



## Escursionismo CAI COMO 2026

### **Domenica 11 Gennaio**

#### ***“Tra silenzio e neve: ciaspolata in val d’Avers”***

Durata: 5 ore / Dislivello: 670m [↑↓]

Difficoltà: EAI | Equipaggiamento: da escursionismo invernale con ciaspole, ghette, bastoncini. (Obbligatorî ARTVA, pala e sonda. Noleggiabili in Sede)

Un’escursione immersa nella quiete della valle più selvaggia del Grigioni, tra boschi innevati, pascoli d’alta quota e grandi panorami sul gruppo delle Aversberg

### **Sabato 14 Febbraio**

#### ***“Val Bedretto by night: ARTVA, cena e ciaspole sotto le stelle”***

Durata: 3,30 ore / Dislivello: 370m [↑↓]

Difficoltà: EAI | Equipaggiamento: da escursionismo invernale con ciaspole, ghette, bastoncini. (Obbligatorî ARTVA, pala e sonda. Noleggiabili in Sede)

Una serata diversa dal solito: una ciaspolata ai margini del bosco con gli ultimi larici, una esercitazione nel campo ARTVA attrezzato per divertirci e imparare qualcosa di nuovo, e infine una cena in rifugio tutti insieme! Natura, compagnia e buon cibo... cosa chiedere di più?

### **Sabato 7/ Domenica 8 Marzo**

#### ***“Magia invernale della Val Ferret: ciaspolata al rifugio Bonatti e panorami sul Monte Bianco”***

Durata: da 2,30 a 5 ore / Dislivello: 450-900m [↑↓]

Difficoltà: EAI | Equipaggiamento: da escursionismo invernale con ciaspole, ghette, bastoncini. (Obbligatorî ARTVA, pala e sonda. Noleggiabili in Sede)

La ciaspolata al Rifugio Bonatti si svolge principalmente lungo la Val Ferret, partendo dal parcheggio di Planpincieux che raggiungeremo in navetta da Courmayeur, e offre viste spettacolari sul Massiccio del Monte Bianco. Cammineremo un’ ora in fondo valle fino a Lavachey, dove, subito dopo aver superato questa località, seguiremo il sentiero che sale nel bosco e ci condurrà su un pendio scoperto fino a raggiungere il rifugio, situato a 2025m di altitudine. Al mattino percorreremo il Vallone di Malatrà fino all’ omonimo colle per poi tornare a Courmayeur. In base alle condizioni di innevamento valuteremo se rientrare dallo stesso sentiero oppure fare un giro ad anello.



## Escursionismo CAI COMO 2026

### **Domenica 22 Marzo**

#### ***“Monte Chiusarella: le nostre montagne da una prospettiva diversa”***

Durata: 5 ore / Dislivello: 600m [↑↓]

Difficoltà: E

Un percorso ad anello sopra Varese nel Parco Regionale del Campo dei Fiori.

Da Brinzio, verso Rasa per poi salire al Monte Chiusarella e rientro lungo un tratto della Linea Cadorna

Dalla vetta si gode un panorama spettacolare sulla Pianura Padana, con il Lago di Varese in primo piano.

A ovest, spiccano il Lago Maggiore ed il Monte Rosa e a est le montagne del Comasco.

### **Domenica 19 Aprile**

#### ***“Trekking ad anello sulla via dell’Ardesia”***

Durata: 5 ore / Dislivello: 740m [↑↓]

Difficoltà: E

Bellissimo trekking ad anello dove, partendo dal centro storico di Lavagna, ci dirigeremo verso il monte San Giacomo (533m). In compagnia dei panorami del Golfo del Tigullio, raggiungeremo il Monte Rocchette (705m), punto apice di questo itinerario. Da lì, ritorneremo a Lavagna passando da Santa Giulia.

L’ardesia, protagonista di questa giornata, la troveremo sia nei muretti a secco che delimitano il percorso, sia sulla via lastricata dove cammineremo.

Con questa escursione, renderemo omaggio alle fatiche delle generazioni passate: dagli uomini che si dedicavano all'estrazione, alle donne che trasportavano le pesanti lastre di ardesia sulla testa fino al mare.

### **Domenica 24 Maggio**

#### ***“Monte Todano (Val Grande): un balcone sul lago Maggiore e le cime del Verbano.”***

Durata: 4,30 ore / Dislivello: 750m [↑↓]

Difficoltà: E

Dal piazzale del memoriale, nel comune di Miazzina, dove lasceremo le auto, si sale per un sentiero sulla sinistra che ci condurrà ad una cappelletta. Si proseguirà a mezzacosta sotto il Pizzo Pernice, fino a un bivio dove seguiremo le indicazioni per Pian Cavallone e procedendo in cresta si arriva all'omonimo rifugio (1560m). Seguendo la dorsale si punta alla grande croce sulla vetta del Monte Todano (1670m). Da qui è possibile raggiungere il Pizzo (1650m) e godere di un suggestivo panorama sul lago Maggiore. Il ritorno avviene per lo stesso sentiero.



## Escursionismo CAI COMO 2026

### **Domenica 21 Giugno**

#### ***“Conquistiamo il Giübin in compagnia degli amici del CAO”***

Durata: 6 ore / Dislivello: 750m [↑↓]

Difficoltà: E

Il Passo San Gottardo riapre dopo le nevicate invernali, pronto ad accogliere escursionisti e amanti della natura. Scopriamo sentieri freschi, panorami unici e l'inizio della stagione estiva in montagna in compagnia degli amici del CAO

### **Sabato 4 Luglio**

#### ***“Tra il granito ed i ghiacci della Val Bregaglia. Ghiacciaio e Capanna del Forno”***

Durata: 8 ore / Dislivello: 850m [↑↓]

Difficoltà: E

Escursione dedicata alla scoperta degli ambienti glaciali ed al loro cambiamento. Percorreremo la bellissima Valle del Forno dal Passo del Maloja fino al Ghiacciaio ed alla Capanna del Club Alpino Svizzero. Partiremo dalla località di Orden, nei pressi del Maloja, e dopo il primo tratto in salita raggiungeremo il pittoresco Lago di Cavloc. Da lì ci addentreremo nella valle glaciale attraversando l'Alp da Cavloc e la località Plan Canin. Proseguiremo costeggiando il Torrente Orlegna sino a imboccare il sentiero che ci condurrà alla Capanna del Forno (2574m)

Il rientro avverrà per lo stesso sentiero prevedendo una sosta presso la zona frontale del ghiacciaio.

### **Da Martedì 14 a Sabato 18 Luglio**

#### ***“Trekking del Gran Paradiso”***

Difficoltà: EE / Dislivello: 500-1000m [↑↓] TERMINE ISCRIZIONI 15 MARZO

Scopri la magia autentica della Valle d'Aosta, nel più antico parco nazionale italiano dove ogni sentiero racconta la storia delle montagne. Cammina tra boschi e panorami che abbracciano il Monte Bianco, il Cervino e il Gran Paradiso: lasciati conquistare dal ritmo lento della natura accompagnato dalla ricca fauna selvatica.

Un trekking itinerante per rigenerare corpo e spirito, nel cuore delle Alpi più spettacolari d'Italia.



## Escursionismo CAI COMO 2026

### **Sabato 1 e Domenica 2 Agosto**

#### ***“Due giorni con il gruppo Giovani in uno dei nostri rifugi”***

Durata: 4,30 ore / Dislivello: 1150m [↑↓]

Difficoltà: E

Partiremo dalla Località Crotto Dangri, da dove una mulattiera in ripida salita ci condurrà sino all'abitato di Baggio. Il sentiero prosegue prima pianeggiante sino al ponte sul Torrente Darengo e poi in leggera salita sino alle baite di Borgo. Attraversata una splendida faggeta arriviamo all'Alpe Pianezza. Da qui seguiamo fino all'Alpe Darengo da cui inizia il tratto terminale dell'ascesa in ripida salita. Raggiungiamo infine la stupenda conca del Lago Darengo dove si trova la nostra meta: Capanna Como (m.1780). Dopo il pernottamento, la discesa avverrà il giorno successivo per il medesimo sentiero.

### **Sabato 12 e Domenica 13 Settembre**

#### ***“Pizzo Tre Signori e laghi della Val Gerola”***

Durata: 6,30 ore / Dislivello: 1100m [↑↓]

Difficoltà: EE

Impegnativo ma bellissimo trekking ad anello con meta il Pizzo Tre Signori e i laghi della Val Gerola.

Partiremo da Pescegallo e, attraversando le dighe del Lago di Trona e del Lago dell'Inferno, giungeremo al rifugio Falc (2120m), dove sostaremo per la notte.

Il giorno seguente ci incammineremo per il Pizzo Tre Signori (2554m), la vetta più alta della Val Gerola.

Nel cammino di ritorno, passeremo per il Lago Rotondo e Lago Zancone riprendendo il percorso verso Pescegallo.

Durante il trekking, la natura sarà la protagonista regalandoci bellissimi panorami di alta montagna.

### **Sabato 12 a sabato 19 Settembre**

#### ***“Trekking Pantelleria”***

Durata: da 4 a 6 ore / Dislivello: 300m- 600m [↑↓]

Difficoltà: E

Nel cuore del Mediterraneo a metà strada fra Europa e Africa, sorge la magnifica e vulcanica isola di Pantelleria. Attraversarla a piedi permette di godere della sua storica architettura, fatta di dammusi e giardini pittoreschi, di salire i suoi 836m di Montagna Grande e ridiscendere alla nera Baia dei Turchi per fare il bagno nel blu del mar Mediterraneo.



## Escursionismo CAI COMO 2026

### **Domenica 4 Ottobre**

#### ***“Il Lago Scermendone in Val Terzana”***

Durata: 6 ore / Dislivello: 500m [↑↓]

Difficoltà: E

Giro panoramico ad anello attraverso la selvaggia Val Terzana.

Partiremo dalla località Predarossa (1940m) e attraverseremo il pianoro acquitrinoso e verdeggiante tramite comodo sentiero fino a raggiungere il bivacco Scermendone (2140m).

Dopo una breve deviazione per raggiungere la caratteristica chiesetta di San Quirico torneremo nuovamente sul sentiero in direzione dell'Alpe Piano di Spini (2200m) fino a raggiungere la conca che accoglie l'incantevole lago Scermendone (2350m).

Saliremo ancora di quota fino a seguire la traccia che costeggia l'imponente Cima Vignone, scenderemo verso la piccola Croce Dell'Olmo (2340m) e, dopo aver attraversato il pianoro, cominceremo la discesa in direzione del bivacco per chiudere l'anello e riprendere il sentiero dell'andata verso Predarossa, immersi in uno straordinario contrasto cromatico tra rosse rocce, verdi pini e abeti, blu torrenti e il giallo arancio e oro del foliage.

### **Domenica 11 Ottobre**

#### ***“Castagnata e ultimi tepori del sole alla Capanna Gireglio”***

In un luogo dai sapori antichi, circondati da castagni centenari sulle montagne della Val d'Intelvi ci ritroviamo per trascorrere in compagnia una piacevole giornata assaporando castagne raccolte insieme.

### **Domenica 25 Ottobre**

#### ***“Monte Fajè: grande panorama autunnale sul confine della Val Grande”***

Durata: 5 ore / Dislivello: 1000m [↑↓]

Difficoltà: E

Un'antica mulattiera, muri a secco e castagni centenari lasciano il posto ad un bosco di faggi dai mille colori ed infine, dalla cima del Monte Fajè (1352m) godremo di un panorama mozzafiato sul lago Maggiore e sul lago d'Orta, sul Monte Rosa e sulle selvagge cime della Val Grande



## Escursionismo CAI COMO 2026

### **Domenica 15 Novembre**

#### ***“Alla scoperta delle nostre radici: San Fedelino”***

Durata: 5 ore / Dislivello: 300m [↑↓]

Difficoltà: E

Escursione che ci conduce all'antico oratorio di San Fedelino dove secondo la tradizione e la storiografia dei primi martiri cristiani è stato ucciso San Fedele nel IV secolo d.C. in un luogo dove finisce il Lago di Como” (che a quel tempo non era diviso dal corso del Mera dall'attuale Lago di Mezzola).

Il percorso si svolge su una mulattiera che da Dascio (frazione di Sorico), attraverso boschi ci porta

al punto panoramico del Sasso di Dascio, da cui si scende sulle rive del Lago di Mezzola dove sorge

l'oratorio di San Fedelino.

### **Sabato 28 Novembre**

#### ***“Sul Generoso al chiaro di luna”***

Durata: 3 ore / Dislivello: 500m [↑↓]

Difficoltà: E

Un'escursione notturna sulla cima di una montagna al confine tra Italia e Svizzera. Dalla cui vetta, immersi tra luci ed ombre, potremo ammirare un paesaggio straordinario dal Lario al Ceresio, dalle Alpi alla Pianura Padana in un'atmosfera magica illuminata dalla luna.

### **Mercoledì 16 Dicembre**

#### ***“Serata Natalizia in Sede CAI”***

Una serata in sede per un brindisi e gli auguri di Natale è l'occasione per ricordare le escursioni dell'anno che si sta per concludere.

### **Sabato 19 Dicembre**

#### ***“Fiaccolata di Natale”***

Equipaggiamento: da montagna

Difficoltà: T/ E

Una fiaccolata, magari con un po' di neve, su una montagna di “casa nostra” per chiudere l'anno di escursioni e salutare l'arrivo del Natale con un brindisi in vetta e la tradizionale “buseca” (ma non solo) in un caldo e vicino rifugio .



## Escursionismo CAI COMO 2026

### CORSO ESCURSIONISMO AVANZATO E2

- **Mercoledì 22 Aprile** Presentazione corso
- **Mercoledì 6 Maggio** Serata propedeutica
- **Domenica 10 Maggio** Uscita conoscitiva  
Corno Centrale di Canzo
- **Mercoledì 20 Maggio** Lezione 1  
Il corso e l'ambiente dell'escursionista esperto
- **Mercoledì 27 Maggio** Lezione 2  
Cultura della montagna
- **Domenica 7 Giugno** Escursione 1  
Sentiero degli stradini
- **Mercoledì 17 Giugno** Lezione 3  
Orientamento avanzato (parte 1)
- **Mercoledì 24 Giugno** Lezione 4  
Orientamento avanzato (parte 2)
- **Domenica 28 Giugno** Escursione 2  
Spadolazzo, con pratica cartografia
- **Mercoledì 22 Luglio** Lezione 5  
Meteorologia avanzata
- **Domenica 26 Luglio** Escursione 3  
Nufenenstock (Cima della Novena)
- **Mercoledì 2 Settembre** Lezione 6  
Gestione delle emergenze
- **Sabato 5 - Domenica 6 Settembre** Escursione 5  
Monte Pasquale con Rifugio Branca
- **Mercoledì 23 Settembre** Lezione 7  
L'escursione impegnativa
- **Domenica 27 Settembre** Escursione 6  
Cima Fontana