



# Programma **gite** e incontri 2019



Club Alpino Italiano - Sezione di Susa

[www.caisusa.it](http://www.caisusa.it) [susa@cai.it](mailto:susa@cai.it) [www.facebook.com/cai.susa](https://www.facebook.com/cai.susa)

*L*

La finalità del CAI è quella di far conoscere e divulgare la bellezza della montagna in tutti i suoi aspetti.



La sezione di Susa è una delle prime d'Italia, essendo stata fondata nel 1872, anche se per un certo periodo di tempo ha cessato la sua attività. Ricostituita nel 1977, grazie alla volontà dell'avv. Sergio Marchini e all'impegno di alcuni soci, si è poi sviluppata nel tempo e conta attualmente oltre 400 iscritti.

Il CAI Susa organizza escursioni di varie difficoltà ed è aperto a tutti indipendentemente dall'età e dal livello di preparazione fisica. È luogo di aggregazione e socializzazione per coloro che amano la natura.

# L'attività della sezione **comprende**

**I N V E R N O**

sci alpinismo • sci di fondo • sci di fondo escursionismo • ciaspole

**Avvertenza!** Per partecipare alle gite invernali (sci di fondo escursionismo, sci alpinismo, ciaspole) occorre essere muniti e possedere una minima conoscenza nell'utilizzo di ARTVA, pala e sonda (è possibile affittare in sede il materiale).

**E S T A T E**

escursioni a piedi • salite alpinistiche • gite in mountain bike

**Avvertenza!** Per partecipare alle gite in mountain bike è obbligatorio indossare il casco.

**Durante l'anno vengono organizzate serate di proiezioni e incontri a tema.**

**Per il "Regolamento gite" e altre notizie sulla sezione vedere all'interno del nostro sito internet [www.caisusa.it](http://www.caisusa.it).**

# Legenda

## Sci di fondo



## Ciaspole



**MR** Medi Racchettatori  
**BR** Bravi Racchettatori  
**OR** Ottimi Racchettatori

## Sci alpinismo



**MS** Medio sciatore  
**BS** Buon sciatore  
**OS** Ottimo sciatore

## Sci di fondo escursionismo



## Sci alpino



## Centro fondo



## Escursionismo



**T** Turistico  
**E** Escursionistico  
**EE** Escursionisti Esperti  
**EEA** Escursionisti Esperti  
con Attrezzatura  
 Il suffisso A richiede  
esperienza Alpinistica

## Mountain Bike



**TC** Turistico  
**MC** Media Capacità tecnica  
**BC** Buone Capacità tecniche  
**OC** Ottime Capacità tecniche



## Alpinismo



**UIAA** *Francese*

**I** *F Facile*

**II** *PD Poco difficile*

**III** *AD Abbastanza difficile*

**IV** *D Difficile*

**V** *TD Tremendamente difficile*

**VI** *ED Estremamente difficile*

## Via ferrata



**F** Facile

**PD** Poco Difficile

**D** Difficile

**MD** Molto difficile

## Rifugio



**Durata  
della gita**



**Dislivello  
da compiere**



**Gita  
ad anello**



**Viaggio in bus**



**Gite invernali**

**Escursioni**

**Alpinismo**

**Bici**



**DOMENICA 16 DICEMBRE 2018**

***Avvio allo sci di fondo***

Vedi appendice.

**Per informazioni: 338 6525426**



**DOMENICA 13 GENNAIO 2019**

***Avvio allo sci di fondo***

Vedi appendice.

**Per informazioni: 338 6525426**





MR



MS



Salita



**SABATO 19 GENNAIO 2019**

## Escursione notturna al colle dell'Izoard con cena e luna piena

Quest'anno oltrepasseremo il confine per andare in Francia (Hautes Alpes). Partendo dalla frazione di Le Laus (quota 1760) seguiremo la strada che porta al colle dell'Izoard. Dopo la discesa (sulla stessa strada dell'andata) ci rifocilleremo presso l'Auberge L'Arpelin al punto di partenza. Posti limitati (bus da 29 posti).

Gita in  
notturna

Portare  
la pila  
frontale!

**Coordinatrice:**  
*Silvia Sibille*

Tel. 338/2831959

**SABATO 26 GENNAIO 2019**



## Avvio allo sci di fondo

Vedi appendice.

**Per informazioni: 338 6525426**



MR



MS



Salita

**Coordinatori:**  
*Silvia Sibille*

Tel. 338/2831959

*Roberto Corti*

Tel. 338/7867202

**DOMENICA 27 GENNAIO 2019**

## Testa della garitta nuova *Val Varaita (2385 m)*

Testa della Garitta Nuova è una delle gite preferite dagli sci alpinisti e dai ciaspolatori durante la stagione invernale. Questa cima visibile da tutta la pianura circostante, fino a Torino, si conquista su un tracciato inizialmente pianeggiante e semplice, salendo poi la cresta che separa la Val Varaita dalla Valle Po.

**DOMENICA 3 FEBBRAIO 2019**

## *Avvio allo sci di fondo*

Vedi appendice.

**Per informazioni: 338 6525426**





MR



**Coordinatore:**  
*Antonio Pezzella*

*Tel. CAI*  
**338/6525426**

**DOMENICA 10 FEBBRAIO 2019**

## **Cogne**

Regina valdostana dello sci di fondo con piste che si snodano sotto le cime della Grivola e del Gran Paradiso attraversando i villaggi di Epinel, Lillaz, Valnontey all'interno del Parco Nazionale del Gran Paradiso.

Diversi sono gli itinerari a disposizione anche per gli appassionati delle racchette da neve.

**\*Vedi avvertenza per partecipare alle gite invernali (pag.1)**



**DOMENICA 17 FEBBRAIO 2019**

## **Avvio allo sci di fondo**

Vedi appendice.

**Per informazioni: 338 6525426**



MR



**Coordinatore:**  
**Antonio Pezzella**

Tel. CAI  
338/6525426

**DOMENICA 24 FEBBRAIO 2019**

## Plateau Beauregard

Nei pressi del Lago di Annecy si trova questo panoramico e ondulato pianoro tra i 1500 e i 1750 metri di quota a cui si accede con un collegamento di circa un chilometro che parte dalla Croix Fry. Si è sempre fuori dagli alberi e lo sguardo spazia lontano, anche sul Monte Bianco.

Bello e panoramico anche il circuito per racchette denominato "Tour des Fretes".

**\*Vedi avvertenza per partecipare alle gite invernali (pag.1)**



**Coordinatore:**  
**Daniele Bruno**

Tel. 347/0906233

**DOMENICA 10 MARZO 2019**

## Scialpinismo

La meta sarà decisa nei giorni precedenti in base all'innnevamento e condizioni meteo.

**\*Vedi avvertenza per partecipare alle gite invernali (pag.1)**

**VENERDÌ 15 MARZO 2019**

**Assemblea dei soci alle ore 20.30**

**DOMENICA 17 MARZO 2019**



**Informazioni:**  
**CAI SUSA**

**Tel. 338/6525426**

***Escursionismo light***

Vedi appendice.





Salita

Totale

**Coordinatrice:**  
*Aurora Adini*

Tel. 338/46022151

**DOMENICA 24 MARZO 2019**

## Rifugio Bagnour

Agevole e bella escursione che attraversa il Bosco di Alevè, la più ampia riserva di Pino Cembro d'Italia e, tra laghetti e grange in pietra, raggiunge il Rifugio; ma chi ha ancora energie da spendere può proseguire il percorso nel vallone del Duc. A Casteldelfino, una breve ma ben tenuta pista da fondo.



**\*Vedi avvertenza per partecipare alle gite invernali (pag.1)**



E



Totale



**DOMENICA 14 APRILE 2019**

## **Traversata Noli-Varigotti** ***Il sentiero del pellegrino***

Sull'antico percorso che metteva in comunicazione la Repubblica Marinara indipendente di Noli con il Marchesato del Finale, superando le asperità rocciose di Capo Noli. Numerosi resti a testimonianza dello storico passato religioso e militare; tra eccezionali "balconi" panoramici.

**Coordinatori:**  
*Giuseppe Giacomi*  
*Marilena Chiolero*  
Tel. 349/2656999  
Tel. 320/1509094



**SABATO 4 MAGGIO 2019**

## **Escursionismo light**

Vedi appendice.

**Informazioni:**  
**CAI SUSA**  
Tel. 338/6525426



TC

distanza  
**18 km****DOMENICA 5 MAGGIO 2019**

## Pedalata sulle rive del Po

Si parte da Villastellone, il percorso si sviluppa lungo le rive del Po, attraverso campi seminati a mais e grano fino quasi a raggiungere Carignano per poi tornare al punto di partenza.

**Gita in  
bici****Portare  
il casco!**

**E****Viaggio  
in aereo****DA SABATO 11 A SABATO 18 MAGGIO 2019**

## Isola di Madeira

Madeira è la principale isola dell'omonimo piccolo arcipelago che si trova nell'Oceano Atlantico a circa 60 km dalle coste africane ma appartenente politicamente al Portogallo.

È un'isola accidentata, montuosa, con alte scogliere ma è anche un "giardino galleggiante" con la più vasta foresta di lauro al mondo, i circa 700 tipi di piante tutelate dall'UNESCO e l'ampia varietà di coloratissimi fiori.

Una settimana escursionistica tra spettacolari paesaggi con rocce e mare, per camminare lungo le "levadas" (canali artificiali costruiti per il trasporto dell'acqua piovana), raggiungere i "Picos" e visitare i luoghi più belli dell'isola.

**Coordinatore:**  
**Antonio Pezzella**

Tel. CAI  
338/6525426

**MC**

distanza  
**40 km**

**200 D+**

**Coordinatore:**  
**Luca Malengo**  
Tel. 347/4121182

**DOMENICA 26 MAGGIO 2019**

## Giro della Certosa di Banda

Il percorso è adatto a tutti, compresi gli ebikers in quanto non sono previsti tratti dove portare la bici a spalla.

**Gita in  
bici**

**Portare  
il casco!**



T



Totale

**DOMENICA 2 GIUGNO 2019**

## Isola di Palmaria

Piccola isola che si trova all'estremità occidentale del Golfo della Spezia; insieme alle vicine Tino e Tinetto è stata inserita dal 1977 tra i patrimoni dell'Umanità UNESCO. Un bel sentiero immerso nella macchia mediterranea permette di percorrere l'intero periplo dell'isola salendo fino al gigantesco Forte Cavour situato sulla sommità.



**Coordinatore:**  
**Ennio Mettica**

Tel. 349/1776682

**DOMENICA 9 GIUGNO 2019**

**Informazioni:**  
**CAI SUSA**

Tel. 338/6525426

## Intersezionale

Seguirà programma dettagliato.





E

**Coordinatore:**  
*Oswaldo  
Chiabauda*

*Tel. 329/7507318*

**SABATO 15 E DOMENICA 16 GIUGNO 2019**

## **Fine settimana nel Cuneese**

Seguirà programma.



distanza  
**30 km**

MC



**DOMENICA 23 GIUGNO 2019**

## **Rifugio Salvin**

Dopo aver lasciato la strada asfaltata faremo scorrere le nostre ruote in un fitto e fresco bosco per raggiungere il rifugio Salvin dove sosteremo per il pranzo. Per concludere il nostro anello proseguiremo poi la nostra pedalata in facile discesa fino al punto di partenza.

**Gita in  
bici**

**Portare  
il casco!**

**Coordinatore:**  
*Daniele Bruno*

*Tel. 347/0906233*



E



Totale



DOMENICA 30 GIUGNO 2019

## Laghi e colli di Sant'Anna di Vinadio Valle Stura (CN)

Questo giro ad anello parte dal Santuario di Sant'Anna di Vinadio, il più alto d'Europa (2035m), e va a toccare in ordine i colli di Sant'Anna (2308m), Lausfer (2430m), Saboulè (2460m) fino al passo Tesina (2400m), con una vista eccezionale su una dozzina di laghetti.

**Coordinatori:**  
*Giuseppe Giacomì*  
*Marilena Chiolero*  
Tel. 349/2656999  
Tel. 320/1509094



MC



DA MERCOLEDÌ 3 A DOMENICA 7 LUGLIO 2019

## Cicloturismo

Annuale e consolidata gita per gli amanti delle due ruote. La meta e la descrizione della gita verrà divulgata con apposita locandina via email e sul sito della sezione. I posti sono limitati: massimo 25 partecipanti.

**Coordinatori:**  
*Silvia Sibille*  
*Roberto Corti*  
Tel. 338/2831959  
Tel. 338/7867202

Gita in  
biciPortare  
il casco!



**SABATO 13 LUGLIO 2019**

## **Escursionismo light**

Vedi appendice.

**Informazioni:**  
**CAI SUSA**

Tel. 338/6525426



**AD**



**Totale**



**Salita**

**DOMENICA 14 LUGLIO 2019**

## **Punta Maria (3300 m)**

Dopo Bessans si risale la Valle dell'Averole fin dove la strada è transitabile; a piedi si raggiunge il rifugio e da qui verso SE per ripidi pendii fino a raggiungere il ghiacciaio che si percorre fino alla vetta.

Attrezzatura da ghiacciaio indispensabile.

**Coordinatore:**  
**Claudio Rolando**  
tel. 339/7721891





EE

**Coordinatore:**  
*Emilio Reynaud*  
Tel. 347/9168912

**SABATO 20 LUGLIO 2019**

## **Rocciamelone** ***Festa dei quattro comuni***

Seguirà programma.



**Informazioni:**  
**CAI SUSA**  
Tel. 338/6525426

**DOMENICA 21 LUGLIO 2019**

## **Sentiero Italia**

Seguirà programma.



**EE****Totale****Coordinatore:**  
**Carmine Ponzi**

Tel. 347/0444755

**DOMENICA 25 AGOSTO 2019****Rocciavrè (2778 m)-Robinet (2679 m)**

Il Rocciavrè è una montagna non molto frequentata data la lunghezza del percorso. In genere viene salito dalla Val Chisone, ma il nostro itinerario segue invece l'inusuale tracciato che parte dalla nostra Val di Susa: Alpe Fumavecchia, Pian dell'Orso, Colle del Vento, Colle delle Vallette, la desolata e affascinante pietraia chiamata Cassafrea e quindi il Colletto Robinet da dove si prosegue prima verso il Rocciavrè per poi al ritorno raggiungere anche il Robinet.

**Coordinatori:**  
**Eligio Alasonatti**

Tel. 0122/622050

**Emilio Reynaud**

Tel. 347/7867202

**DA SABATO 7 A SABATO 14 SETTEMBRE 2019****Auronzo di Cadore**

Seguirà programma.





EE

Viaggio  
in aereo**DA SABATO 21 A VENERDÌ 27 SETTEMBRE 2019**

## **Monte Olympos (2900 m)** **Grecia**

Monte Olimpo, la sacra montagna dei Greci dove Zeus regnava, banchettava e da dove scagliava le sue saette; ha quindi il fascino della mitologia e per questo è molto frequentato da tanti Europei.

In realtà non è un monte, ma un grosso massiccio con alcune decine di punte di cui la più alta, il Mitikas, non è una semplice escursione ma adatta solo a escursionisti esperti (mentre la vicina punta Stephani, la vera sede dei mitici Dei è invece nettamente alpinistica).

Situato nella parte settentrionale non lontano dal mare Egeo, è la montagna più alta della Grecia. Il viaggio prevede un anello di tre giorni sull'Olimpo e la visita alle vicine e spettacolari Meteore.

**Coordinatori:**  
**Antonio Pezzella**

Tel. CAI  
338/6525426

**Claudio Rolando**  
Tel. 339/7721891

**(Le date effettive potrebbero variare di qualche giorno; seguirà programma dettagliato)**



E

**Informazioni:**  
**CAI SUSA**

Tel. 338/6525426

**DOMENICA 29 SETTEMBRE 2019**

## ***Festa sezionale con salita al bivacco Vacca e successiva grigliata in sede***



**Coordinatore:**  
**Girolamo Palumbo**  
Tel. 328/0519167

**SABATO 5 OTTOBRE 2019**

## **Pedalata autunnale**

Seguirà programma.

**Gita in  
bici**

**Portare  
il casco!**

21

Programma gite e incontri 2019



**Informazioni:**  
**CAI SUSA**

Tel. 338/6525426

**DOMENICA 6 OTTOBRE 2019**

## **Cammini Storici**

Seguirà programma.



**E**

**Coordinatori:**  
**Donatella  
Faccone**

**Johannes Spree**  
Tel. 0122/831517

**DOMENICA 13 OTTOBRE 2019**

## **Monte Giassez**

Seguirà programma.







MC



E



BICI



PIEDI

distanza  
**30 km**



**Coordinatore:**  
*Daniele Bruno*

Tel. 347/0906233

**DOMENICA 20 OTTOBRE 2019**

## **Pedalata, escursione da Susa a Ferrera Cenisio**

Partenza da Susa (mtb) o da Novalesa (escursionisti); orari e partenze in accordo con coordinatore.  
Merenda presso agriturismo e ritorno.

**Gita in  
bici**

**Portare  
il casco!**



**Informazioni:**  
**CAI SUSA**

Tel. 338/6525426

**SABATO 16 NOVEMBRE 2019**

## **Cena Sociale**

23

Programma gite e incontri 2019

# Giornate di avvio al fondo per principianti



## Programma

GITE PER TUTTI, ma i principianti saranno sempre accompagnati da persone in grado di guidarli lungo le piste e di dar loro utili consigli.

Le uscite saranno effettuate su piste da scegliere in base all'inevamento:

**Bardonecchia** Pian del Colle (1450 m)

**Cervières:** Le Laus (1750 m); Les Fonts (2000 m); Izoard (2300)

**Monginevro** (1850 m)

**Pragelato:** Pista Turistica (1600 m); Alpe May(2000 m)

**Puy Saint Vincent** (1800 m)

**Serre Chevalier:** Monétier Les Bains (1400 m); Le Casset (1500 m)

**Sestriere:** Monterotta (2000 m)

**Vallée de la Clarée:** Les Alberts (1400 m); Nevache (1600 m); Laval (2000 m)

**Villar d'Arène** (1700 m)

**Vallouise** (1100 m)





# Escursionismo light

## Programma

Per tutti quelli che hanno voglia di camminare ma ... non troppo

17-03-2019 "Creet de Coou" (Mattie) accompagnatori: Fiorella e Marinella

04-05-2019 Via Francigena: da Novalesa a Susa accompagnatori: Carmine e Ennio

13-07-2019 Sentiero dei 2000-Moncenisio accompagnatori: Iole e Giuseppe

Sono escursioni con tempi di percorrenza e dislivelli contenuti per dare la possibilità di camminare anche a quelli che, per motivi vari, non possono o non vogliono impegnarsi in una normale escursione.





Edizione a cura del CAI  
sezione di Susa

**Redazione testi:**

Girolamo Palumbo

**Progetto grafico  
e impaginazione:**

Marco Nicola

**Fotografie:**

Archivio CAI Susa

## TESSERAMENTO 2019

Socio ordinario Euro 43,00

Socio Familiare Euro 22,00

Socio Giovane  
(Minore di 18 anni) Euro 16,00

Socio Juniores  
(Da 18 a 25 anni) Euro 22,00



**CAI**

Sezione di Susa (TO)

Corso Stati Uniti, 7

10059 SUSA (TO)

Cell. 338/6525426

*Orari: Venerdì dalle 21.00 alle 22.30*

*Sito internet:* **[www.caisusa.it](http://www.caisusa.it)**

*Email:* **[susa@cai.it](mailto:susa@cai.it)**



**[www.facebook.com/cai.susa](https://www.facebook.com/cai.susa)**