

IL FAJE

bollettino di informazione ai soci del CAI Sezione Pallanza - 11/2008

TREKKING IN CORSICA – QUALCHE CONSIGLIO

Questa estate siamo riusciti a completare il trekking di 16 tappe che abbiamo percorso in tre momenti differenti, meglio conosciuto come Grand Randonee n° 20 (GR20 per gli "addetti ai lavori"). Avendone quindi ora una visione completa mi sento quindi di consigliarlo a chiunque ami l'escursionismo in luoghi incontaminati. Una delle caratteristiche, infatti, di questo percorso è la completa immersione nella natura dell'isola, nelle sue montagne del nord (ricordo che la cima più alta il Monte Cinto, arriva a 2.700 mt.) e nella macchia mediterranea dell'ultima parte del sentiero.

Si cammina spesso in luoghi distanti tre o quattro ore da qualsiasi segno di civiltà e questo permette di riscoprire il significato della parola "viandante": un termine divenuto desueto forse proprio perché oggi non proviamo più le sensazioni che il percorrere un tracciato di questo tipo può dare.

Ritornando al trekking, si può sicuramente affermare che richiede un certo impegno fisico, nulla di incredibile, ma è necessaria un'adeguata preparazione fisica, non tanto per l'impegno che impongono le tappe ed il peso dello zaino, ma per la necessità di avere la capacità di recuperare la stanchezza sebbene si cammini ogni giorno da un minimo di 5 sino ad una decina di ore.

L'intero percorso è diviso in 16 tappe giornaliere a cui vanno aggiunti almeno due giorni per i trasferimenti da e per l'isola con i traghetti. Il nostro consiglio è quello di recarsi ai porti d'imbarco (Genova o Savona) in macchina od in treno senza trasportare anche i mezzo in Corsica, in quanto i collegamenti interni (costituiti da due linee di treno e da piccoli bus locali) permettono di muoversi in modo adeguato per raggiungere le località di partenza ed arrivo del tracciato. Sicuramente è possibile dividere il sentiero in più parti da percorrere in tempi differenti, in quanto, sebbene sia situato sulla dorsale che percorre l'isola, l'accesso è consentito in più punti tramite sentieri che dalla costa salgono sulle montagne. Tipicamente il trekking viene separato in due parti: GR20 Nord e Sud, dove il punto medio è costituito dalla tappa che prevede la sosta nel paesino di Vizzavona (nei pressi della più conosciuta località di Corte), dove si trova anche la stazione ferroviaria della linea che da Bastia (dove si sbarca con la maggior parte dei traghetti) arriva ad Ajaccio. E' comunque possibile costruirsi un percorso con la durata voluta che sfrutti i sentieri di accesso al trekking nel caso non si abbiano a disposizione i giorni necessari, in questo caso è necessario informarsi adeguatamente per garantirsi i trasferimenti con i mezzi pubblici (non sempre disponibili) per raggiungere i luoghi di partenza ed arrivo.

Tutte le tappe terminano in bivacchi gestiti a pagamento chiamati "Gite d'etape": per la maggior parte sono ex ovili ristrutturati (quindi costruzioni in sasso ad un solo piano) che hanno mediamente una ventina di posti letto. Sono divisi in due parti, una metà adibita a camera con i letti a castello, e l'altra arredata con tavoli e panche, una cucina a gas ed un lavello. Sono forniti comunque del necessario per cucinare. I gestori vivono nei pressi dei bivacchi ed a volte si sono anche organizzati per produrre un piatto caldo da servire agli ospiti del bivacco (difficile saperlo in anticipo in quanto è una decisione autonoma del gestore).

Arriviamo quindi ad un argomento importante: lo zaino. Purtroppo difficilmente può essere leggero, è richiesta infatti un minimo di autonomia, non tanto per i viveri (che ora si riescono ad acquistare in quasi tutte le tappe – consiglio quindi almeno un minimo di scorta di buste liofilizzate) ma per l'attrezzatura e per l'acqua (mediamente tre litri a testa). Non è necessario il fornello in quanto in ogni bivacco si trova la cucina a gas, e quanto è necessario per cucinare: pentole, posate, piatti etc.). E' utile avere un minimo di pacchetto medicazione (ricordo che i cellulari spesso non funzionano sul percorso). Con l'esperienza siamo riusciti a ridurre sino a 15/18 Kg il carico (zaino compreso) dagli iniziali 23 Kg della prima esperienza. E' comunque sufficiente uno zaino da 50 litri, è utile "costringersi" ad utilizzare questa dimensione per contenere il peso e non essere tentati di portare materiale che a volte si rivela inutile.

Vista la limitatezza dei posti letto dei bivacchi è consigliabile (specialmente se il periodo scelto è ad agosto) e la difficoltà di raggiungere eventualmente posti di soccorso, prevedere il necessario per

trascorrere la notte all'aperto. Nel nostro caso abbiamo risolto, senza l'uso di tenda, portando un poncho trasformabile in telo ed un sacco da bivacco impermeabile per ogni persona. Abbiamo sperimentato questa pseudo-tenda canadese costruita con due poncho aperti e sostenuti dai bastoncini per camminare (utilizzati come paletti) e posso affermare che fa il suo dovere come riparo improvvisato.

Il materiale cartografico e le informazioni necessarie si possono trovare sia sulle classiche guide (Guide du Routard, Lonely Planet, etc) che è importante acquistare in versione aggiornata per avere informazioni precise ed aggiornate sui trasporti, oppure su qualche sito internet. Le cartine migliori si trovano purtroppo solo in Corsica in quanto non sono importate (almeno per quanto a mia conoscenza). Bisogna comunque ammettere che i sentieri sono molto ben segnati e quindi le cartine servono più per l'orientamento generale, per pianificare le tappe e le eventuali varianti piuttosto che per il semplice riconoscimento del sentiero

A chiunque fosse interessato a questo magnifico Trekking rivolgo l'invito di contattarmi, per avere tutte le informazioni ed eventuali consigli.

Per concludere vorrei dedicare questo piccolo resoconto a Marco ed alla sua sfortuna, doveva essere infatti il terzo componente del nostro gruppo ma un tamponamento in moto (fortunatamente senza conseguenze) poche ore prima di partire lo ha costretto a casa.

Massimiliano Manciuca

PROGRAMMA ESCURSIONISTICO STAGIONE 2009

DATA	-	PROGRAMMA GITA
22 Marzo	-	Con il CAI Verbanò e il Parco della SS Trinità di Ghiffa gita culturale nel parco
28 Aprile	-	Traversata sci-alpinistica Sempione – Devero
26/4-3/5	-	Trekking in Marocco e Monte Toubkal
30-31 Maggio	-	Gita Alpinistica Punta d'Arbola dal Rifugio Margaroli
7 Giugno	-	La torbiera di valle Scoccia e Giardino Alpinia. In collaborazione con la Provincia del V.C.O e con la presenza del Botanico Dr. Roberto Della Vedova. Venerdì 5 Giugno in sede proiezione di diapositive e conferenza preparatoria della gita.
14 Giugno	-	Traversata da Macugnaga ad Alagna dal Passo del Turlo
27/28 Giugno	-	Gita Alpinistica Gran Paradiso
9 Agosto	-	Limidario da Spocchia
12/13 Settembre	-	Canazei ferrate e gite escursionistiche
27 Settembre	-	Polenta all'Alpe Pianezza

Come si può vedere dall'elenco sopra riportato, anche per l'anno 2009 la scelta che è stata quella di proporre poche gite di "qualità", cio equivale ad un grande impegno organizzativo. Abbiamo due appuntamenti culturali, il primo alla Trinità di Ghiffa con operatori del Parco che ci illustreranno le bellezze naturali e soprattutto quelle architettoniche del complesso sacro; il secondo molto interessante con un'esperto botanico della Provincia del VCO, che ci illustrerà l'ambiente della torbiera, prima con una conferenza presso la nostra sede il venerdì sera e poi sul posto con una bella gita la domenica successiva.

Inoltre si propone l'attraversata da Macugnaga ad Alagna attraverso il passo del Turlo, con trasporto in autobus, dando così la possibilità di svolgere compiutamente un itinerario che altrimenti presenta dei problemi logistici. Altro appuntamento di riguardo è la due giorni dolomitica nei pressi di Canazei che prevede due ferrate o due itinerari escursionistici, il cui programma dettagliato è disponibile in sede.

Per finire presentiamo alcune gite alpinistiche tra cui la classica all'Arbola e il Gran Paradiso, ma il vero il fiore all'occhiello di questo anno sarà la settimana in Marocco che ci porterà fino al Monte Toubkal unico

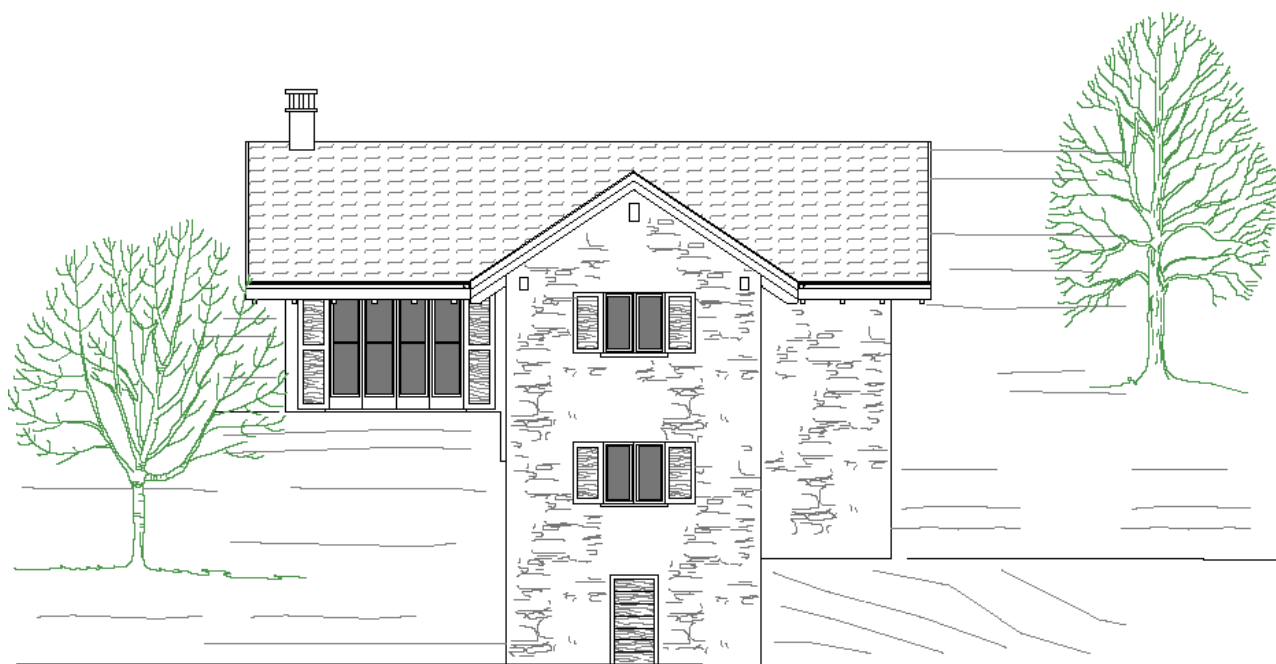
4000 del nord Africa. A causa della complessità del viaggio il numero chiuso è fissato in 20 persone, per cui chi fosse interessato è pregato di prenotarsi al più presto possibile. Sperando in una folta partecipazione auguriamo buone gite!

Rustici Alpe Ompio

Proprio nei giorni in cui stiamo predisponendo per la stampa questo opuscolo informativo, ci giunge la notizia che è stato ufficialmente presentato al Comune di San Bernardino Verbano il progetto di ristrutturazione dei rustici all'Alpe Ompio a firma del Geom. Pierluca Dell'Ava. L'edificio sarà la nostra nuova Baita Sociale, e si integrerà con il rifugio Fantoli. E' prevista tra l'altro una grande sala per consentire una migliore offerta ricettiva, con possibilità di accogliere comitive anche numerose o iniziative culturali quali mostre ed esposizioni. I lavori avranno inizio nella prossima primavera, numerosi soci si sono già resi disponibili a collaborare, chi volesse aggiungersi può lasciare il proprio recapito presso la sede in modo da poter essere contattato per tempo.

PROSPETTO SUD

Sulla sinistra si può notare l'ampliamento che consente la realizzazione del nuovo salone.



LA REGINA DELL'INVERNO TORNA DOMENICA 1 MARZO 2009

Giunta alla 5° edizione, torna come di consueto la prima domenica di marzo LA TRACCIA BIANCA, evento con racchette da neve, fiore all'occhiello della nostra sezione.

Conosciuta ed attesa tanto dagli atleti agonisti, quanto da semplici camminatori, comprese numerose famiglie con bambini, la manifestazione si svolge nello splendido scenario invernale dell'Alpe Devero, sviluppando il proprio percorso tra la Piana dove è situata la partenza, l'alpeggio di Crampio ed il lago ghiacciato di Codelago, con l'affascinante ed unico attraversamento di quest'ultimo prima di ridiscendere verso l'arrivo.

I successi delle precedenti edizioni (1310 concorrenti iscritti lo scorso anno), hanno contribuito alla veloce marcia verso la consacrazione de LA TRACCIA BIANCA nel panorama nazionale di questo tipo

di manifestazioni, prova ne è il fatto che è stata inserita, con grande orgoglio, come 12° ed ultima prova, nel 1° circuito di Coppa Italia in programma per la stagione invernale 2008/2009.

Tesseramento per l'anno 2009

A partire da Venerdì 5 Dicembre è aperto il tesseramento per l'anno sociale 2009. I bollini annuali potranno essere ritirati presso la sede i giorni Martedì e Venerdì dalle ore 20.30 alle ore 22.00, oppure su richiesta telefonica o a mezzo e-mail saranno date le indicazioni per ricevere il Bollino direttamente a domicilio.

Si ricorda che il Consiglio Direttivo della Sezione ha deliberato di mantenere il costo minimo stabilito dalla Sede Centrale che per l'anno 2009 è qui di seguito riportato:

Socio Ordinario € 37.00

Socio Familiare € 19.00

Socio Giovane € 13.00

Rifacimento tessera € 2.50

Cambio Indirizzo € 1,00 è inoltre possibile chiedere i bollini di anni arretrati alla sede centrale.

Come si può notare, anche questo anno la sede centrale ha deciso di aumentare il costo del rinnovo sociale, è però doveroso ricordare che a tale aumento corrisponde un nuovo servizio di copertura assicurativa che copre dagli infortuni tutti i soci che svolgono attività sociale, ad esempio durante le gite sociali. Per maggiori dettagli riguardo la polizza assicurativa si rimanda a quanto pubblicato sullo Scarpone o chiedendo direttamente in sede al presidente.

Appuntamento formativo

Gli organi tecnici della Sezione, hanno portato all'attenzione del Consiglio la problematica della scarsa conoscenza delle tecniche di soccorso e di autosoccorso da parte di molti escursionisti, o comunque frequentatori dell'ambiente alpino sia legate alle attività estive che invernali. Ne è scaturita la volontà di organizzare alcuni appuntamenti di approfondimento organizzati con un incontro in sezione e una uscita pratica. L'attività prevista non vuole essere in alcun modo un corso, ne ha l'ambizione di rendere autosufficienti i partecipanti ma si limita a dare un'infarinatura e delle basi tecniche per dar modo a chi fosse interessato di approfondire per suo conto le tematiche affrontate.

Il programma di massima che vorremmo impostare è il seguente:

Gennaio

Incontro teorico su:

- L'ambiente innevato e il pericolo di valanga
- L'uso dell'ARVA

Uscita pratica :

- Ricerca con ARVA
- Tecniche di assicurazione su neve

Aprile

Incontro teorico su e successiva esercitazione su:

- Nodi
- Manovre di corda nell'escursionismo

Gli incontri sono rivolti a tutti coloro che anche saltuariamente praticano l'escursionismo estivo ed in ambiente innevato e saranno a titolo gratuito. Per una migliore organizzazione degli stessi è necessario che chi fosse interessato si prenoti al n. 368.3065028

Cena sociale

Troverete in allegato al presente opuscolo il menù della cena sociale, che si svolgerà sabato 29 novembre alle ore 20.00 al Ristorante Pesce d'Oro a Verbania Suna. Il prezzo è fissato in € 27 e la prenotazione dovrà pervenire in sede o chiamando i recapiti sotto riportati entro martedì 25 Novembre.

Recapiti

SEDE

Club Alpino Italiano - Sezione di Pallanza
Via Cadorna 17 28922 Verbania Pallanza (VB)
Apertura sede:
martedì e venerdì dalle 20.30 alle 22.30

CONTATTI

cai.pallanza@libero.it
Pres. Fabio Dellamora 347.4167594
Vice Pres. Foconetti Piero 0323 848346
Sede tel. / Fax 0323.558862

MENU' CENA SOCIALE C.A.I. PALLANZA
SABATO 29 NOVEMBRE 2008
Ore 20.00
PRESSO RISTORANTE PESCE D'ORO A
VERBANIA SUNA.

ANTIPASTO

Prosciutto crudo e kiwi
Prosciutto cotto e salame al coltello
Crostone al pomodoro fresco e basilico
Crostone di marmellata kiwi e lardo
Torta salata al taleggio e radicchio

PRIMI

Pasta fresca con porcini rosmarino e zafferano
Ravioli di zucca al burro e salvia e castagne

SECONDO

Grigliata mista di carne

DOLCE

Torta alle pere e cioccolato
Frutti di bosco caldi con gelato al fiordilatte

Vino Refosco del Veneto e Pinot Bianco Acqua
Caffè e Amari

€ 27,00 prenotarsi per tempo in sede o al 347.4167594