



**CLUB ALPINO ITALIANO**

*Sezione di Lissone*



# CALENDARIO ATTIVITÀ SEZIONALI 2025



Acquarello di Danilo Sanvito

Campanile di Val Montanaia



# REGOLAMENTO PER LE ESCURSIONI E LE ATTIVITA' IN AMBIENTE MONTANO



Le escursioni sono aperte a tutti i Soci CAI della sezione, di altre sezioni e sottosezioni. La partecipazione alle escursioni è consentita anche ai non soci CAI previa sottoscrizione obbligatoria delle polizze giornaliere temporanee CAI per infortuni e soccorso alpino.

**Ogni partecipante è consapevole che la frequentazione della montagna è un'attività con dei rischi soggettivi e oggettivi. I pericoli oggettivi sono legati alla natura stessa della montagna ed alle condizioni meteorologiche. I pericoli soggettivi, che rappresentano la causa principale degli incidenti in montagna dipendono esclusivamente dalla persona stessa e dalle sue azioni.**

## Chi aderisce alle escursioni in programma dichiara:

- di avere un'adeguata preparazione fisica per affrontare le difficoltà indicate nella scheda informativa
- di possedere propria attrezzatura ed equipaggiamento idoneo ed omologato
- di utilizzare calzature e abbigliamento adeguato

Tutte le attività sono coordinate da volontari iscritti al CAI. I referenti sovrintendono solo gli aspetti organizzativi dell'escursione e non hanno alcuna responsabilità per fatti derivanti dall'imperizia o dall'imprudenza del singolo partecipante o dei partecipanti.

E' facoltà dei referenti:

- cambiare la località di destinazione, l'orario di partenza, il percorso o annullare l'attività se le condizioni meteorologiche (previste od in corso) sono sfavorevoli, se le condizioni del tracciato sono cambiate o, anche, se le condizioni fisiche dei partecipanti non sono idonee;
- di escludere dall'escursione, coloro che sono sprovvisti dell'equipaggiamento e dell'attrezzatura richiesta, non abbigliati in modo adeguato, che non si attengono alle indicazioni fornite per il corretto svolgimento dell'attività.

Le escursioni sono aperte a tutti i Soci CAI della sezione, di altre sezioni e sottosezioni.

La partecipazione alle escursioni è consentita anche ai non soci CAI previa sottoscrizione obbligatoria delle polizze giornaliere temporanee CAI per infortuni e soccorso alpino.

**Ogni partecipante è consapevole che la frequentazione della montagna è un'attività con dei rischi soggettivi e oggettivi. I pericoli oggettivi sono legati alla natura stessa della montagna ed alle condizioni meteorologiche. I pericoli soggettivi, che rappresentano la causa principale degli incidenti in montagna dipendono esclusivamente dalla persona stessa e dalle sue azioni.**

### **Chi aderisce alle escursioni in programma dichiara:**

- di avere un'adeguata preparazione fisica per affrontare le difficoltà indicate nella scheda informativa
- di possedere propria attrezzatura ed equipaggiamento idoneo ed omologato
- di utilizzare calzature e abbigliamento adeguato

Tutte le attività sono coordinate da volontari iscritti al CAI. I referenti sovrintendono solo gli aspetti organizzativi dell'escursione e non hanno alcuna responsabilità per fatti derivanti dall'imperizia o dall'imprudenza del singolo partecipante o dei partecipanti.

### **SCALA DELLE DIFFICOLTÀ**

**T – TURISTICO** Itinerari su stradine, mulattiere o comodi sentieri, con percorsi ben evidenti e che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.

**E – ESCURSIONISTICO** Itinerari che si svolgono quasi sempre su sentieri oppure su tracce di passaggio di terreno vario (pascoli, detriti, pietraie), di solito con segnalazioni. Richiedono un certo senso di orientamento, come pure una certa esperienza e conoscenza del territorio montagnoso, allenamento alla camminata, oltre a calzature ed equipaggiamento adeguati.

**EE – PER ESCURSIONISTI ESPERTI** Itinerari generalmente segnalati ma che implicano una capacità di muoversi per sentieri o tracce su terreno impervio e infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, o misti di rocce ed erba, o di roccia e detriti, pietraie e brevi nevai non ripidi, tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche). Necessitano: esperienza di montagna e conoscenza dell'ambiente alpino, passo sicuro ed assenza di vertigini, equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguati.

### **EEA – PER ESCURSIONISTI ESPERTI CON ATTREZZATURE**

Percorsi attrezzati o vie ferrate per i quali è necessario l'uso dei dispositivi di autoassicurazione (imbragatura, dissipatore, moschettoni, cordini) e di equipaggiamento di protezione



# Ciaspolata In Val d'Ayas al Rifugio Arp 2446 m Domenica 19 Gennaio Con auto proprie

Dislivello: 570 m

Difficoltà: **Escursionistica in Ambiente Innevato (EAI)**

Sviluppo totale: 6 km

Tempo di percorrenza: 2,30 h

Programma subordinato a condizioni nivo metereologiche



Dotazione di sicurezza **OBBLIGATORIA**  
(ARTVA - pala e sonda), possibilità di noleggio



# Escursione serale al rifugio Riella Sabato 25 Gennaio

Con auto proprie

Dislivello: 300 m

Altitudine: 1275 m

Difficoltà: **Escursionistica**

Sviluppo totale: 5 km

Tempo di percorrenza: 1,30 h

**Cena al rifugio e osservazione astrale**





# Ciaspolata in Svizzera

## San Bernardino 2300 m

### Domenica 2 Febbraio

Con pullman

Dislivello: 770 m

Difficoltà: **Escursionistica in Ambiente Innevato (EAI)**

Sviluppo totale: 10,5 km

Tempo di percorrenza: 4 h a/r

Programma subordinato a condizioni nivo metereologiche



Dotazione di sicurezza **OBBLIGATORIA**  
(ARTVA - pala e sonda), possibilità di noleggio



**Serata in sede**  
**Martedì 4 Febbraio, Ore 21,00**



# **IL TEMPO IN MONTAGNA**



**Come interpretare le previsioni  
meteo e limiti dei bollettini  
meteorologici**



## **RELATORI:**

**Roberto Gallani – Enrico Spada**  
**Accompagnatori di Escursionismo**



# Ciaspolata al Rifugio Maria Luisa Domenica 23 Febbraio con pullman

Dislivello: 600 m

Difficoltà: **Escursionistica in Ambiente Innevato (EAI)**

Sviluppo totale: 10 km

Tempo di percorrenza: 4,00 h a/r

Programma subordinato a condizioni nivo metereologiche



Dotazione di sicurezza **OBBLIGATORIA**  
(ARTVA - pala e sonda), possibilità di noleggio



# Serata nodi per la sicurezza nella palestra Buonarroti Venerdì 7 Marzo

via dei platani 20, Lissone dalle 20,30 alle 23,30  
Massimo 20 persone  
Prenotazioni fino ad esaurimento posti



S  
E  
R  
A  
T  
A



**NODI PER LA SICUREZZA**





# Ciaspolata al Rifugio del Gran S. Bernardo 2473 m

## 15-16 Marzo

Con auto proprie

Dislivello: 550 m

Difficoltà: **Escursionistica in Ambiente Innevato (EAI)**

Sviluppo totale: 7 km

Tempo di percorrenza: 2,30 h

Programma subordinato a condizioni nivo metereologiche

Posti limitati a max 16 partecipanti



Dotazione di sicurezza **OBBLIGATORIA**  
(ARTVA - pala e sonda), possibilità di noleggio



# Escursione da Riva Trigoso a Moneglia

## Domenica 6 Aprile

Con pullman e trasferimento di rientro in  
treno da Moneglia e Riva Trigoso

Dislivello: 400 m

Difficoltà: **Escursionistica**

Sviluppo totale: 10 km

Tempo di percorrenza: 3,5 h





# Sicurezza e progressione sulle vie ferrate

Riservata ai soci CAI Lissone  
Limitata a 10 partecipanti

**Martedì 8 aprile** presentazione e  
verifica materiali

**Sabato 12 aprile** ferrata al Lago d'Idro

**Domenica 13 aprile** ferrata del Centenario





# Escursione ai Laghi del Gorzente

## Domenica 4 Maggio

### Con pullman

Dislivello: 520 m

Difficoltà: **Escursionistica**

Sviluppo totale: 14,5 km (ad anello)

Tempo di percorrenza: 4,30 h





# Escursione alla Sacra di S. Michele

## Domenica 18 Maggio

### Con pullman

Dislivello: 600 m

Difficoltà: **Escursionistica**

Sviluppo totale: 7,6 km (sentiero 562 da Vaie)

Tempo di percorrenza: 2 h

Possibilità di salire per la ferrata Carlo Giorda e visita guidata al Santuario (con prenotazione)





# Settimana trekking al mare

## Isola di Rodi

### 24 - 31 Maggio

#### **Alla scoperta dei percorsi offerti da questa favolosa isola**

L'isola maggiore dell'arcipelago del Dodecaneso, è una perla dell'Egeo meridionale che offre ai visitatori incredibili scorci paesaggistici e la possibilità di godere di grandi meraviglie architettoniche e naturali. Per noi amanti del trekking Rodi offre la possibilità di scoprire paesaggi insoliti ed eterogenei e di ammirare l'immensità dell'arte e della cultura ellenica.





# Rif. Pastore – Rif. Crespi Calderini Alagna Valsesia

## 25 Maggio

Con pullman

Dislivello: 320 mt. al Rif. Pastore

Difficoltà: **ESCURSIONISTICA E**

Sviluppo totale: 7 km

Tempo di percorrenza: 2 h

Dislivello: 787 mt. al Rif. Crespi Calderini

Difficoltà: **ESCURSIONISTICA E**

Sviluppo totale: 10,6 km

Tempo di percorrenza: 4 h





# Escursione al Monte Zerbion 2730 m - Val d'Ayas Domenica 8 Giugno

Con pullman

Dislivello: 800 mt

Difficoltà: **Escursionistica**

Sviluppo totale: 8 km

Tempo di percorrenza: 5 h a/r





# Festa del CAI Lissone con gli Alpini presso la palestra di Via Buonarroti

Sabato 14 giugno  
dalle 15,00 alle 23,00

Consegna degli attestati a chi ha frequentato i corsi nell'anno 2024-2025 e accesso libero alla parete interna riservato ai tesserati e soci.

Prove gratuite per i ragazzi (6-14 anni) sulla parete che verrà collocata all'esterno.

h. 19,30 Cena aperta a tutti organizzata dall'Associazione Alpini di Lissone





# Escursione alle Cascate del Rutor – La Thuile Domenica 22 Giugno

Con pullman

Dislivello: 450 m

Difficoltà: **Escursionistica**

Sviluppo totale: 6 km

Tempo di percorrenza: 1,30 h

**Possibilità di proseguire fino al Rifugio Deffeyes**

Dislivello: ulteriori 500 m

Difficoltà: **Escursionistica**

Sviluppo totale: 8 km

Tempo di percorrenza: 3,30 h





# Escursione in Val d'Ayas alla Testa Grigia m 3.315 Domenica 29 Giugno

Con auto proprie

Dislivello: 1.400 mt

Difficoltà: **Escursionisti Esperti**

Sviluppo totale: 14 km

Tempo di percorrenza: 7 h

**L'elevato dislivello rende necessaria una buona  
preparazione psico fisica**





# Capanna Margherita Monte Rosa 4.559 m 5 e 6 Luglio

**Il rifugio più alto d'Europa**

**Difficoltà: EEA – AG – F+**

**Pernottamento al Rifugio Gnifetti**

**Con guida alpina. Max 4 partecipanti per singola guida.**

**Prenotazione obbligatoria e versamento caparra entro il 31 gennaio**





# Escursione al Rifugio Mambretti

## Domenica 13 Luglio

Con auto proprie

Dislivello : 750 m

Difficoltà : **Escursionistica**

Sviluppo totale : 5,5 km

Tempo di percorrenza : 2,30 h

**Il rifugio non è custodito.**





# Trekking al rifugio Principe e al rifugio Antermoia

## 26, 27 e 28 Luglio

- I° Giorno      Dislivello: 650 m (in funivia fino a Ciampedie)  
                    Difficoltà: **Escursionistica**  
                    Tempo di percorrenza : 3 h
- II° Giorno      Dislivello: + 230 m, - 300 m  
                    Difficoltà : **Escursionistica**  
                    **EEA** per salita alternativa in ferrata  
                    Tempo di percorrenza : 3 h
- III° Giorno     Dislivello: -1.000 m  
                    Difficoltà : **Escursionistica**  
                    Tempo di percorrenza : 2,5 h

**Max 16 partecipanti – saldo costo dei rifugi all'iscrizione**





# Trekking al Castore m 4.226

## Cervinia

### 2 e 3 Agosto

Dislivello: 650 m

Difficoltà: **EEA - AG - PD**

Tempo di percorrenza: 6 h

**Pernottamento al Rifugio Quintino Sella**

**Con guida alpina. Max 4 partecipanti per singola guida.**  
Possibilità di fermarsi al rifugio (prenotazione obbligatoria)





# Festa del Rifugio Città di Lissone 6 e 7 settembre

Dislivello: 800 m

Difficoltà: **E**

Sviluppo totale: 5 km

Tempo di percorrenza: 1,30 h

**In occasione della gara podistica Val Adamè**

Possibilità di pernottamento. Prenotazione obbligatoria





# Trekking Alta Via del Granito

## Gruppo del Lagorai

### 12 – 13 e 14 Settembre

Difficoltà: **Escursionistica**

- I° Giorno      Dislivello: 1.050 m  
                    Tempo di percorrenza: 3 – 3,30 h  
                    Pernottamento al Rifugio Ottone Brentari
- II° Giorno     Dislivello: + 650 m, - 1.320 m  
                    Tempo di percorrenza: 6 h  
                    Pernottamento al Rifugio Caldenave
- III° Giorno    Dislivello: +720 m, -1.060 m  
                    Tempo di percorrenza: 4 h

**Prenotazione rifugi: obbligatoria**





# Sport&Sport

## Organizzata dal Comune di Lissone

### 21 Settembre

Saremo presenti con un gazebo e con la parete di arrampicata – accesso gratuito



## Città di Lissone





# Escursione ai rifugi Cassinelli e Olmo in Presolana

## Domenica 21 Settembre

### Con pullman

Dislivello: + 640 mt andata / + 80mt mt – 640 mt ritorno

Difficoltà: **E**

Sviluppo totale: 13,4 km totale

Tempo di percorrenza: 3h andata – 2,30 h ritorno

Possibilità di fermarsi al Rif. Cassinelli (1h di cammino solo andata) senza proseguire per rif. Olmo e godersi la maestosità della Presolana e un buon piatto dalla cucina del rifugio.





# Serata in sede Martedì 23 Settembre

## Le vie alte: esperienze e impressioni dalle cime del Monte Rosa e del Castore

Racconti e proiezioni da parte dei nostri soci





# Escursione in Grignetta

## Sabato 4 Ottobre

Con auto proprie

Dislivello: 900 m

Difficoltà: **EE**

Sviluppo totale: 6 km

Tempo di percorrenza: 3 h





# Centovalli – Il treno da Domodossola a Locarno Domenica 26 Ottobre

Con pullman

Il treno del foliage

Partenza da Domodossola alle ore –

Tempo di percorrenza: 4 h a/r

Possibilità di una sola fermata intermedia





# Escursione a Predarossa In Val Masino

## Domenica 9 novembre

Auto proprie

Dislivello: 600 m

Difficoltà: **E**

Sviluppo totale: - km

Tempo di percorrenza: 2 h





**Pranzo sociale  
23 novembre**

**Auguri di Natale  
Serata in sede  
12 Dicembre ore 21,00**



## PARETE D'ARRAMPICATA

presso la palestra della  
**Scuola Buonarroti**  
**via dei Platani, 20 Lissone**

### **CORSI DI ARRAMPICATA INDOOR**

durante tutto l'anno

- per ragazzi delle scuole elementari e medie  
con istruttore FASI (**sabato dalle 15.00 alle 18.00**)
- per ragazzi scuole superiori e adulti  
con Guida Alpina (**martedì dalle 20.30 alle 22.30**)

Altri corsi in falesia e alpinistici di vari livelli saranno programmati in base alla disponibilità della Guida Alpina e pubblicati sul sito oltre alla pagina Facebook

Parete di arrampicata presso la palestra è fruibile ai soli soci CAI per l'arrampicata in autonomia il **venerdì dalle ore 20,30 alle 22,30**



# CLUB ALPINO ITALIANO

## Sezione di Lissone

Via Statuto, 12 20851 Lissone (MB)

tel 039 461770

[mail@cai-lissone.it](mailto:mail@cai-lissone.it)

<http://www.cai-lissone.it>

### **Serate apertura sede**

martedì e venerdì dalle ore 21.00 alle 23.00

Il programma potrà subire modifiche o cancellazioni che verranno comunicate via mail e pubblicate sul nostro sito.





[www.ferimex.it](http://www.ferimex.it)

**O.A. LISSONE S.R.L.**



[www.orcatrend.com](http://www.orcatrend.com)



[www.camerettaideale.it](http://www.camerettaideale.it)  
[www.barbieri1963.it](http://www.barbieri1963.it)



Via F. Gioia, 33 - 20851 Lissone (MB)  
[www.natalearosio.it](http://www.natalearosio.it)



Piazza Giovanni XXIII 22, 20851 Lissone (MB)  
Tel: 039 2457562  
[www.ristorantebarduomo.it](http://www.ristorantebarduomo.it)



Studio Ripamonti Associati  
Dottori Commercialisti e Revisori Contabili  
Dr.ssa Simona Ripamonti e Dott.ssa Marcella Ripamonti  
Via F. Baracca 7, 20851 Lissone (MB)  
Tel: 039 2450509 - Fax: 039 2456580  
[info@ripamontiasociati.it](mailto:info@ripamontiasociati.it)



*Winding with Passion since 1973*®

Via Pietro Nenni, 50  
20093 Cologno Monzese (MI)  
Tel: 02 2542107 - Fax: 02 26705012  
[www.mlm-windings.com](http://www.mlm-windings.com)



Setoa Italia S.p.A.  
Via del Concilio 5, 20851 Lissone (MB)  
Tel: 039 9686500 - Fax: 039 9686555  
[www.setoa.it](http://www.setoa.it)