

Lo Zaino



Notiziario della sezione
del CAI di Cittadella
fondata nel 1927

Settembre 2010

Borgo Bassano n. 37 - 35013 Cittadella - PD
posta@caicittadella.it - www.caicittadella.it
stampato in proprio



La nostra festa!

**Festa di tutti i Soci del CAI Cittadella
Domenica 17 ottobre 2010 - Asiago**

Un altro anno è passato e la montagna ci ha regalato ancora splendide soddisfazioni, panorami, emozioni.

Ora abbiamo voglia di festeggiare, di stare insieme, di raccontare e regalarci i migliori momenti di questa passione che ci unisce.

E allora troviamoci tutti insieme, Soci e Amici, a festeggiare la nostra montagna. Sarà l'occasione per divertirvi con una bella passeggiata, mangiare bene, giocare. L'appuntamento è alla Casa Sant'Antonio di Asiago (dietro l'aeroporto, seguire le indicazioni in loco – è vicina a quella in cui siamo stati lo scorso anno).

**È indispensabile confermare la presenza
entro mercoledì 13 ottobre. Info in sede.**

PROGRAMMA:

ore 9.00 ritrovo presso la Casa Sant'Antonio di Asiago

ore 9.15 partenza escursioni:

- per l'**Alpinismo Giovanile**: escursione storica guidata sui luoghi della Grande Guerra (Monte Zebio - mina di Scalambron)
- per **tutti**: escursione naturalistica guidata nel bosco in Val di Nos

ore 12.30 pranzo sociale, premiazioni, giochi, canti e altro

Proponiamo alle gentili Socie di preparare una torta a loro scelta.

Nuovo Consiglio Direttivo

Presidente: Giuseppe LAVEDINI

Att. culturali - T.A.M. - Alp. giovanile - V. Presidente: Anacleto BALASSO

Tesseramento: Oscar AMADIO

Attività in loco: Paolo PATTUZZI

Programma sociale: Paolo FRISON

Responsabile sede: Daniele SARTORE

Coord. Scuola Escursionismo e materiali: Domenico (Gianni) LIVIERO

Biblioteca: Lorenzo TOGNANA

Notiziario "Lo Zaino" e tesseramento: Filippo BIASIA

Coord. Scuola Alpinismo "C. Carpella": Francesco SANDONA'

Consigliere: Dino Pasquale CORTESE

Segretario: Anna CANAGLIA BALASSO

Tesoriere: Franco VAZZOLER

Delegati elettivi: Roberto GASTALDELLO e Anacleto BALASSO

Sito Internet: Alberto LAVEDINI

Sci Nordico: che spettacolo!!!

Resoconto del 2° Corso di Sci Nordico... in attesa del prossimo.

di Paolo Pattuzzi



E' trascorso un po' di tempo da quando gagliardi giovani e meno giovani scivano o tentavano di sciare sul nostro Altopiano di Asiago. Un pensiero di simpatia e allegria rivolgo a coloro che hanno condiviso con me la bellezza delle nostre amate ed innevate montagne. Il 2° Corso di sci nordico, numeroso e provvido di 74 allievi, si è svolto dal 7 al 31 gennaio 2010 al Centro Fondo di Enego/Valmaron ed organizzato su 8 gruppi, tre al sabato e cinque alla domenica con orari diversi. Gli allievi sono stati seguiti dai maestri della F.I.S.I., che hanno fatto capo al direttore della Scuola, Giusto De Colle. Le tecniche per praticare questo sport non agonistico sono due: pattinaggio e classico, basate su movimenti che non sono di uso comune, in particolare il pattinaggio (o skating), la cui pratica necessita di forti requisiti di volontà, tenacia, pazienza e costanza. Quindi, movimenti un po' difficili e lunghi da assimilare, ma che in séguito danno grandi

soddisfazioni a chi cerca di migliorarsi nello stile e nell'allenamento. Quest'anno i gruppi sono stati suddivisi per livelli e specialità. Infatti, abbiamo attivato oltre allo skating, su 3 livelli, anche un gruppo di tecnica classica (o alternato) di 1° livello. E' fondamentale sapere che il Fondo richiede una disciplina che dà la concreta possibilità di conoscere se stessi sotto un aspetto psico-somatico. Mente e corpo, che aiutano a superare le correnti difficoltà del vivere quotidiano, in particolare lo stress. Si utilizzano l'azione, il movimento costante del proprio corpo, governato con gentile decisione dal pensiero, da una mente discreta e rispettosa del Tutto, ossia, della natura che è in noi e di cui facciamo parte. A fine Corso un folto gruppo di allievi dei vari livelli per due mesi ha fatto pratica con "eroica" caparbieta sulle piste, assistiti a volte dallo scrivente, altre volte dagli "angeli bianchi" del livello avanzato, concludendo la loro attività con grande

Sono aperte le prenotazioni per il 3° Corso di sci nordico / fondo / 2011 su specialità skating e classico. Rivolgersi a Paolo Pattuzzi in sede CAI o al nr. 3479672290.

soddisfazione personale. Sorrido con simpatia al ricordo delle allegre riunioni conviviali nel bar del Centro Fondo assieme a qualche maestro di sci. Chiacchiere, risate e pettegolezzi, birra e panini con la salutare idea di arrivare a casa e consumare un ricco piatto "de spaghetti co un mare de pomodoro insima e co un poco de pearon picante che fa ben ae moroidi..." con qualche "ombra de vin", "ancora na ciacoea" e "tuti in leto"... "aea prossima...". Che bello è l'essere umano quando ride alla vita!! ...e per non essere socratico: "la vita è bella e utile quando il pensiero e l'azione si sostengono a vicenda"!!!

Il 2° Corso è stato un successo per i riscontri oggettivi e positivi che si sono avuti a fine stagione invernale, sia personale, che per tutti i Soci della Sezione. Penso sia il giusto stimolo per andare avanti e proporre alternative ad altre attività di montagna, assistendo in particolare i propri iscritti quando sono... pensiero in azione!! Tutto ciò, ha fatto nascere una azzardata proposta: di formare un Gruppo Sci Nordico in seno alla Scuola di Escursionismo della Sezione, che è stata accettata dal nostro Consiglio Direttivo; di affinare tecnica e stile con una preparazione atletica non agonistica, rivolta agli allievi che hanno terminato il ciclo di tre livelli. ...vedremo.

Concludo porgendo un caro saluto ed i ringraziamenti dovuti ai grandiosi e pazienti maestri di sci: Giusto, Giulia, Alessio, Alessandro, Gabriele, Roberto, Barbara ed al formidabile Italo. Un ringraziamento particolare per la costruttiva collaborazione a Michela, Marco e Lucia ed a tutto il personale del Centro Fondo di Enego-Marcésina. Se vedemo...ciò.

Buona Montagna a tutti.

IN SEDE...

Mercoledì 29 settembre 2010 - ore 21.00

La montagna che vive in pianura.
XIX e XX due secoli di migrazioni di uomini e di transumanze di bestiame.

L'autore Sergio Varini, con immagini e commento, presenterà il suo importante lavoro di testimonianza del rapporto che da sempre lega la nostra pianura alle montagne.



Giovedì 21 ottobre 2010 - 20.30 presso Torre di Malta

Incontro con la Geologia - Dolomiti tra passato e presente.
La storia geologica delle scogliere fossili

È il primo incontro del corso di Geologia ed è aperto a tutti, gratuitamente.



Mercoledì 17 novembre 2010 - ore 21.00

Serata dedicata alla disciplina dello scialpinismo.

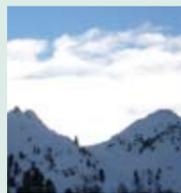
La Scuola di Alpinismo e Scialpinismo "Claudio Carpella" presenterà questa particolare e bellissima disciplina con immagini e commenti.



Mercoledì 22 dicembre 2010 - ore 21.00

Le nostre foto.

In occasione degli auguri natalizi proietteremo le immagini più belle delle nostre escursioni del 2010.



Esperienze in quota

Relazione sul 3° Corso di Alpinismo A1

di Giovanni Scapin

...da oltre un'ora camminiamo affondando i nostri passi nella neve verso l'attacco della cresta ovest del Sasso Rotto nei Lagorai.

E' la prima uscita in "ambiente" di questo 3° corso di alpinismo organizzato dalla nostra scuola "C. Carpella".

Siamo a fine maggio ma quest'anno la neve è ancora ben presente a quote basse anche nei versanti meridionali e ciò rende faticoso il nostro progredire. Così, di tanto in tanto, facciamo qualche sosta e con la scusa di studiare il percorso ne approfittiamo per tirare il fiato.

La salita della cresta ovest ci ha regalato grandi emozioni soprattutto dal punto di vista ambientale. I Lagorai così abbondantemente innevati per la stagione e questa cresta di granito...sembrava di essere nelle alpi occidentali! Ma una volta in vetta abbiamo dovuto fare i conti con la discesa.

Se la neve abbondava nel versante al sole figuriamoci in quello esposto a nord, proprio dove si doveva scendere. Questo ha creato non pochi problemi ma con una attenta valutazione del percorso e la messa in atto delle relative manovre e tecniche di sicurezza tutto si è svolto per il meglio. Alla prima uscita del corso abbiamo camminato su sentiero e su neve, arrampicato su roccia, usato corda, piccozza e ramponi per la discesa su neve e poi le manovre e i nodi... Tutto questo non era previsto! Già, non era previsto... è questo l'atteggiamento che ha caratterizzato questo corso, il fatto di accettare che in montagna, per quanto si preveda, si pianifichi, si organizzi

al meglio un'uscita, si deve fare i conti con ciò che non era previsto. Lasciare un po' di spazio all'avventura, all'incognito e alle incertezze che l'ambiente montano sempre ci riserva ma con la consapevolezza di saper affrontare gli imprevisti con la conoscenza della nostra esperienza. Questo era lo spirito che si voleva infondere in questo corso, preventivamente concordato da tutti gli istruttori ma soprattutto accettato e messo in pratica da tutti gli allievi. E in questo le ragazze e i ragazzi sono stati veramente straordinari, formando subito un gruppo coeso e solidale, attento e curioso pronto ad accettare responsabilmente i disagi, la fatica e i cambiamenti di programma delle uscite che in quel momento la montagna imponeva.

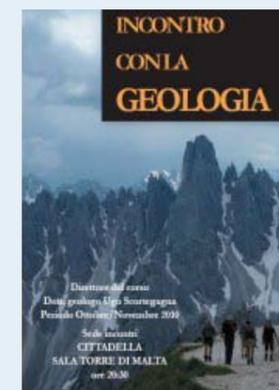
Il corso è proseguito poi con le salite al Sasso d'Ortiga, alla cresta del Monte Gaino sul lago di Garda (una novità per tutti), alla Marmolada... e concluso degnamente (con pernottamento in tenda) con la salita al Picco dei Tre Signori in valle Aurina.

Il corso ha avuto buon esito grazie anche ai relatori esterni che ci hanno regalato ottime lezioni serali: il dott. Andrea Sartori di Pergine, medico del soccorso alpino, la guida alpina Luciano Gadenz di Primiero con la sua cordialità ed esperienza, Giuliano Bressan del centro studi materiali e tecniche del CAI con la sua grande disponibilità e che ci ha poi ospitato alla torre dei materiali di Padova con un bel salto finale nel vuoto che, anche questo, ...non era previsto!



CORSO DI GEOLOGIA INCONTRO CON LA GEOLOGIA in 7 appuntamenti

Il CAI Cittadella, in collaborazione con il Comitato Scientifico VFG, organizza un corso per avvicinarsi alla geologia accompagnati da esperti, geologi e istruttori del CAI. Il corso si svolgerà a Cittadella in 7 serate a partire da giovedì 21 ottobre 2010 (la prima serata è aperta a tutti).
Info: Anacleto Balasso 049 9400826
mail: anacleto@balasso.it



MOSTRA FOTOGRAFICA "I GRANDI ANIMALI SELVATICI DELLE MONTAGNE ITALIANE" in omaggio a Mario Rigoni Stern

Chiesa del Torresino, 16/24 ottobre 2010
Il CAI Cittadella, in collaborazione con il Comitato Scientifico VFG, organizza una mostra fotografica in omaggio a Mario Rigoni Stern intitolata "I grandi animali selvatici delle montagne italiane".
Per la mostra è stata realizzata anche una splendida monografia di immagini.
Info sul nostro sito internet www.caicittadella.it.



La nuova avventura del giovanile

Resoconto di un anno sperimentale insieme ai ragazzi

a cura del Gruppo di Alpinismo Giovanile



Quando ci siamo trovati la prima sera per raccogliere il testimone lasciato dal precedente gruppo di Alpinismo Giovanile, che per tanti anni ha lavorato con i bambini e i ragazzi della Sezione, pochi di noi pensavano di essere all'altezza del compito: pieni di entusiasmo certamente ma anche preoccupati per le incognite... e consapevoli di esserlo! Ma ci abbiamo creduto e sono nati così, in una sera come tante, il nuovo gruppo referente per l'AG, il nuovo programma per il 2010 e soprattutto la nostra avventura nel mondo dei più piccoli.

Provare a riassumere in poche righe il percorso fatto non è facile, ma ci proviamo lo stesso partendo proprio dalla serata di presentazione, con il timore iniziale che piano piano lascia spazio allo stupore e poi all'incredulità fino all'entusiasmo nel vedere la nostra sede "invasa" da genitori e ragazzi. Sono veramente tanti quelli che hanno deciso di venire con noi sulla neve per la prima uscita e hanno proseguito accompagnandoci sempre numerosi in tutte le successive. Che cosa ricordare di più? Il candore della neve in Valmaron, l'incanto della piana di Marcesina e le discese da scavezzacollo (che noi difficilmente scorderemo!) con i bob e gli slittini. Le tante cose che abbiamo visto, ascoltato e imparato alla Palude di Onara e sui colli Euganei ma anche i colori, i volti, i giochi e la festa ai Mulini di Cison di Valmarino. O forse la gioia di raggiungere la vetta del Monte Rite e l'ammirare da qui le Dolomiti dall'alto. L'emozione di entrare nelle viscere di una montagna con gli speleologi (e l'acqua del Buso della Rana che saliva sempre di più!!!), le Creste di San Giorgio in cui non ci siamo fatti mancare proprio niente: sole, pioggia, grandine e neve!!! E il Burrone Giovannelli, la nostra prima ferrata tutti assieme, con tutto quello che ci ha regalato in una magnifica



giornata di fine estate. E non è ancora finita... Noi terremo ben presente e vivo il ricordo di tutto questo che sarà di sicuro stimolo per l'anno prossimo e che ci aiuterà a migliorare e a colmare le lacune che certamente abbiamo avuto.

Fatto così il primo bilancio, passiamo al programma per l'anno prossimo: ci stiamo già lavorando ma chiediamo aiuto anche a voi, genitori e ragazzi: se avete proposte o idee per l'anno prossimo fatecele sapere, il programma è per voi e ci piacerebbe provare anche a costruirlo CON voi! Per questo ed altro ancora vi aspettiamo il 17 ottobre ad Asiago per la nostra Festa Sociale (e non scordate che c'è un meritatissimo diploma da ritirare!!!).

Ed ora un grazie enorme a tutti, agli amici e agli accompagnatori che si sono resi disponibili per le varie uscite e che ci hanno aiutato veramente tanto, ai genitori che ci hanno dato fiducia e che speriamo abbiano apprezzato il nostro lavoro, a Roberto e a tutto il precedente gruppo di Alpinismo Giovanile per quanto hanno fatto negli anni scorsi e per i preziosi consigli dati, ma soprattutto GRA-

ZIE a tutti i bambini per il loro entusiasmo, per la loro curiosità e per la loro allegria e ai ragazzi più grandi che ci hanno seguito nelle uscite più impegnative dimostrando la loro voglia di mettersi in gioco, rinunciando magari ai tanti altri interessi e divertimenti che la società offre e che spesso distraggono dai valori più semplici dell'andar per monti. Grazie per aver condiviso con noi questa bellissima esperienza.



MIVAL SPORT

SPECIALISTI IN ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURE PER LO SPORT IN MONTAGNA:

ROCCIA, ALPINISMO, SCIALPINISMO E TELEMARCK
TUTTE LE MIGLIORI MARCHE

Sconti
ai soci
CAI

MIVAL SPORT

Via San Bortolo, 1 - Pove del Grappa (VI)

Tel. 0424 80635 - Fax 0424 554469 - www.mivalsport.it

DALLA NOSTRA BIBLIOTECA...

AA.VV.

Medicina e montagna Vol. 1 e 2

CAI - Commissione Centrale Medica



Una guida aggiornata ed esaustiva, come è nello stile dei Manuali del CAI, sull'influenza dell'ambiente montano sul corpo umano. Il testo descrive con chiarezza e dovizia di particolari traumi, avvelenamenti, effetti della quota etc., indicando le azioni da intraprendere caso per caso.

Francesca Lavezzari, Marco Sponga

Dolomiti e Prealpi in mountain bike

Terraferma

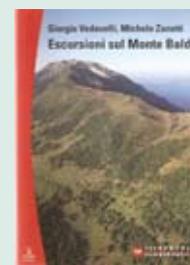


Per chi ama godersi la montagna su due ruote. Sono riportati 51 diversi itinerari che si snodano sulle montagne del Veneto e del Trentino-Alto Adige, corredati da una dettagliata descrizione e da belle immagini.

Giorgio Vedovelli, Michele Zanetti

Escursioni sul Monte Baldo

Cierre Edizioni



Il Monte Baldo, grazie alla sua particolare posizione costituisce un importante biotopo ricco di specie floreali endogene. Questo volume suggerisce una serie di itinerari mirati a farne scoprire ed apprezzare gli aspetti naturalistici, storici e geomorfologici.