

EcoWeekend montagna

PALAMONTI OPEN DAY

Arrampicata giovanissimi

Occasione per scoprire cosa è l'arrampicata sportiva ma anche - e questo è l'intento ultimo degli organizzatori - introdurre i più giovani al mondo della montagna in modo divertente, attraverso un linguaggio corporeo che a loro sembra piacere

parecchio. Sarà perché la dimensione verticale sa di sfida, e sarà pure perché questo tipo di movimento risulta quasi innato quando gli schemi motori razionali sono ancora tutti da apprendere, quando ancora non si conosce la paura del vuoto. Sta di fatto che siccome ai bambini e agli adolescenti arrampicare



piace parecchio, il Cai ha messo anche quest'anno in calendario un pomeriggio di freeclimbing: apertura straordinaria, sabato 17 marzo, con ingresso gratuito e riservato ad utenti fra gli 8 e 17 anni. Porte aperte dunque dalle 15 in alle 18 per provare l'ebbrezza di un tiro su artificiale. Se poi, proprio con sabato, si

scoprisse una passione e si volesse proseguire nella disciplina, sul sito Cai si possono trovare tutte le info del caso, con orari di apertura della palestra cittadina di via Pizzo Presolana, modalità di accesso (ingresso e noleggio materiale gratuito per gli under 14) ed eventuali corsi specifici in calendario. Pa. Va.

CAMMINARE CON IL CAI

40 nuovi accompagnatori

PAOLA VALOTA

Una quarantina di nuovi accompagnatori per mettere le ali ai tanti progetti per i più giovani firmati Cai Bergamo. In 42 - 39 iscritti effettivi e 3 uditori - hanno concluso il percorso formativo domenica scorsa, portandosi a casa un titolo che ora andrà speso nel gruppo: perché ci sono gite da pianificare, uscite da condurre e serate da ideare. Perché dici alpinismo giovanile e pensi al programma estivo, di stampo squisitamente escursionistico.

Siccome per coinvolgere bambini e ragazzi, soprattutto nella fascia critica dell'adolescenza, ci vuole determinazione, forza, pazienza e tanto altro ancora, la Scuola Alpi Orobie ha deciso di stendere un programma di formazione all'altezza delle richieste e in linea coi tempi. In calendario 8 lezioni teoriche e 6 uscite in ambiente, tutte condotte sotto la supervisione di un tutor della Commissione Regionale.

In aula, con incontri quindicinali ospitati dal Palamonti, si è lasciato spazio alla psicopedagogia dell'età evolutiva, alle dinamiche di gruppo, piuttosto che alla meteorologia, alla sicurezza intesa come prevenzione del soccorso, alla comunicazione alle abilità relazionali. Fuori invece, fra la Presolana e la Valgandino, si è trattato di ripassare nodi, tecniche di progressione su roccia ma anche abilità nella conduzione del gruppo, nella lettura delle carte e nell'orientamento.

I nuovi accompagnatori (ASAG) che hanno portato a termine il corso alla sua terza edizione (primo e secondo rispettivamente nel 2011 e nel 2013) sono d'età compresa fra i 16 e i 60 anni, appartengono a 13 realtà provinciali fra sezioni e sottosezioni bergamasche, hanno storie diverse alle spalle ma una comune motivazione: condividere la gioia del camminare, del salire e persino del far fatica, sempre all'insegna del divertimento e della sicurezza. Un binomio imprescindibile, valido in tutti gli ambienti ma ancor più in quello della montagna.

Ese sul fronte accompagnatori il più è fatto, ora c'è da mettere alla prova quanto appreso. È pronto a decollare il 18.imo corso di alpinismo giovanile, rivolto ad aquilotti fra gli 8 e i 17 anni. Le iscrizioni si apriranno a metà mese e giusto per far capire lo spirito che da sempre vi si respira, nei prossimi fine settimana sono in programma due appuntamenti promozionali un po' speciali.

Porte aperte con ingresso libero



Un incontro degli accompagnatori con i piccoli del Cai di Bergamo. Foto sotto: una prova un po' impegnativa nella preparazione degli accompagnatori Cai

alla palestra di via Pizzo della Presolana sabato 17 con un pomeriggio dedicato all'arrampicata sportiva. L'open day vero e proprio si terrà invece domenica 25, quando dalle 15 alle 18,30 il Palamonti diverrà di mille colori: c'è da presentare il nuovo calendario delle uscite, condividere le immagini della scorsa stagione, giocare e divertirsi. In una sorta di banco di prova per i ragazzi e per i corsisti neo-diplomati, che permetterà di comprendere lo stile Cai in materia di alpinismo giovanile. Ossia: niente eccessi ma tanta attività, sempre in semplicità e con allegria.

Conoscenza, rispetto, avventura, condivisione e crescita sono i termini che qui si sentono riecheggiare, con l'obiettivo di avvicinare alla montagna in sicurezza (1:3 il rapporto accompagnatore-allievo che si vorrebbe raggiungere, a fronte dei passati 1:6). Un'interazione mai cattedratica o frontale, il più possibile dinamica, dallo stile rigorosamente ludico, che tanto piace non solo agli Aquilotti. Come il corso Asag insegna.



NOTIZIE CAI

Sezione Locatelli

SCIALPINO. Domani giornata sulle piste de La Thuile. Partenza in pullman dalla sede alle ore 5,30. Anche non soci. **SENIORES.** Domani escursione Cassone - Malcesine. Trasferimenti in pullman con partenza alle ore 5,45. Mercoledì Valcanale - Alpe Corte - Lago Branchino. **SCINORDICO.** Domenica gita sci fondo e fondo escursionistico al centro Alpe di Folgaria Coe. Partenza ore 6,30. **SERATA CULTURALE.** Martedì ore 21 Marco Grippa presenta il libro «Pamir Express», un viaggio in Asia Centrale tra Tajikistan e Kirghizistan. **FLORA.** Giovedì sera, a cura del circolo Fotografia di

montagna, incontro con Giovanni Cavadini.

CORSI. Aperte le iscrizioni al corso di escursionismo, moduli base ed avanzato dal 3 aprile al 3 giugno. In aprile 26.imo stage fotografia di montagna: corso base.

SCUOLA VALLESERIANA. Dal 10 aprile al 3 giugno corso avanzato di arrampicata, per completare la formazione su vie di più tiri. (sede: via pizzo della Presolana 15, Bergamo; orari segreteria: lunedì-martedì - mercoledì - venerdì: 14,30-18,30, giovedì: 14,30-20,30, sabato: 9-13 e 14-18; tel. 035.4175475, e-mail: segreteria@caibergamo.it; web: www.caibergamo.it).

Sottosezioni

ALBINO. Solo per soci domenica gita scialpinistica: Stosenstock. Difficoltà: BS - dislivello: 1450 m - tempo: 4h. Partenza ore 5 (sede: via Santa Maria 10, Albino, aperta venerdì ore 21-22,30, tel. 035.751624).

GAZZANIGA. Domani ore 18 assemblea al centro sociale. Domenica scialpinistica alla Cima Soliva (sede: via Europa 23, Gazzaniga, aperta martedì e venerdì ore 21 - 22,30, tel. 035.720651).

NEMBRO. Domenica scialpinistica in Val Formazza. Partenza: ore 5. Solo per soci (sede: via Ronchetti 25, Nembro, aperta martedì e venerdì, ore 20,30-22,30, tel. 035.523107, web: www.cainembro.it).

PONTE SAN PIETRO. Mercoledì scialpinistica al Monte Sasna. Partenza alle ore 7 per

Lizzola (sede: via Trento e Triste 8/a, Ponte San Pietro, aperta martedì e venerdì ore 21-22,30, tel. 035.615660).

TRESCORE-VALCAVALLINA. Domenica escursione Cima Linzone da Roncola San Bernardo. Anche non soci. Domenica ore 20,30 in sede presentazione di «Viaggio in Costarica fra oceani, parchi e vulcani» (sede: via Mazzini 13, Trescore Balneario, aperta martedì e venerdì ore 20,30 - 22,30, tel. 360.449397).

VALSERINA. Domenica escursione al Monte Zucco. Partenza da Serina alle ore 8 con mezzi propri per Sanpellegrino e da qui inizio escursione che condurrà in vetta in 2h 30'. Dislivello: 850 m (sede: via Palma il Vecchio 50, Serina, aperta sabato dalle ore 21, tel. 340.7345673).

Sezioni

CLUSONE. Domenica gita scialpinistica al Piz Muragl. Partenza in pullman alle ore 5,30 per Punt Muragl, Pontresina (sede: Corte Sant'Anna, Clusone, aperta venerdì ore 21 - 22,30, tel. 346.25452).

PIAZZA BREMBANA. Domani scialpinistica: Monte Grabiassa da Carona (sede: Corte S. Anna, Clusone, aperta venerdì ore 21 - 22,30, tel. 346.25452).

Lovere. Mercoledì due escursioni del gruppo Senior: possibilità di scelta fra l'uscita da Sovera a Songavazzo e la gita da Dezzo a Vilminore (facoltativo alla Nona) (sede: via Matteotti 3, Lovere, aperta venerdì ore 20,30-22, tel. 035.962626). Sottosezione di Pisogne: domenica pomeriggio appuntamento di alpinismo giovanile (dagli 8 ai 15

anni): attività ludica di orientamento al parco comunale dalle ore 14; gara alle ore 17 (sede: via Lungolago Luigi Tempini 3, Pisogne, aperta il venerdì ore 20,30 - 22,30, tel. 348.1446024).

TREVIGLIO. Domenica gita scialpinistica a La Thuile. Anche per escursionisti e ciaspolatori (Sede: via dei Mille 23, Treviglio, aperta martedì e venerdì, ore 21-22,30; tel. 0363.47645).

ROMANO DI LOMBARDIA. Questo fine settimana, scialpinistica di due giorni in Val d'Ossola. Domani traversata del Monte Teggiol da Bugliaga a San Domenico, domenica salita del Pizzo Fornalino (sede: via Giovanni Paolo II, Romano di Lombardia, aperta martedì e venerdì, ore 21 - 23, tel. 363.902616).

Pa. Va.