PAGINA A FIANCO
opere segnalate

A SINISTRA
Annamaria Adani
Giochi nel cielo

Giorgio Galvani
Salita

Licia Giudici
Le stelle del Carega

A DESTRA
Daniele Luraschi
Passo della Forcola

Pian Grande

Erio Molteni
Verso la vetta

49°
CONCORSO
FOTOGRAFICO
autori
20
opere
88
ammesse
61

secondo premio
Licia Giudici
Autunno in Vamalenco



terzo premio
Marco Filipazzi
Nubi e neve
Grigna settentrionale
Via di Cresta



premi speciale
Roberto Mazzola
C'è una strana luce





Migliavada

agenzia doganale

COMO - PONTE CHIASSO
Tel 031-54 33 21 - Fax 031-54 33 37

MONTANO LUCINO (COMO SUD)
Tel 031-47 17 01 - Fax 031-47 02 70