



Si **consiglia** a tutti i partecipanti delle escursioni il tesseramento al CAI.
Per informazioni rivolgersi allo Sporting Club Livigno
(aperto dal lunedì al venerdì – mattina: 8:00-12:00 pomeriggio: 15:00-17:00)
Tel. 0342-991260 mail info@sportingclublivigno.it

Vi ricordiamo che tutti i soci in regola con il tesseramento saranno automaticamente coperti **SOLO per gli infortuni** che si verificano durante le attività sociali (escursioni, etc.) organizzate dalla sezione.

L'assicurazione per i soci prevede anche la copertura in caso di *intervento dei soccorsi* in **TUTTI** i casi anche in attività personale (escursioni, etc. svolte per conto proprio e non organizzate dalla sezione) e anche all'estero.

Per estendere la copertura assicurativa sugli infortuni anche all'attività personale sono state redatte delle particolari coperture assicurative per i soci CAI. Per info rivolgersi allo Sporting Club Livigno.

INFORMAZIONI DETTAGLIATE, DOVE NON SPECIFICATE, VERRANNO COMUNICATE TRAMITE WHATSAPP E/O SOCIAL NETWORK NEI GIORNI PRECEDENTI GLI APPUNTAMENTI PROPOSTI.



E' a disposizione di tutti il gruppo whatsapp del CAI LIVIGNO. Se volete organizzare una gita e volete compagnia potete contattare gli amministratori del gruppo per condividere con gli altri le vostre proposte.

PROGRAMMA ESTIVO 2019

Sabato 15 giugno

LIVIGNO SKYMARATHON - RISTORO c/o PUNTA CASSANA

Il CAI LIVIGNO collabora con il comitato organizzatore della Livigno Skymarathon e si occuperà di gestire uno dei punti di ristoro più importanti, quello posizionato presso la Punta Cassana (3.071 metri s.l.m.). Per l'occasione organizziamo una gita nella zona per portare supporto e fare il tifo agli atleti che si cimentano lungo i 34 km della gara.

Ritrovo: **ore 6:00** c/o parcheggio Calcheira

Durata: 8 ore compreso di sosta sulla cima per supportare gli atleti (tempo di salita: 3 ore)

Difficoltà: **EE** (escursionisti esperti)

Attrezzatura da trekking, merenda al sacco

Coordinatore: **John** (Tel. 333-374 2448)

Iscrizione telefonica **obbligatoria** al coordinatore entro il 13 Giugno

Mercoledì 3 luglio

ASSOCIAZIONE VA' SENTIERO – SERATA c/o ENGADINA

Nel mese di maggio un gruppo di ragazzi ha deciso di intraprendere un lungo cammino per percorrere integralmente il Sentiero Italia. Tra questi ragazzi c'è anche un nostro compaesano, Rodigari Stefano. Il 2 luglio il gruppo dell'Associazione Va' Pensiero farà tappa a Livigno arrivando dalla Val Alpisella. In serata ci sarà un incontro con loro c/o il bar Engadina. Siete tutti invitati a partecipare! Per maggiori informazioni sul progetto: www.vapensiero.org

Ritrovo: aperitivo c/o bar Engadina (*maggiori informazioni sull'orario verranno comunicate in seguito*)

Giovedì 4 luglio

ESCURSIONE LIVIGNO-VAL VIOLA con Associazione Va' Sentiero

I ragazzi dell'Associazione Va' Pensiero si rimettono in cammino. E il CAI LIVIGNO li accompagnerà per un pezzo della loro avventura lungo il Sentiero Italia: da Livigno alla Val Viola passando per la Val di Campo. In prossimità del rifugio Viola augureremo loro buona prosecuzione prima di incamminarci verso casa.

Ritrovo: *da stabilire in base al programma dell'Associazione Va' Sentiero*

Durata: *da stabilire in base al programma dell'Associazione Va' Sentiero*

Difficoltà: **E** (escursionistica)

Attrezzatura da trekking, merenda al sacco, carta d'identità

Coordinatore: **Nando** (Tel. 338-160 7174) **Vincenzo** (Tel. 333-574 7093)

Iscrizione telefonica **obbligatoria** al coordinatore entro il 2 Luglio

Domenica 14 luglio

CANYONING c/o LENNO, VAL PERLANA

Cimentiamoci con il canyoning! Insieme alla nostra guida specializzata proveremo qualcosa di nuovo ed alternativo: andremo in Val Perlana (nei pressi di Lenno, Lago di Como) per scendere lungo il canyon del torrente Perlana con mute, imbraghi e corde. Non avete mai provato a fare una cosa simile? Nessun problema, la nostra guida assicura che è un'esperienza adatta a chiunque!

Ritrovo: **ore 6:30** c/o parcheggio Alpe Vago per organizzare il trasferimento presso Lago di Como

Durata: 3 ore

Difficoltà: **adatto a tutti**

Prezzo: circa € 80 (compreso di noleggio attrezzatura, guida specializzata e noleggio furgone)

Attrezzatura: carta d'identità

Coordinatore: **Luca** (Tel. 338-917 5551) **Manuel** (Tel. 328-053 7700)

Iscrizione telefonica **obbligatoria** al coordinatore entro il 7 Luglio

Mercoledì 24 luglio

ESCURSIONE VALCHAVA – LAI DA RIMS

Alla ricerca della Leggenda di Lajadira: partenza dal paesino svizzero di Valchava e salita lungo uno dei percorsi più belli della Val Mustair per raggiungere il Lago di Rims, luogo in cui sono ambientate antiche leggende che vi faranno battere forte il cuore.

Ritrovo: **ore 7:15** c/o chiesetta Vieira per organizzare il trasferimento verso il paesino di Valchava.

Durata: 6 ore (tempo di salita: 3 ore)

Difficoltà: **E** (escursionistica)

Attrezzatura da trekking, merenda al sacco, carta d'identità

Coordinatore: **Ivan** (Tel. 338-984 4688) **Manuel** (Tel. 328-053 7700)

Iscrizione telefonica **obbligatoria** al coordinatore entro il 22 Luglio

Sabato 10 agosto

FIACCOLATA AL CRAP DA LA PARE' – NOTTE NERA

Illuminiamo la notte! In occasione della Notte Nera il CAI LIVIGNO organizza la fiaccolata dal Crap da la Parè a scendere fino al centro del paese per accendere il falò che rischiarerà la notte livignasca.

Ritrovo: **ore 19:30** c/o Passo Eira

Durata: 3 ore

Difficoltà: **E** (escursionistica)

Attrezzatura: le fiaccole le portiamo noi!

Coordinatore: **Nando** (Tel. 338-160 7174) **Vincenzo** (Tel. 333-574 7093) **Alfredo** (Tel. 335-541 9819)

Iscrizione telefonica **obbligatoria** al coordinatore entro il 8 Agosto

Domenica 11 agosto

ESCURSIONE PIZ LANGUARD

Il Piz Languard (3.262 metri s.l.m.) è uno spettacolare corno roccioso sopra Pontresina da cui si gode un'ottima vista sul gruppo del Bernina. Cosa aspetti? Non fidarti solo di quello che scriviamo noi, vieni a scoprirlo tu stesso!

Ritrovo: **ore 7:30** c/o parcheggio Alpe Vago per organizzare trasferimento verso parcheggio Diavolezza

Durata: 5 ore e 30 minuti (tempo di salita: 3 ore)

Difficoltà: **EE – I** (escursionisti esperti, traccia e roccette)

Attrezzatura da trekking, merenda al sacco, carta d'identità

Coordinatore: **Nando** (Tel. 338-160 7174) **Vincenzo** (Tel. 333-574 7093)

Iscrizione telefonica **obbligatoria** al coordinatore entro il 9 Agosto

Da venerdì 16 agosto a domenica 18 agosto

GIRO DELLE OROBIE

Percorso molto impegnativo sulla cresta delle Orobie con uno sviluppo particolarmente lungo (85 km D+ 5000 metri) con pernottamento in rifugio.

Difficoltà: **molto impegnativo ****

Coordinatore: **Nando** (Tel. 338-160 7174) **Alfredo** (Tel. 335-541 9819)

Iscrizione telefonica **obbligatoria** al coordinatore entro il 1 Agosto

Domenica 25 agosto

ESCURSIONE PIZ URSERA con Cai Valfurva

In collaborazione con il CAI VALFURVA organizziamo un'escursione al Piz Ursera (3.032 metri s.l.m.).

Ritrovo: *da stabilire in base al programma con il C.A.I. Valfurva*

Durata: *da stabilire in base al programma con il C.A.I. Valfurva*

Difficoltà: **EE** (escursioni esperti)

Attrezzatura da trekking, merenda al sacco

Coordinatore: **Silvana** (Tel. 338-147 2544)

Iscrizione telefonica **obbligatoria** al coordinatore entro il 23 Agosto

Domenica 1 settembre

ESCURSIONE CIMA PIAZZI con Cai Valdidentro

La Cima Piazzì è una montagna imponente e maestosa, la più elevata del settore compreso tra il gruppo del Bernina e quello dell'Ortles-Cevedale. Per raggiungere la cima (3.439 metri s.l.m.) si parte dal Passo Verva. L'anno scorso il maltempo ci ha fermato. Quest'anno ci prendiamo la rivincita?

Ritrovo: *da stabilire in base al programma con il C.A.I. Valdidentro*

Durata: *da stabilire in base al programma con il C.A.I. Valdidentro*

Difficoltà: **EE – I+** (traccia e roccette, breve passaggio su roccia)

Attrezzatura da trekking, merenda al sacco, imbrago

Coordinatore: **Vincenzo** (Tel. 333-574 7093) **Alfredo** (Tel. 335-541 9819)

Iscrizione telefonica **obbligatoria** al coordinatore entro il 30 Agosto

Weekend 6-8 settembre

FESTIVAL DELLA MONTAGNA + I NÖS 3000

Torna l'appuntamento clou della stagione: il week end del Festival della Montagna in collaborazione con la Biblioteca di Livigno e il Mus! che si concluderà come da consuetudine con la salita in contemporanea dei Nos 3000.

Maggiori dettagli ed informazioni verranno comunicati nei prossimi mesi

Domenica e lunedì 22-23 settembre

ESCURSIONE ALLE DOLOMITI DEL BRENTA

L'estate non è ancora finita! Prima di tirare fuori dall'armadio gli sci c'è ancora tempo per qualche avventura alla scoperta delle Dolomiti del Brenta. Un'escursione di due giorni (con pernottamento in rifugio) lungo percorsi attrezzati in un paesaggio mozzafiato.

Partenza: **domenica 22 settembre**

Difficoltà: **EEA** (escursionisti esperti attrezzati) *percorso impegnativo con tratti esposti* **

Attrezzatura: set da ferrata, imbrago, casco, sacco letto, carta d'identità, **tessera del cai** 😊

Ritorno: **lunedì 23 settembre**

Prezzo: circa € 100 (incluso nel prezzo c'è il noleggio del furgone e il pernottamento in rifugio)

Coordinatore: **Luca** (Tel. 338-917 5551) **Manuel** (Tel. 328-053 7700)

Iscrizione telefonica **obbligatoria** al coordinatore entro il 20 Agosto

**** percorso alternativo adatto anche ai meno esperti!!**

Sabato 5 ottobre

ESCURSIONE TRUPCHIUN-SCHANF

Un'ultima escursione in cui attraverseremo la Val Salient, svalicheremo in Svizzera percorrendo per intero la Val Trupchiun per poi tornare verso casa sul far della sera.

Ritrovo: **ore 8:00** c/o parcheggio Calcheira

Difficoltà: **E** (escursionistica)

Durata: **tutto il giorno**

Attrezzatura da trekking, merenda al sacco

Coordinatore: **Nando** (Tel. 338-160 7174) **Manuel** (Tel. 328-053 7700)

Iscrizione telefonica **obbligatoria** al coordinatore entro il 3 Ottobre

IN BASE ALLE CONDIZIONI METEOROLOGICHE GLI ITINERARI PROPOSTI, GLI ORARI DI PARTENZA E OGNI DETTAGLIO TECNICO POTRÀ ESSERE MODIFICATO A DISCREZIONE DEL COORDINATORE CHE AVRÀ PREMURA DI COMUNICARE EVENTUALI CAMBIAMENTI MEDIANTE WHATSAPP E/O SOCIAL NETWORK.

Il contributo per l'organizzazione delle escursioni, eccetto dove diversamente indicato, è di € 5,00 per tutti i soci CAI / € 15,00 per i NON soci (comprensiva di assicurazione giornaliera obbligatoria di € 8,00).

Prima di iscriversi prestare molta attenzione alle difficoltà dell'escursione. Per maggiori informazioni consultare sempre il coordinatore della gita e chiarire con lui ogni eventuale dubbio.