

Notiziario dell'O.S.A. - Valmadrera



il Crociatino

ANNO 55 - DICEMBRE 2025



Sommario

La parola del Presidente	3
La parola del Don	4
Sci di fondo	
Corso di sci nordico 2025	5
Quattro giorni in Dolomiti	6
Quattro giorni di sci nordico	8
Vuokatti, Finlandia	10
Campionato Sociale	11
Sci alpino	
Corso di sci alpino	12
Tre giorni di sci alpino in Dolomiti	13
Monte Rosa	14
Gara sociale	15
Corsa in montagna	
Eppure quest'anno...	16
Vk 70 quinta edizione	19
Nuvole	20
Gara sociale	21
Folli: skymarathon	22
Marcia alpina di regolarità	
Sociale di marcia 2025	24
Sociale di marcia	24
L'armata Brancaleone	26
Corso di escursionismo	
55ª Edizione	28
A ridosso delle Grigne	29
Un viaggio nel tempo sul Sentiero del Cardellino	30
Una fantastica avventura a Rocca Sella	31
Escursioni	
I sentieri digitali	33
Sentieri digitali	35
Altre attività	
Campeggio Santa Caterina	36
Vacanze a Santa Fosca	38
Santa Fosca	39
XVII Gir di Sant	40
Vita da socio	
Giubileo 2025	42
Una vacanza diversa dal solito	43
Sci alpinismo alle Isole Lofoten	46
S. Piergiorgio Frassati	48
Escursioni in Abruzzo	51
Gruppo Femminile	
Lungo la via dei terrazzamenti	52
Gruppo Giovanile	
Gite giovanili 2025	53
Gruppo Tempo Libero	
“La ferrata”	54
Trekking del Monviso	57
Punta Sorapiss da S. Vito di Cadore	59
Escursione al lago Santo	61
Arrampicata	
Prequel VSB	62
Valma Street Block	65
Gara sociale di arrampicata	67
Traversata Lenzspitze-Nadelhorn	69
31h di strazio totale	71
Alpinismo	
Attività alpinistica 2025	76
Rangtin Valley Himalaya 2025	78
Monte Kenya e Manaslu	80
Fuori casa	85
Notizie Flash	86
Calendario appuntamenti 2026	87



Anno 55 - Dicembre 2025

Responsabile: Marco Rusconi.

Redazione: Mattia Dell’Oro, Micaela Dell’Oro, Michele Magni, Matteo Riva, Alessia Rusconi, Luca Rusconi, Cristina Valsecchi.

Fotografie: Alice Butti, Mattia Dell’Oro, Foto Club “Gianni Anghileri” Valmadrera, Irene Girola, Chiara Gusmeroli, Cristina Magni, Domenico Rusconi, Marco Rusconi, Nadia Rusconi, Fabrizio Verlino.

Impaginazione: All Print snc - Lecco.

Stampa: Tipografia Commerciale - Lecco.

In copertina: Salendo al Rimpfischhorn (foto di Mattia Dell’Oro).

Organigramma 2025

PRESIDENTE	
Rusconi Domenico	Coordinatore Trofeo Dario & Willy, Vk70 e G.T.L., aiuto tesseramento
VICEPRESIDENTE	
Rusconi Marco	Coordinatore Gruppo Giovanile, gite giovanili, referente palestra arrampicata, redazione Crociatino
CONSIGLIERI:	
Anghileri Mario	Coordinatore pulizia sentieri e G.T.L.
Butti Maurizio	Coordinatore sci alpino e 3 giorni di discesa a Naz Sciaves, referente campeggio, coordinatore ristoro S.Tomaso
Corti Giovanna	Presidente Gruppo Femminile, sede, Trofeo Dario & Willy e Vk70
Corti Massimo	Cassiere
Curioni Giancarlo	Coordinatore ristoro S. Tomaso e sentieristica
Frigerio Maria Rosa	Segretaria presidente e coordinatore 3 giorni di fondo Naz Sciaves
Gerosa Augusto	Coordinatore ristoro S.Tomaso, referente campeggio e antincendio
Magni Cristina	Referente tessaramento F.I.E., segreteria consiglio, referente palestra
Piffari Felice	Referente ferrata, coordinatore ristoro S. Tomaso
Perego Stefano	Coordinatore G.T.L. e settimana a Santa Fosca
Rusconi Andrea	Ufficio stampa, referente Valma Street Block, referente palestra arrampicata, consulta dello sport e antincendio
Rusconi Angelo	Aiuto coordinatore attività sportiva, rappresentante Osa al Consiglio del Centro Giovanile
Rusconi Gianluigi	Coordinatore corsa in montagna, sci di fondo, Trofeo Dario & Willy e Vk70, referente presciistica
Valsecchi Marta	Coordinatore sci alpino e 3 giorni di discesa a Naz Sciaves
Valsecchi Ruben	Referente Valma Street Block e palestra di arrampicata
REVISORI CONTI:	
Bonacina Giovanna, Castelli Giorgio, Valsecchi Alessandra	
ALTRE CARICHE:	
Anghileri Edoardo	Referente tesseramento O.S.A.
Anghileri Giuseppe	Referente attività Marcia Alpina
Bossetti Simone	Aiuto cassiere
Butti Silvia	Coordinatore corso di escursionismo
Canali Giuseppe	Referente rapporti F.I.E.
Corti Tino	Coordinatore ristoro S. Tomaso
Dell’Oro Micaela	Segretaria del Consiglio
Maniaci Vincenzo	Aiuto ristoro S. Tomaso
Rusconi Alessia	Aiuto coordinatore Crociatino e referente progetto sentieri digitali
Rusconi Carlo	Aiuto cassiere
Sala Luigia	Referente Giir di Sant

Consiglio Gruppo Femminile

RESPONSABILE:	Corti Giovanna	
CONSIGLIERI:	Aldeggi Rosalinda	Aldeggi Sandra
	Bonfanti Margherita	Dell’Oro Anna
	Fiorillo Cinzia	Polti Rita
	Riva Gigliola	Rusconi Anna
	Rusconi Irene	Sala Luigia Silvia
	Valsecchi Marta	Valsecchi Sandra

La parola del Presidente

Cari Soci, amiche e amici dell'OSA

a conclusione di questa intensa annata, che ha visto il primavere il rinnovo del Consiglio Direttivo per i prossimi 3 anni, desidero condividere un sentito pensiero e con sincera gratitudine mi rivolgo a tutti voi per ripercorrere insieme un anno ricco di attività, impegno e soddisfazioni. Ancora una volta la nostra Associazione ha saputo unire passione sportiva, spirito di servizio e un forte senso di comunità, valori che da sempre la contraddistinguono.

Le attività sportive hanno avuto un ruolo centrale: i **corsi di Sci Alpino e di Sci Nordico** hanno coinvolto tanti soci e famiglie, confermando quanto sia vivo il nostro entusiasmo per la montagna anche durante la stagione invernale. Il **55° Corso di Escursionismo Giovanile** ha formato nuovi giovani appassionati, trasmettendo loro attenzione, responsabilità e rispetto per l'ambiente e la gioia della condivisione.

Il **19° Trofeo Dario & Willy** è stato ancora una volta un momento di forte unione e memoria condivisa e l'assegnazione della **Prova Unica di Campionato Italiano di Skyrace** ha portato grande prestigio al nostro territorio, dimostrando l'ottima capacità organizzativa dell'OSA. Non sono mancate iniziative per tutte le età, come il **Campeggio Sociale e le Attività escursionistiche** dedicate alle famiglie e ai meno giovani, preziose per creare legami e vivere la montagna in modo semplice e autentico, il corso per giovanissimi della **DivertiRun**, un momento aggregazione, leggerezza, inclusione e divertimento. Ricordandoci che lo

sport non è solo competizione, ma soprattutto condivisione, socialità e amicizia.

In campo agonistico, possiamo essere orgogliosi: importanti risultati dei nostri numerosi atleti nella corsa in montagna hanno portato l'OSA nelle Top Five della classifica nazionale di associazioni FISky – Federazione Italiana Skyrunning, e, dopo alcuni anni, il ritorno sul podio nella Classifica Associazioni nelle gare di marcia di regolarità alpina. Un riconoscimento che premia la passione la costanza e il senso di appartenenza dei nostri atleti. Un ringraziamento sentito al Consiglio Direttivo per l'aiuto fattivo e propositivo della conduzione societaria, col quale mi scuso se a volte le ore si fanno piccole, ma gli argomenti di discussione sono sempre numerosi e parecchio sentiti, ringraziamenti che estendo agli Enti, sostenitori e sponsor che accompagnano il nostro percorso sul territorio con fiducia.

Un grazie enorme, va ai **soci che con la loro costante presenza, danno vita e animano le serate in sede con un servizio preciso e professionale a volte svolto lontano dai riflettori, ma prezioso combustibile per il buon funzionamento della società, ai tanti volontari che prestano il loro servizio al ristoro di S. Tomaso e durante le tante manifestazioni organizzate durante l'anno.**

La loro dedizione, il sorriso e la disponibilità rappresentano la base concreta del nostro stare insieme. E proprio il Ristoro di S. Tomaso continuerà ad essere, anche nei prossimi anni, uno dei nostri impegni principali: un luogo da custodire nella sua bellezza e tradizione, da

DI DOMENICO RUSCONI

valorizzare e rendere sempre più accogliente, punto di riferimento per la comunità e simbolo vivo della nostra presenza sul territorio. Ora, voglio rivolgere un pensiero ai **giovani, soci e socie**, affinché portino freschezza, entusiasmo e nuove idee. Il futuro dell'OSA passa anche dalle vostre mani: per questo vi incoraggio a partecipare, proporre, innovare e mettere in gioco le vostre competenze. Voi rappresentate il legame tra ciò che siamo stati e ciò che diventeremo, sempre nel rispetto dei **valori costitutivi dell'OSA**: amicizia, solidarietà, impegno, amore per la montagna e per il nostro territorio.

E guardando al futuro con speranza ed energia, si avvicina un traguardo speciale: **nel 2026 celebreremo il nostro 75° anno di fondazione.** Settantacinque anni di storia, di persone, di passioni, di fatica e sorrisi condivisi. Anni che hanno costruito un percorso fatto di legami autentici e di una società **orientata alla condivisione**, all'inclusione e allo stare insieme. Celebrare questo anniversario significherà onorare il passato, vivere con entusiasmo il presente e progettare insieme un futuro ancora più ricco di opportunità.

La montagna ci insegna che ogni salita richiede coraggio e determinazione, e il nostro 75° anniversario non sarà un traguardo, ma una nuova, entusiasmante partenza. Perché l'OSA non è solo una società sportiva, l'OSA è un'identità, è passione, è appartenenza ed il nostro cammino continuerà passo dopo passo nella direzione che nel 1951 i nostri soci fondatori ci hanno indicato.

Ringrazio di cuore per la fiducia e il sostegno che mi dimostraste ed auguro a tutti voi che il nuovo anno porti serenità, soddisfazioni e tante nuove avventure in montagna.

**Con affetto,
Il Presidente
Domenico Rusconi**

“La montagna è la nostra passione, la condivisione la nostra forza”



La parola del don

Un saluto e un augurio

Come ogni anno il Presidente mi chiede un saluto a tutti i soci. Sono contento di sapere che l'associazione gode sempre di grande stima da parte di tanti soci e le iniziative sono sempre ben organizzate e partecipate. La passione e potrei dire addirittura "l'amicizia" per la montagna, porta sempre a creare tante altre amicizie e a mantenere rapporti piacevoli. Credo sia importante, tuttavia,

conservare lo spirito originario dell'associazione, come ho spesso occasione di ricordare, e cioè l'importanza di associare montagna e spirito di fede, che era mi pare, lo spirito con cui Don Giacomo Cossa aveva dato vita al gruppo degli amici appassionati di montagna in oratorio. Alcune iniziative anche attuali di condivisione, vogliono conservare questo spirito: la Via Crucis in Quaresima, la giornata dell'amicizia con l'Oratorio, l'esperienza dello

scorso luglio al bivacco Anghileri-Rusconi. Altre piccole collaborazioni sono in atto, pur conservando l'associazione la sua totale autonomia.

Da quando in oratorio non c'è il vice-parroco, mi risulta che sono diventato anche il nuovo "assistente" spirituale dell'associazione, mio malgrado. Mi piacerebbe ovviamente condividere anche altri momenti di amicizia e magari anche di riflessione... Vedremo cosa il futuro ci riserva... Infine, avevo chiesto qualche piccola collaborazione di sorveglianza sull'oratorio, mancando ora una figura di riferimento e "controllo", rilancio la richiesta sperando di trovare nuove disponibilità.

A tutti auguro un buon cammino e una buona esperienza associativa.





Corso di sci nordico 2025

Si è svolto nell'arco di 5 domeniche tra il 5 gennaio ed il 2 febbraio il corso di sci nordico 2025. Confermato il trend degli ultimi anni, che vede un gran numero di persone cimentarsi in questa disciplina, chi per la prima volta e chi per perfezionare la propria tecnica. Le uscite si sono svolte come consuetudine in Engadina, la casa dei nostri fondisti. I partecipanti

hanno potuto usufruire di ben 2 pullman che ogni domenica hanno coperto il tragitto da Valmadrera, al servizio sia degli iscritti al corso che degli appassionati interessati alle singole giornate. A conclusione della stagione invernale, l'1 marzo la nostra società ha organizzato la classica traversata dell'alta Engadina da Maloja a Zerneš.



Quattro giorni in Dolomiti



Durante la bellissima escursione di ottobre al lago Santo, Maria Rosa mi ha chiesto di scrivere due righe per raccontare della gita sociale di sci di fondo a Naz-Sciaves a metà febbraio scorso; alla sua richiesta ho manifestato la mia perplessità ad accettare l'invito: sono passati tanti mesi da quel nostro soggiorno in Alto Adige e il ricordo mi sembrava non essere più così vivo.

Ma è bastato tornare a casa, accendere il computer e, man mano che le immagini apparivano sullo schermo, ritornava vivissimo alla memoria il vissuto portando in superficie i sentimenti, le emozioni, la gioia, la bellezza che ho sperimentato in quei quattro giorni forse con ancora più intensità perché c'era la visione senza la fatica! Con un gruppetto di amici, che come me non praticano lo sci di fondo, ho camminato su sentieri e piste innevate. Naturalmente la protagonista di quei giorni è stata la NEVE!

Il primo giorno la Val Ridanna ci ha regalato l'opportunità di una camminata ovattata: nessun rumore, la neve rimasta "spruzzata" ancora sugli alberi ci ha donato un paesaggio quasi fiabesco che da tanto tempo ormai non siamo più in grado di vedere nei luoghi dove abitiamo. Il rifugio ci accoglie per una bevanda calda e un dolce tipico, condiviso nell'amicizia e nella sorpresa di incontrare Joseph, il nostro albergatore di Naz. Poi compare un tiepido e timido sole che ci accompagna nella discesa. Il santuario di S. Maria Luggau, importante meta di pellegrinaggio, è la destinazione del secondo giorno per noi camminatori. Oltre la dimensione estetica che

la montagna e lo stesso santuario ci offrono, questa è stata una possibilità di vivere una piccola esperienza profondamente spirituale che ci fa sentire ancora più in comunione con il creato, come pellegrini in cammino su questa terra.

La splendida valle Aurina ci accoglie in tutta la sua bellezza il terzo giorno. E' domenica e con un ristretto gruppo saliamo alla bella Pieve che domina la vallata, per partecipare alla messa domenicale, dove ci è riservata la sorpresa di trovare una donna officiante una celebrazione della chiesa evangelica riformata. E' stato un momento molto intenso e interessante, in cui ci siamo sentiti in comunione con altri cristiani.

Tutto ciò ha generato una vivace conversazione con alcuni amici del gruppo, mentre raggiungevamo il rifugio posto quasi alla fine della vallata.

Piacevoli tutte e tre le escursioni effettuate, ma quella che più ha appagato la mia sete di bellezza è stata l'ultima, con partenza dal passo Coe per raggiungere la cima Maggio.

Il paesaggio che si apre ampiamente al nostro sguardo mentre guadagniamo quota, il silenzio che accompagna i nostri passi, il cielo di un azzurro intenso sopra di noi rendono indimenticabile questa ascensione. Arrivati sulla cresta, poco prima della croce, lo spettacolo che si apre improvvisamente ai nostri occhi ci lascia senza respiro: un vasto mare di nubi appare sotto di noi. Uno spettacolo da togliere il fiato!

Una panchina in legno, semi-affondata nella neve, invita a un momento di riposo e contemplazione

Sci di fondo

di questo orizzonte infinito!
E' specialmente in questi momenti e
in queste situazioni che mi accorgo
di quanta grazia abiti la mia vita!
Mi fermo a lungo in questo
piccolo paradiso sulla terra,
mai sazia di questa meraviglia.
Scatto innumerevoli foto per non
dimenticare più questi istanti.
Sulla cima, una grande croce domina
a 360 gradi il panorama e gli altri
già mi attendono da una decina di
minuti per una foto di gruppo.
Li raggiungo in fretta, il mio passo
è ora leggero e la gioia che ho nel
cuore si fa GRATITUDINE per tutto
ciò che ho vissuto in questi giorni!



Davide andiamo a Naz?

DI EMANUELA
SIMONETTA

“Davide ho prenotato, andiamo a sciare con
l’OSA a Naz, sei contento?”

“Ma io non so sciare!”

“Non preoccuparti, vedrai che sarà la tua
occasione per imparare.”

Ovviamente l’aspettativa è stata disattesa;
meglio rientrare con le ossa integre visto la
piega che stava prendendo. E così, bello
cosperso di Voltaren, si è dedicato a ripide
e lunghe salite prettamente scialpinistiche in
compagnia del Presidente. Il loro obiettivo era

raggiungere i 2000 metri di altezza o almeno
salire fino a dove l’altezza della neve non li
ricoprìsse. Io ovviamente mi sono data a delle
sciate su piste immerse in paesaggi da sogno
come Obertilliach, passo Coe e la Val di Tures.
Durante le sciate ero super gasata, mi sembrava
di andare forte come una scheggia, con le
lamine che andavano a sfiorare appena la neve.
Poi in realtà, vedendo i video girati dagli amici,
ero poco più che ferma, paonazza per la fatica e
spolmonata. Ma felice. Quello davvero.



Sci di fondo

DI ANGELO FINOTTI

Quattro giorni di sci nordico

Non ricordo se fossero gli ultimi giorni di dicembre '24 o i primi di gennaio '25.

Stavamo partendo da Valmadrera per una delle nostre uscite con gli skiroll quando vediamo arrivare Mariarosa che ci saluta e ci informa sul programma per la gita di quattro giorni in val Pusteria che si sarebbe tenuta in febbraio.

Va precisato che, pur avendo partecipato in passato a diverse tre giorni di fondo, negli ultimi anni i programmi del nostro piccolo gruppo si sono orientati altrove fermo restando l'assidua frequentazione delle piste engadinesi.

Il tempo di salire in macchina per andare verso la nostra destinazione ed immediatamente qualcuno abbozza l'idea che di partecipare se ne potrebbe parlare.

Verificata la possibilità e disponibilità di tutti dopo qualche giorno

prendiamo la decisione di informarci sulle modalità per l'iscrizione.

Nonostante la tempestività siamo già in ritardo, il pullman è già pieno.

Ok, facciamo appello alla nostra tenacia e imbastiamo una macchina al seguito. Mariarosa si prodiga e ci trova una camera in albergo. L'idea piace e da tre diventiamo quattro. Ecco chi siamo: Fabio, Giorgio, io e Peo, rigorosamente in ordine alfabetico.

Arriva il giorno della partenza e purtroppo le condizioni di salute del nostro autista diventano precarie. Stoicamente si presenta all'appuntamento deciso a reagire. Durante il viaggio stabiliamo un contatto con il resto del gruppo con il quale ci troviamo all'arrivo della prima destinazione: Val Ridanna località Masseria.

Non ricordo una gran bella giornata dal punto di vista meteorologico

ma la voglia di sciare è tanta e ci si lancia sulle piste a scaricare l'indolenzimento fisico accumulato durante il lungo viaggio.

Togliamo gli sci e ci fiondiamo in un ristorante alla ricerca di qualcosa di caldo da mangiare.

Troviamo Stefano e Colomba seduti davanti ad un piatto di uova, patate e speck da paura.

Ci sediamo e chiediamo altrettanto ma ci rispondono che la cucina è già chiusa, ci resta una birra per consolarci. Dopo un po' che aspettiamo anche la birra rimane solo un desiderata che andrà in qualche modo colmato.

Scendiamo con la macchina lungo la valle ed entriamo in un negozietto come non se ne vedono più da noi. La gentilezza fatta persona ci fa dei panini che accompagniamo a qualcosa da bere e ad un caffè grazie a una macchinetta che la signora tiene alle sue spalle. Ora va un po' meglio.

Arrivati in albergo e recuperate le chiavi della stanza ci sistemiamo. Assegniamo la camera matrimoniale al possibile untore e teniamo per noi tre la stanza adiacente con letti a castello e singoli. In men che non si dica la stanza diventa un accampamento. Dopo un po' di meritato riposo arriva l'ora della cena.



Sci di fondo

Il salone è già pieno. Ma quanti siamo? Ma quanti Osini ci sono? Siamo ancora in ritardo nonostante l'orologio non lo confermi. Ci accomodiamo in un tavolo sopraelevato; ci fanno compagnia l'autista del pullman e una coppia di Osini veramente simpatici. Cena che rispetta le aspettative e dopocena abbastanza breve a causa della lunga giornata.

Notte difficile ma si riesce a riposare abbastanza per essere pronti la mattina dopo ed andare ad Obertilliach dove troviamo una pista decisamente più impegnativa ma anche una bella giornata di sole. Divertimento e fatica assicurati. Tornando tappa obbligata presso Loacker; essere in macchina, in questa circostanza, si rivela un vantaggio in termini di elasticità (partenza, soste previste e non, rientro). Troviamo anche il tempo per una sauna che personalmente mi dà un enorme piacere accompagnato ad una netta sensazione di eliminazione della stanchezza fisica. Appuntamento serale che ci vede questa volta in anticipo o meglio in perfetto orario. Cena durante la quale anche l'autista del pullman scioglie la sua riservatezza e dialoga con il resto del gruppo. Riemerge all'improvviso il periodo covid e ripensando a quanto tutto questo ci fosse precluso non perdiamo occasione per raccontarci quanto le nostre esperienze personali e di socialità ci abbiano indelebilmente segnati. Ovviamente con una serie di varianti che hanno posto gli uni e gli altri su piani comuni e a volte contrapposti. Arriva il dolce e mette tutti d'accordo.

Mattino di domenica 16 febbraio. Dopo abbondante colazione ci si muove per andare a Riva di Tures. Percorso di avvicinamento breve e meteo che ancora ci grazia. Pista conosciuta e sempre apprezzata per le sue parti tranquille ma anche per la sua parte alta che richiede impegno e determinazione. Qualità che nel gruppo ovviamente non mancano.

Il nostro autista è alla frutta; dopo una breve sciata si ritira al caldo di un ristorante locale in attesa che anche noi si chiuda la giornata e



si decida il rientro; non prima però di aver mangiato una bella fetta di strudel accompagnata da un boccale di birra fresca.

Al rientro solita immancabile sauna. Dopo cena variante derby calcistico. Inter e Juventus si incontrano per una partita di campionato. Questa volta ha la meglio la Juventus che a detta della maggioranza interista approfitta degli errori fuori misura degli attaccanti della squadra milanese. Cari interisti, bisogna saper perdere....

La notte decreta la definitiva debacle del nostro autista che nonostante la caparbia resistenza decide di rinunciare all'ultima sciata prevista

a passo Coe e di impostare il navigatore sull'indirizzo di casa. Fatta colazione io e l'autista salutiamo il popolo Osino ed inforchiamo la via del ritorno, lasciando in rappresentanza di questo esiguo gruppetto solo una delegazione di peso che calcherà anche per noi le piste del passo. Per concludere, che dire... è stato un grande piacere passare del tempo con questa bella compagnia, questa banda di allegri temerari; volti noti e meno noti, volti che rasserenano. Un grazie di cuore a tutti. Alla prossima



Vuokatti, Finlandia

EMOZIONI SULLA NEVE E 50 KM
DI SFIDA TRA LE FORESTE DEL NORD

La nostra vacanza comincia all'aeroporto di Malpensa, con destinazione il piccolo scalo di Kajaani, nel cuore della Finlandia orientale. Ad attenderci, una settimana sulle piste da fondo del villaggio di Vuokatti, rinomato centro sportivo dove si svolgono tutti gli sport invernali, immerso in una natura incontaminata, dove il silenzio della foresta si fonde con il ritmo degli sci sulla neve.

Fin dal nostro arrivo, Vuokatti si è rivelato un vero paradiso invernale. Il nostro appartamento, con vista sul lago ghiacciato, si è trasformato subito in un rifugio accogliente dopo le prime escursioni e una cena calda e tipica a base di salmone affumicato e zuppa di renna.

Ma il clou del soggiorno è stato il sabato, quando Renato ha partecipato alla celebre gran fondo di 50 km in tecnica classica, una delle prove più attese del calendario amatoriale finlandese.

La Vuokatti Hiihto, come viene chiamata in finlandese, è una gara

con oltre 40 anni di storia. Nata negli anni '80 come evento locale per appassionati, si è presto trasformata in una competizione di richiamo nazionale, attirando fondisti da tutta la Finlandia e dall'estero. Si disputa a marzo, ma negli ultimi anni anche a fine febbraio.

Il percorso si snoda tra salite impegnative e discese veloci, su piste larghe e curate. La vera sfida è la resistenza fisica e mentale richiesta: 50 chilometri di concentrazione, tecnica pulita e gestione dello sforzo.

La gara si svolge con qualsiasi condizione atmosferica, nel pieno rispetto dello spirito nordico. La temperatura quest'anno era -10°C trovando facilmente la giusta sciolina.

Renato era l'unico italiano iscritto alla competizione di quest'anno: un dettaglio che ha attirato la simpatia di molti partecipanti e degli organizzatori. L'arrivo, dopo poco più di cinque ore di gara, è stato commovente. Il sorriso stanco ma



soddisfatto di Renato ha raccontato tutto: la fatica, la determinazione, e quella gioia che l'arrivo riesce a regalare.

Durante la cerimonia di premiazione, abbiamo scoperto una curiosità che rende la Vuokatti Hiihto ancora più affascinante. Nel 1987, un giovane fondista locale di 17 anni - livo Niskanen, oggi campione olimpico - partecipò alla sua prima gara ufficiale proprio su queste piste, accompagnato dal padre come "pacer" non ufficiale. Anni dopo, Niskanen avrebbe raccontato in un'intervista che proprio quel giorno capì di voler diventare un professionista. Una gara amatoriale, dunque, che ha dato i natali a uno dei più grandi nomi dello sci di fondo moderno.

Nei giorni successivi alla gara ci siamo dedicati alla scoperta delle tante piste di Vuokatti. I tracciati - oltre 150 km - sono suddivisi per livello e ben segnalati, con rifugi in legno dove riscaldarsi con una cioccolata calda. La varietà del paesaggio, tra foreste di betulle, laghi ghiacciati e tratti collinari, rende ogni uscita un piccolo viaggio nella bellezza nordica.

In sintesi, una vacanza fatta di sport, natura e scoperta; perché qui lo sci di fondo non è solo uno sport, è uno stile di vita.

Info: possibilità di allenarsi tutto l'anno nel tunnel da fondo indoor più lungo del mondo (1,2 km).





Campionato sociale

In data 23 febbraio si è disputato il campionato sociale di sci nordico o, per gli amanti della lingua inglese, di cross country ski.

Innanzitutto, iniziamo a dire che siamo tornati nella “sacra” terra del Maloja, in una bellissima giornata di sole, con una fantastica pista ben battuta. Cosa che non sempre capita.

Il percorso partiva dalla piana antistante l’ex collegio, si percorreva tutta la tortuosa pista nel bosco fino alla frazione di Isola, per poi tornare alla partenza dal piatto e ventoso lago ghiacciato. Quest’anno la giornata del campionato sociale può essere definita quasi perfetta: bel tempo, grande partecipazione, soprattutto un buon numero di giovani e il mio bis, quindi tutto perfetto! Quasi non ci siamo accorti che rischiavamo di gareggiare senza pettorali, “mea culpa”.

A mio avviso, questa edizione è stata un vero successo.

Non tanto per le prestazioni atletiche il livello dei partecipanti più “agonistici” non è forse da

Coppa del Mondo, quanto per la straordinaria adesione dei soci, che hanno vissuto questa gara come una giornata da condividere insieme, in una cornice meravigliosa, tra sorrisi, scherzi e divertimento.

In una società che supera i 1.500 soci, credo sia fondamentale coltivare questi momenti: occasioni che rinsaldano il senso di appartenenza, l’aggregazione e la passione per lo sport, valori che



CLASSIFICA FEMMINILE (Km 7)

Pos.	Atleta	Cat.	Tempo
1°	Girola Irene	F	25:58,68
2°	Dell’Oro Barbara	F	27:12,99
3°	Brambilla Alessia	F	27:38,75

CLASSIFICA MASCHILE (Km 7)

Pos.	Atleta	Cat.	Tempo
1°	Riva Matteo	S	20:49,92
2°	Rusconi Marco	S	20:58,17
3°	Riva Pietro	OV60	21:07,42

CLASSIFICA RAGAZZI (Km 1,5)

Pos.	Atleta	Cat.	Tempo
1°	Rusconi Diego	R	08:46,95
2°	Perossi Nicola	R	09:46,03

rappresentano il cuore della nostra associazione.

La mia più grande soddisfazione per questa edizione è stata vedere molta gente che non calzava gli sci stretti da anni, venire quest’anno a partecipare al sociale, ma anche molte altre persone che sono venute senza prendere parte alla competizione, aiutando con il cronometraggio, scattando foto, facendo il tifo o semplicemente solo per stare insieme.

Ci tengo ancora una volta a ringraziare in particolar modo tutti quelli che hanno permesso di poter passare questa splendida giornata sulla neve, contribuendo alla buona riuscita dell’evento, ringrazio anche tutti i partecipanti ed i supporter.

Rinnovo l’invito a tutti i soci per l’anno prossimo, sperando di poter replicare se non migliorare!!!



Corso di sci alpino

Un'esperienza sicuramente da ripetere!

Ho avuto l'opportunità di partecipare a dodici ore super intense di corso di sci con O.S.A. Valmadrera presso gli impianti di Chiesa Valmalenco (il 28 dicembre 2024, il 4, il 6 e l'11 gennaio 2025).

Durante la prima lezione, gli istruttori

ci hanno fatto fare una semplice discesa per valutare la nostra "tecnica", e suddividerci in piccoli gruppi da 6 allievi ciascuno. Indossata la caratteristica pettorina di riconoscimento gialla fluo siamo partiti verso le prime piste. Il nostro maestro Andrea è stato fin da subito in grado di metterci

a nostro agio facendo iniziare la lezione con una discesa libera durante la quale ci ha osservato per conoscerci.

Piccole parti teoriche si sono susseguite ad alcuni esercizi pratici sulla gestione del peso durante le varie fasi di curvatura.

Anche le lezioni successive hanno alternato brevi momenti teorici (abbiamo imparato il significato di diversi termini del settore: lamine, scodinzolo, serpentina, il corretto uso del bastoncino e le curve con l'appoggio...) a esercizi pratici, che tra qualche risata, perdita di bastoncini e piccole cadute, ci hanno permesso di comprendere il significato e l'importanza di ciò che ci veniva spiegato.

Come per magia alla discesa successiva ti sentivi più sicuro e coordinato nei movimenti.

Non era la prima volta che indossavo un paio di sci, ma sentivo il bisogno di un approccio teorico per migliorare la tecnica e la gestione della fatica. Devo dire che questo corso è riuscito appieno nel mio intento!

Al termine delle 4 date ci è stata consegnata una credenziale FISL con l'indicazione di quello che è il nostro livello raggiunto, un'ottima esperienza per piccini che indossano gli sci per la prima volta, ma anche per gli adulti che come me vogliono migliorare le proprie capacità e sentirsi più sicuri sulle piste.

5 stelle piene a questa esperienza! Al prossimo anno!



Tre giorni di sci alpino in Dolomiti

Dal 17 al 19 gennaio abbiamo vissuto tre giorni intensi e memorabili sulle Dolomiti, un viaggio tra sport, paesaggi incantati e momenti unici condivisi con amici speciali.

Le Dolomiti offrono uno degli scenari più spettacolari e apprezzati al mondo per gli amanti dello sci. Situate tra il Veneto, il Trentino-Alto Adige e il Friuli Venezia Giulia, queste montagne non sono solo un paradiso naturale, ma anche una delle mete sciistiche più attrezzate e amate d'Europa.

Uno dei comprensori sciistici più grandi al mondo: con oltre 1.200 km di piste e 12 aree sciistiche collegate da un unico skipass, permette agli sciatori di esplorare ogni giorno nuove vallate senza mai togliere gli sci. Tra le esperienze più iconiche c'è il Sellaronda, un circuito ad anello che gira attorno al massiccio del Sella. Si può percorrere in entrambe le direzioni, toccando quattro vallate (Val Gardena, Alta Badia, Arabba e

Val di Fassa) in una sola giornata.

Un'esperienza unica che unisce sport e paesaggi mozzafiato.

C'è qualcosa di unico nel condividere il proprio sport preferito con le persone più care. Lo sci non è solo velocità e neve, ma anche risate in seggiovia, sfide in pista e momenti di silenzio davanti a paesaggi che tolgono il fiato.

Le Dolomiti fanno da cornice perfetta a un'esperienza che va oltre lo sport, è complicità, fatica condivisa, e quella sensazione indescrivibile che si prova alla fine della giornata, quando ci si guarda e si sa che si è creato qualcosa di speciale.

In queste giornate, ogni discesa diventa ricordo. E ogni sorriso, un piccolo pezzo di felicità che resta.

• 17 gennaio Plan de Corones.

La nostra avventura è iniziata sulle ampie piste di Plan de Corones, con neve compatta e panorami aperti su

tutta la Val Pusteria.

• 18 gennaio 5 Torri, Lagazuoi e... la magia di Cortina.

Il secondo giorno ci ha portati tra le suggestive 5 Torri e il Lagazuoi, immersi in un paesaggio da cartolina, tra pareti di roccia e piste spettacolari. Ma il vero momento clou è arrivato a Cortina d'Ampezzo, dove abbiamo avuto la fortuna di assistere dal vivo alla vittoria di Sofia Goggia nella discesa libera femminile. Emozione pura, brividi lungo la schiena, applausi e bandiere al vento: un'esperienza da raccontare per sempre.

• 19 gennaio Corvara e Santa Cristina.

L'ultimo giorno ci ha regalato le piste perfette di Corvara e Santa Cristina, nel cuore dell'Alta Badia e della Val Gardena. Una conclusione spettacolare, con discese panoramiche e il senso di libertà che solo lo sci in alta quota sa dare. Tra una pista rossa e un rifugio accogliente, ci siamo salutati con la promessa di tornare.

Sciare è bellissimo. Ma farlo con chi condivide la tua stessa passione, in luoghi così carichi di storia e bellezza, lo rende qualcosa di davvero speciale.

Tre giorni vissuti al massimo, tra sport, amicizia e pura felicità. Alla prossima discesa!





Monte Rosa

IL RICORDO DI BAMBINA RITROVATO

Ricordo ancora l'emozione che provavo da bambina quando si andava a sciare col pullman. Sveglia presto, uscire col buio, l'attesa del pullman. L'8 marzo, grazie all'OSA di Valmadrera, ho rivissuto quella magia, un viaggio sul Monte Rosa che ha saputo risvegliare la bambina che è ancora dentro di me.

Salire su quel pullman, con mio marito al fianco e un gruppo di persone così diverse ma unite da una bella energia, è stato come fare un salto in-

dietro nel tempo. Le risate, gli scherzi che si susseguivano, mi hanno riportato a quelle gite spensierate, dove la compagnia era parte integrante del divertimento.

Arrivati ai piedi di quel gigante innevato che è il Monte Rosa, la meraviglia è stata la stessa di allora, forse persino più intensa, vista con gli occhi di chi ha imparato ad apprezzare la maestosità della natura. Sciare su quelle piste è stata una gioia pura, condivisa con un gruppo che si inci-

tava e si aspettava, proprio come facevamo quando ero bambina.

E poi, quel momento magico dell'aperitivo. Tra chiacchiere, brindisi e stuzzichini, ho sentito quel calore umano, quella sensazione di appartenenza che a volte la vita adulta tende a farci dimenticare.

Era la stessa allegria semplice e genuina che provavo da bambina quando un panino diviso e una bibita in compagnia erano la felicità.

Guardavo i volti sorridenti intorno a me e pensavo a quanto sia prezioso ritrovare queste dinamiche di gruppo, questa leggerezza che ci fa sentire di nuovo un po' bambini. L'OSA di Valmadrera ha saputo creare un'occasione speciale, unendo la bellezza del Monte Rosa alla gioia di condividere un'esperienza con persone che, pur nella loro diversità, sanno come fare gruppo.

Questa gita non è stata solo una giornata sulla neve; è stato un viaggio nel tempo, un dolce ricordo di quanto sia bello stare insieme, ridere e condividere. Mi ha ricordato quella bambina entusiasta che partiva per la montagna con la gioia nel cuore, e mi ha fatto capire che quella gioia, grazie a esperienze come questa con l'OSA, è ancora viva e vibrante dentro di me. Grazie per avermi regalato questa emozione, un piccolo grande tesoro da custodire.





Gara sociale

Come negli ultimi anni, la competizione si è svolta in occasione della “festa della neve” a Chiesa Valmalenco, con la FIE ad occuparsi dell’organizzazione della gara e di un rinfresco finale, permettendo alle società affiliate di far gareggiare i propri soci su un unico tracciato di slalom gigante. Presenti ben 43 osini al cancelletto di partenza, sicuramente un buon numero anche se lontano dal totale dei praticanti all’interno della nostra società, sicuramente più elevato. Buona parte della giornata è stata caratterizzata da cattiva visibilità, inoltre il tracciato di gara sulla pista “del dosso” si presentava già in cattive condizioni durante la discesa dei primi numeri, con scalini, tagli e vasche nella neve in corrispondenza delle porte. Questi fattori hanno spinto molti partecipanti a “tirare i remi in barca” e pensare solo ad arrivare al traguardo, mentre chi voleva vincere si è preso diversi rischi che in alcuni casi hanno portato a delle cadute. La pista “del dosso” è inoltre molto breve (il miglior tempo di giornata è stato di circa 33 secondi) e presenta una seconda metà poco pendente: se si commette un errore la gara è compromessa. I risultati ci dicono che in campo femminile si è imposta Chiara Gusmeroli, alla sua prima partecipazione a questa gara,

seguita da Gaia e Nadia Rusconi. Chiara è riuscita a sfruttare al meglio le sue ottime doti di sciatrice, la sua vittoria (ed il suo 6° posto a livello assoluto) non è certo un caso. In campo maschile invece il risultato non ha rispecchiato i pronostici della vigilia: chi scrive questo articolo ha avuto la meglio su Erik e Mattia Dell’Oro. Per la prima volta nella storia dell’OSA una persona è riuscita a vincere sia la gara sociale di sci nordico che quella di sci alpino, seppure in anni diversi. Chi conosce entrambi gli sport sa benissimo che sono profondamente diversi, seppure accomunati dall’obiettivo di scivolare il più velocemente possibile sulla neve. Ma com’è possibile che un “fondista” sia riuscito a vincere il sociale di sci alpino? I motivi sono diversi, primo tra tutti il fatto che nell’inverno

24/25 più che fondista potrei essere definito come “discesista”, visto che il numero totale delle mie uscite sugli sci stretti si è fermato a 5, contro le 11 giornate passate sugli impianti di risalita. Le condizioni di gara sono state sicuramente particolari, qualche favorito ha “alzato il piede” ed altri sono caduti; già nel 2017 affrontammo una situazione di gara simile con una pista segnata da centinaia di passaggi, e proprio in quell’occasione mi piazzai al settimo posto. Infine il cambio materiali, forse la motivazione principale della mia prestazione: fino allo scorso anno sciavo saltuariamente con un paio di sci troppo lunghi e con un raggio di curvatura troppo elevato. Erano sicuramente meno maneggevoli (e soprattutto meno divertenti) dei miei attuali sci di 175 cm con raggio di curvatura 17. Insomma, da “outsider” mi sono fatto trovare pronto ed ho sfruttato al meglio le condizioni di gara. Appuntamento al prossimo anno.

CLASSIFICA FEMMINILE

Pos.	Atleta	Cat.	Tempo
1°	Gusmeroli Chiara	S	00:38,16
2°	Rusconi Gaia	S	00:39,33
3°	Rusconi Nadia	S	00:40,39

CLASSIFICA MASCHILE

Pos.	Atleta	Cat.	Tempo
1°	Rusconi Marco	S	00:34,53
2°	Dell’Oro Erik	S	00:35,16
3°	Dell’Oro Mattia	S	00:36,40

CLASSIFICA SNOWBOARD

Pos.	Atleta	Cat.	Tempo
1°	Butti Maurizio	S	00:56,18
2°	Castagna Jacopo	S	00:58,62



Eppure quest'anno...

VIAGGIO NELLA TESTA DI UN RUNNER (QUALSIASI) DEL TROFEO DARIO&WILLY

L'1 Maggio non è un giorno qualsiasi per noi valmadreresi.

Se in tutta Italia si festeggia la Festa dei Lavoratori, l'1 Maggio è una giornata speciale a Valmadrera. In realtà, tutto inizia mesi prima, quando ancora fa freddo e le giornate sono corte, quando i dopo-lavoro diventano sessioni di allenamento intense. Salite, ripetute, strada, e poi ancora salite. Eppure, quella data sembra ancora così lontana, c'è molto tempo per prepararsi. Arriva poi il momento dell'apertura delle iscrizioni, e gli allenamenti continuano e si intensificano.

Sarà l'aria di primavera, saranno le prime giornate calde e soleggiate, ma poi quel fatidico 1 Maggio arriva, e un po' ti chiedi come il tempo sia passato così velocemente. Il giorno prima, alla consegna dei

pettorali, tantissimi volti conosciuti, ormai diventati amici, e ovviamente le solite scene: "Quest'anno non ho avuto tempo per allenarmi bene" "Mi è venuto un dolorino al ginocchio dopo il lungo di domenica scorsa, domani sarà un disastro" "Hai visto la pioggia dell'altra sera? Chissà quanto fango sotto a Pianezzo" "L'ultima discesa di Preguda sarà uno scivolo" "Tu quanti gel porti?" E vabè, fa parte del gioco ascoltare tutte queste frasi un po' scaramantiche e un po' di circostanza. Ritiriamo il pacco gara, che è sempre ricco (grazie OSA Valmadrera!) e poi subito a casa. La cena e la notte si avvicinano! L'indomani, è proprio quel giorno. Come sono passati tutti questi giorni? Ci incontriamo, ognuno con un suo rito scaramantico, ognuno con le sue aspettative, ognuno

DI MATTEO PITTON

con le sue speranze. Arriviamo a Parè, tempo per un caffè e per i vari preparativi. È proprio una bella giornata, non come l'anno scorso. Il sole è alto, pronto a scaldare questa lunga mattinata. Una leggera brezza si alza nella Baia di Parè, è tempo di scaldarsi ormai! C'è chi sdrammatizza, c'è chi pianifica i vari intertempi, c'è chi fa il conto dei gel, c'è chi si tocca proprio quel ginocchio pregando che quel dolorino maledetto non si palesi. Tra un saluto e una foto tutti insieme, eccoci sulla linea di partenza. "In bocca al lupo!" "Ci vediamo al traguardo!" "Stiamo vicini!"

Ed è proprio in quel momento, che le domande iniziano a tempestarti la testa "Andrà bene? Andrà male? Arriverò al traguardo?" Eppure, il percorso è sempre quello (bellissimo) intorno alle nostre montagne di casa (bellissime), sasso più, roccia meno. Eppure, non è il primo anno, ma ti senti sempre un novellino. Eppure, ci siamo allenati, forse meglio dell'anno scorso (forse eh). Eppure, eppure, eppure... Si parte!

La prima salita è proprio quella dannata salita verticale che ti porta a Pianezzo. Si spera di spezzare il fiato il prima possibile, mentre tantissime persone intorno al sentiero tifano, salutano, incoraggiano. Correre da valmadrerese a Valmadrera è come correre per tutti loro, qualsiasi sia la tua squadra e il tuo livello. È una gara a parte, ricca di emozioni, di pressioni



Corsa in montagna



per davvero”. Ultima discesa, quest’anno sofferatissima. “Dopotutto anche gli altri anni era sofferatissima, non scherziamo”. Si intravede il traguardo, che ovviamente sembra allontanarsi sempre di più. Ultimo chilometro, ultimi metri, la mia famiglia lì ad aspettarmi, amici, volti familiari, il 5 pieno di soddisfazione a Domenico all’arrivo. E ci siamo per davvero, siamo arrivati, stremati, doloranti, felici, grati di tutta questa magia che solo il Dario&Willy può trasmettere.

“Ce l’abbiamo fatta!!” “Forse anche meglio dell’anno scorso... Eppure, peggio dell’anno prima ancora...” “Sì, ma quest’anno c’era più fango. Anzi no, quel dannato dolorino...”.

Grazie OSA Valmadrera, grazie a tutti i volontari, grazie a tutti i familiari, amici, e tifosi.

Grazie alle nostre montagne.

Grazie Trofeo Dario&Willy.

Perché si sa, l’1 Maggio non è un giorno qualsiasi per noi valmadreresi.

CLASSIFICA MASCHILE (primi 20)				
Pos.	Atleta	Cat.	Pos. Cat.	Tempo
1°	BELTRAMI LORENZO	SM	1	LA RECASTELLO RADICI 02:23:46
2°	ROTA ANDREA	SM	2	O.S.A. VALMADRERA 02:28:18
3°	BRAMBILLA DANILO	SM	3	ASD FALCHI LECCO 02:28:58
4°	ROTA MARTIR LORENZO	SM	4	GS OROBIE 02:30:53
5°	ANTONIOLI DANIEL	MM40	1	TEAM PASTURO - TEAM 02:31:31
6°	VALSECCHI SIMONE	SM	5	ASD FALCHI LECCO 02:32:04
7°	LAFRANCONI LUCA	SM	6	ASD FALCHI LECCO 02:37:54
8°	SALA MORENO	SM	7	G.S.A. COMETA 02:38:00
9°	GIANOLA MATTIA	SM	8	LAB4YOU 02:38:14
10°	FORCONI GIACOMO	SM	9	ASD SPACE RUNNING 02:40:35
11°	PEDRETTI GIUSEPPE	SM	10	ASD PEGARUN 02:40:50
12°	RONCAREGGI STEFANO	U23 M	1	LIBERO - ATLETICA 02:41:46
13°	GIANOLA ERIK	MM40	2	ASD FALCHI LECCO 02:42:59
14°	RODIGARI MATTEO	SM	11	ASD PEGARUN 02:43:45
15°	GAGGERO GABRIELE	SM-open	1	LIBERO - G.S.A. COMETA 02:44:05
16°	MALUGANI GIOVANNI	SM-open	2	LIBERO - C.A. LIZZOLI 02:45:06
17°	BUTTI STEFANO	MM40	3	O.S.A. VALMADRERA 02:45:36
18°	SANTINI PIETRO	U23 M	1	G.S.A. COMETA 02:45:55
19°	CURTONI FILIPPO	SM	12	TEAM VALTELLINA ASD 02:46:20
20°	SCALZI ALEX	SM	13	ASD FALCHI LECCO 02:46:22

CLASSIFICA FEMMINILE (prime 20)				
Pos.	Atleta	Cat.	Pos. Cat.	Tempo
1°	BASSO CECILIA	SF	1	G.S. ORECCHIELLA 02:54:21
2°	RUSCONI FRANCESCA	SF	2	LAB4YOU 03:04:11
3°	SAGGIN IRENE	SF-open	1	LIBERO - ULTRABERICUS 03:09:26
4°	OREGIONI ARIANNA	SF-open	2	LIBERO - G.P. SANTI 03:09:39
5°	JACQUIN ROBERTA	SF	3	ASD PEGARUN 03:10:27
6°	MASCHI SOPHIE	SF	4	O.S.A. VALMADRERA 03:11:16
7°	PALLINI ELISA	MF45	1	ASD PEGARUN 03:16:48
8°	TESTINI ALICE	SF	5	ASD CASTELRAIDER 03:17:45
9°	BENEDETTI DEBORA	MF50	1	TEAM PASTURO 03:26:22
10°	GIROLA IRENE	SF	6	O.S.A. VALMADRERA 03:28:06
11°	CHIAVAZZI IRMA	U23 F	1	PIOSSASCO TRAIL RUNNERS 03:28:34
12°	BOSCHETTI LISA LAURA	MF40 ch	1	SPORT PROJECT VCO 03:29:25
13°	TOLONI SARA	SF	7	O.S.A. VALMADRERA 03:29:29
14°	RUGGERI NICOLE	SF	8	TEAM GAAREN BEAHERO 03:29:40
15°	LUBRINI IRENE	SF open	3	LIBERO 03:31:49
16°	RUSCONI MARTA	SF	9	ASD FALCHI LECCO 03:32:47
17°	PARENTI MARTINA	SF	10	ASD FALCHI LECCO 03:39:13
18°	STANCHI MARTINA	U23 F	2	TEAM MARTIN 10ZEROUNO 03:45:27
19°	FUMAGALLI CHIARA	SF - open	4	LIBERO - I BOCIA VERANO 03:48:11
20°	PENSA PATRIZIA	MF60	1	TEAM PASTURO 03:49:52



Vk70 quinta edizione

Sabato 4 ottobre si è svolta l'edizione 2025 della nostra vertical race, che ha visto il record di partecipazione e prestazioni di alto livello. Anche quest'anno il percorso ha visto gli atleti partire dalla frazione Trebbia (253 m) per raggiungere la vetta del Monte Rai (1259 m), lungo il sentiero n.1 "Lucio Vassena", per una lunghezza totale di circa 3.300 metri. La gara, inserita nel calendario nazionale della Federazione Italiana di Skyrunning (FISky) per la specialità Vertical Kilometer, ha registrato un vero e proprio boom di iscritti rispetto al 2024: ben 195

atleti al traguardo, superando i 158 dell'edizione precedente. Il meteo ci ha regalato una giornata perfetta per correre: cielo terso, temperature fresche e terreno asciutto. Condizioni ideali per affrontare le rampe che portano al Corno Birone, dove si è decisa la gara. Il successo assoluto è andato ad Alex Rigo (Maddalene skyteam), che ha conquistato la cima del monte Rai con un tempo strepitoso di 38'10", migliorando di quasi 3 minuti il crono del vincitore 2024. Al secondo posto Luca Compagnoni (Skyrunning adventure) con 39'00",

seguito da Stefano Vota in 39'32". Ma è in campo femminile che si è consumata la battaglia più accesa: pensate che i crono delle prime tre classificate sono tutti migliori rispetto al record femminile risalente al 2022. A spuntarla è stata Benedetta Broggi (Sport project VCO) in 43'22", seguita da Paola Stampanoni (Pini mountain racing, 43'26") e Martina Brambilla (Team Pasturo, 43'57"). A livello di squadra, i migliori risultati osini sono stati ottenuti da Stefano Butti e Dario Rigonelli, entrambi in top15. Il bilancio della manifestazione è decisamente positivo. Personalmente non mi sarei mai aspettato il sold out delle iscrizioni: è stata una piacevole sorpresa, che tuttavia conferma la fiducia che i trail runners ripongono nella nostra organizzazione di questo tipo di eventi. Come al solito ringraziamo la presenza instancabile dei nostri volontari, che hanno presidiato il percorso e gestito con entusiasmo tutte le fasi della giornata. Un sentito ringraziamento va anche ai nostri sponsor, che ci hanno sostenuto con passione e fiducia. L'appuntamento è già fissato per il 2026, sempre con lo stesso entusiasmo e la stessa voglia di passare una bella giornata di sport. E chissà, forse un nuovo nome.



CLASSIFICA MASCHILE (primi 5)			
Pos.	Atleta	Cat.	Tempo
1°	RIGO ALEX	SM	MADDALENE SKYTEAM 00:38:10
2°	COMPAGNONI LUCA	SM	SKYRUNNING ADVENTURE 00:39:00
3°	VOTA STEFANO	SM	PIOSSASCO TRAIL RUNNERS 00:39:32
4°	PANZERI DAVIDE	SM	VAM RACE ASD 00:40:23
5°	SCAIOLI GABRIELE	SM	TEAM PASTURO ASD 00:40:37

CLASSIFICA FEMMINILE (prime 5)			
Pos.	Atleta	Cat.	Tempo
1°	BROGGI BENEDETTA	SF	SPORT PROJECT VCO 00:43:22
2°	STAMPANONI PAOLA	M F40/45	PINI NMOUNTAIN RACING 00:43:26
3°	BRAMBILLA MARTINA	SF	TEAM PASTURO ASD 00:43:57
4°	GHIRARDI CORINNA	M F40/45	SKYRUNNING ADVENTURE 00:46:28
5°	SANGALLI BARBARA	M F50/55	AS PREMANA 00:47:12

Nuvole

Ecco, sono finalmente arrivato e ovviamente pioviggina. Ieri era bello, domani sarà bello e oggi pioviggina.

Ci ho messo una vita, lo sapevo già prima della partenza ma ora faccio una grossa fatica ad accettarlo. L'ho capito subito che non era giornata, lo speaker ha elencato per filo e per segno i 12 risultati stagionali della ragazza allo start prima di me e io alla fine sono partito nell'anonimato più assoluto.

Bevo un bicchiere d'acqua al piccolo ristoro posizionato sul cucuzzolo mentre cerco di mettere ordine nei troppi pensieri che ingolfano la mia testa.

A ben vedere aveva ragione lui, cosa doveva dire?

"attenzione attenzione" con annesso rullo di tamburi

"sta partendo quello che ci metterà una vita!"

Non piove più, l'umore rimane comunque grigio come le nuvole sopra di me mentre mi infilo la giaccavento e mi incammino lungo la non breve discesa. Gli altri concorrenti che hanno terminato la loro fatica scendono intorno a me e intanto parlano delle gare già fatte, di questa appena fatta e delle prossime da fare.

Che palle! In questo momento per me non c'è un passato, un presente e un futuro a cui aggrapparmi per farmela passare e non me ne frega niente delle loro cazzate.

Certo che ci ho messo proprio una vita... ma d'altronde Riccardo svegliati, cosa vuoi fare se non corri mai più di mezz'ora, non vai quasi mai in salita e figuriamoci tutto il resto. Vuoi fare l'esame senza aver seguito le lezioni? Peccato che qui non si improvvisa nulla, serve un impegno costante. Non basta stare in area, deviare quasi per caso un pallone che ti passa davanti e diventare in un attimo l'eroe della giornata.

"settimana prossima dove si va? vi

do la rivincita..."

Che il cielo li strafulmini, non li sopporto più, provo a staccarli ma vado in discesa come sono andato in salita, loro sempre dietro senza apparente fatica, fra battute e risate che riecheggiano nel bosco. Su un tratto umido quasi scivolo, ci mancherebbe di cadere davanti a loro, sarebbe l'apoteosi.

Mi sa che torna a piovere, speriamo almeno di riuscire a mangiare qualcosa all'asciutto.

Ma sì, dovrei prenderla con filosofia, non c'è nulla di male nel non essere in forma, sono momenti così, vanno gestiti per poi ripartire.

Ripartire? Ripartire per dove? Cosa sto cercando? Non diventerò più veloce, più forte o più giovane.

Una parte di me lo sa con certezza ma non è la parte che questo pomeriggio voglio ascoltare. È inutile, il bicchiere lo vedo solo mezzo vuoto e in più ora mi fa male lateralmente il ginocchio sinistro.

Niente di estremamente doloroso ma si fa sentire. Sarà colpa della discesa? Forse non dovrei mettere i tacchetti agli allenamenti di calcio? È questo tempo umidiccio? Sarà la bandelletta? Diavolo, fino a ieri non sapevo nemmeno di averla una bandelletta!

Finalmente San Tommaso, con due emme anche se pare si scriva con una sola. Incrocio molta gente che conosco ma non vado al di là di un saluto appena abbozzato, con un vago sorriso destinato a sparire velocemente.

Le nuvole continuano a ricoprire completamente il cielo, e io mi siedo volutamente ad un tavolo dove non conosco nessuno, mentre uno di loro cerca di descrivere il panorama che ha visto dalla cima.

Ma chi se ne frega del panorama... ho fatto solo una gran fatica per arrivare in un tempo assurdo, altro che panorama. Lo so, dovrei ringraziare chissà chi per il solo fatto di essere qui, siamo un'unica grande famiglia dove regna l'amicizia e la condivisione delle medesime emozioni, ma io oggi la vedo diversamente, oggi sono la pecora nera e voglio continuare a esserlo. Amen.

"Allora? Come è andata?"



"Fatta" è la mia risposta e di più dalla mia bocca non esce niente, voglio solo finire di mangiare e andare a casa. Oggi pomeriggio Pessimismo sta battendo Ottimismo 4-0 e Ottimismo non sta proprio vedendo la palla.

Perché l'ho fatta? Solo perché sono di Valmadrera? Solo perché sono nell'OSA? O peggio ancora, per l'ennesimo pacco gara?

Mentre salivo qualcuno ha cercato di incitarmi "Non molli mai!" ma a ripensarci ora mi viene quasi da ridere. Ho forse mollato? O sto per farlo?

Mi sembra di sentire qualche goccia, prendo la zaino e mi avvio verso valle in solitaria, lasciandomi dietro a poco a poco il chiacchiericcio tipico del dopo-gara.

Piano piano scendo lungo il sentiero, fino ad arrivare all'asfalto e poi al cancello di casa. Ormai ho ripreso le forze e il ginocchio non mi fa poi così male. D'istinto mi giro verso le montagne che sovrastano Valmadrera, alla fine il tempo ha tenuto, addirittura un piccolo raggio di luce buca la coltre di nuvole grige e illumina la cima del Monte Rai. Oggi ho fatto schifo, magari potrei riprovarci l'anno prossimo. Magari impegnandomi di più? Magari allenandomi un po' meglio? Magari con un po' di sole?



Gara sociale

CORRERE INSIEME PER SENTIRSI MEGLIO

Valmadrera, 8 novembre 2025 – Sole, aria frizzante e colori d’autunno hanno accolto la tradizionale gara sociale di corsa in montagna OSA Valmadrera, appuntamento di fine

stagione che ogni anno riunisce soci, amici e famiglie per una giornata di sport, amicizia e condivisione. Alle 10:30 i protagonisti sono stati i più piccoli: un percorso breve e

giocosco, tra risate e tifo caloroso, dove ogni arrivo è stato accolto come una vittoria. Un momento genuino di festa, capace di trasmettere la gioia più autentica della corsa e il valore dello sport. Poi, alle 11:00, è toccato agli adulti cimentarsi sul tracciato principale: 4 chilometri e 350 metri di dislivello, con partenza dal prato dove ha il via anche il VK70. Una salita impegnativa fino a San Tomaso, seguita da una discesa tra le foglie che riportava al punto di partenza. Una prova non solo sportiva, ma anche personale: un confronto con la fatica, con se stessi e con la voglia di condividere la passione per la montagna. Più che una gara, una corsa che, più che una sfida con il cronometro, è stata un momento di condivisione: un modo per chiudere un ricco anno sportivo. C’è chi corre per migliorarsi, chi per stare insieme, chi semplicemente per risentire quel passo leggero sui sentieri di casa. Perché, in fondo, si corre per stare bene, per ritrovare equilibrio, energia e comunità. La giornata si è conclusa con un ristoro conviviale e la consegna dei riconoscimenti simbolici: un modo semplice ma autentico per celebrare l’impegno, la passione condivisa e la gioia di esserci.



CLASSIFICA FEMMINILE			
Pos.	Atleta	Cat.	Tempo
1°	Giola Irene	F	28:13,95
2°	Concilio Daiana	F	32:25,74
3°	Paredi Enrica	F	38:01,73

CLASSIFICA MASCHILE			
Pos.	Atleta	Cat.	Tempo
1°	Butti Stefano	S	23:12,38
2°	Marelli Juri	S	24:08,65
3°	Deriu Thomas	S	24:36,00
4°	Riva Matteo	S	24:37,77
5°	Rusconi Marco	S	25:02,92
6°	Selva Mattia	S	25:22,30
7°	Vassena Davide	S	26:10,11
8°	Castelnuovo Alessio	S	26:18,74
9°	Meroni Umberto	S	27:05,28
10°	Masciadri Stefano	050	27:54,74
11°	Belluschi Mauro	S	28:00,11
12°	Calò Stefano	S	28:06,00



Follia: skymarathon

Prima o poi sarebbe successo e una pazzia l'avrei fatta. La domanda che mi risuonava nella mente era solo una: "Ce la faccio a fare una gara di questo tipo, 42km in montagna, da pazzi!". L'unico motivo che mi ha spinto a iscrivermi è stata la voglia di mettermi in gioco e superare i miei limiti.

Un giorno di Aprile aprono le preiscrizioni alle Grigne Skymarathon, la gara regina che



Corsa in montagna



attraversa le nostre bellissime Grigne per 42km con 3600m di dislivello positivo. Una gara molto dura e ingolosita dalla sfida decido di fare la preiscrizione. Qualche settimana dopo mi arriva l'email con esito positivo. Ero però più che preoccupata di non aver mai provato una gara così lunga e volevo capire se ero in grado di correre per ore e ore. Per non arrivare impreparata e provare una lunghezza simile, dopo giorni di indecisione, prendo il coraggio e scrivo a Gigi per iscrivermi al Sentiero 4 Luglio che si svolge a Corteno Golgi, soprannominata la gara nel cielo con lunghezza di 42km e 2700m di dislivello positivo. Venerdì sera dopo il lavoro parto con un amico e corridore dell'Osa per essere già sul posto, in quanto la gara partiva la mattina del sabato alle 7:30. Arrivati a destinazione ci rechiamo al tendone dove si poteva ritirare il pacco gara. L'ansia inizia a salire, soprattutto per le condizioni meteo non dalla nostra parte. Gli organizzatori erano molto indecisi su cosa fare, se cambiare il percorso diminuendo la distanza oppure ritardare la partenza. Dopo una lunga decisione comunicano

la scelta di posticipare la partenza un'ora dopo perché dalle previsioni meteo il temporale sarebbe passato la mattina presto. Alla sera preparo tutto il necessario: zainetto da trail, flask per l'acqua, gel, telo termico, fischietto, kway e outfit da gara. Suona la sveglia e stranamente non sono così in ansia. Siamo pronti sulla linea di partenza, cielo grigio ma non preoccupante. I primi 11km tutto bene, gara corribile, pioviggine e sempre in compagnia di altri corridori. Quando inizia la salita dura per arrivare al primo e unico cancello orario alla Cima Sèllero, tetto della gara a 2700m, inizia un temporale forte con fulmini e tuoni. Subito mi copro con il kway che purtroppo era già bagnato dalla pioggia precedentemente presa. Per quasi tutta la durata della gara ha diluviato, non ho mai patito così tanto il freddo. Quando ormai ero negli ultimi km di gara di sola discesa esce il sole che fortunatamente mi scalda le ossa ormai congelate. Negli ultimi 500m nel paese cerco di dare il massimo con le poche forze rimaste e con un sorriso di soddisfazione e felicità raggiingo il traguardo. Dopo aver mangiato e goduto di una buona birra scopro di essere arrivata

7ª donna e sarei stata premiata. Dopo quella notizia ero ancora più emozionata, è stata una sfida non solo per la lunghezza e tecnicità della gara, ma soprattutto per aver dato il massimo ed essere riuscita a stare nella top 10. Una sfida che non avrei mai pensato di poter chiudere e con una buona prestazione, senza il giusto allenamento e preparazione per una gara di questo tipo. Anche se ho fatto un'esperienza utile per la gara più importante e obiettivo del 2025, la mia preparazione non era quella che avrei dovuto avere per una sfida così impegnativa. Arriva il giorno delle Grigne Skymarathon, qui l'ansia si sentiva. Unico obiettivo era terminare la gara e riuscire a stare in tutti i cancelli orari, in quanto sono molto duri. Non vi sto a raccontare tutta la gara, vi dico solo che è stato un viaggio, una gara sofferta, piena di emozioni e tifo che mi caricava anche se le energie scarseggiavano. Ho tagliato il traguardo con un sorriso pieno di gioia e felicità di essere riuscita a terminare la gara, cosa non scontata. Ogni gara ti trasmette emozioni diverse, una sfida contro se stessi per superare i propri limiti e mettersi in gioco. Un'esperienza da provare!



Sociale di marcia 2025

Domenica 26 ottobre: gara sociale di marcia di regolarità. Io parto settima alle ore 8.39 col numero di pettorale 192; ho scelto di partire con una media bassa visto che non sono un'atleta e partecipo per puro divertimento.

Al ritiro del pettorale mi viene dato un cartellino con le medie da seguire nei vari settori, gli dò uno sguardo sapendo già che non conterò i passi e che camminerò a sentimento. Dunque partenza dal lavatoio di via San Martino, si attraversa il paese dall'alto passando da via Buon consiglio, si va in direzione piazza Rossè percorrendo la strada asfaltata che passa dalla cascina Don Guanella e si sale fino allo sbocco del sentiero proveniente da Scimirone che porta verso il Sasso di Preguda. Finita qui la salita,

percorriamo il sentiero che ci porta in via Belvedere, dove ci attende un piacevole ristoro: un buon the rigenerante. Poi ci dirigiamo verso il cimitero nuovo e da qui saliamo a San Martino e prendiamo il sentiero che sale fino al Taja Sass ed infine a San Tomaso.

Naturalmente non sono arrivata tra le prime, nella classifica generale sono arrivata penultima ed in quella femminile ultima. Nei primi 3 settori ho fatto molte penalità di anticipo, mentre negli ultimi 2 ho marciato in ritardo, per un totale di quasi 1000 penalità. Comunque sia, per me è stata una vittoria: mi sono divertita, questo era il mio scopo. La giornata è proseguita con un buon piatto di pasta al ragù cucinata dal gruppo di turno e servita da Giovanna e Rita.

Non sono mancate le gustosissime caldarroste che Sandra e Linda hanno venduto; il ricavato della vendita andrà in beneficenza. Un bravo a Rodolfo Gerosa ed ai suoi collaboratori per la tracciatura del percorso di gara: mi è piaciuto molto. Grazie anche a tutti i volontari presenti sul percorso. Io ci riprovo il prossimo anno.



Sociale di marcia

Ai giorni d’oggi, la marcia alpina di regolarità è talvolta vista come uno sport di nicchia, di difficile comprensione e spesso lontano da chi frequenta abitualmente le nostre montagne. Purtroppo per gli appassionati di questa disciplina, la distanza generazionale si inizia a sentire: le nostre giovani leve, pur frequentando le molteplici attività dell’associazione, non partecipano altrettanto convintamente a queste competizioni. Come si suol dire: “La speranza è l’ultima a morire”, e noi ci auguriamo che anche la marcia sappia tenere duro e, chissà, ritrovi un nuovo pubblico per le prossime edizioni.

Domenica 26 ottobre 2025 si è svolto il nostro amatissimo (dagli affezionati) sociale di marcia. La gara ha preso il via dal lavatoio della frazione Caserta, concludendosi a San Tomaso, lungo un percorso di una decina di chilometri affrontato in circa due ore e mezza di gara. Quest’anno la partecipazione ha seguito il trend degli ultimi anni, con circa una quarantina di atleti

che hanno marciato sulle nostre montagne sopra Valmadrera. La giornata è stata splendida e l’immancabile spirito di compagnia ha reso l’evento molto gradito. Sul fronte agonistico, ha trionfato il sempreverde Fabrizio Gritti, che ha preceduto una sfilza di giovani atleti, ormai non più giovanissimi. Il gradino più alto del podio femminile è stato toccato invece da Maria Poletti.

La gara promozionale, che ha visto sfidarsi tre agguerrite coppie, ha portato al trionfo la doppietta formata da Daniele e Andrea Longhi. Infine, la targa in memoria di Riccardo Crimella, messa in palio per l’atleta con il minor numero di penalità sul secondo settore, è stata meritatamente conquistata dal nostro atleta Marco Rusconi. Come di consueto, durante tutta la giornata sono state vendute le caldarroste il cui ricavato è stato devoluto interamente in beneficenza. Un modo per unire lo sport alla solidarietà, in perfetto stile associativo!



CLASSIFICA FEMMINILE

Pos.	Atleta	Cat.	Penalità
1°	Poletti Maria	F	216
2°	Gritti Nives	F	301
3°	Rusconi Anna	F	801

CLASSIFICA MASCHILE

Pos.	Atleta	Cat.	Penalità
1°	Gritti Fabrizio	M	181
2°	Dell’Oro Mattia	SM	199
3°	Rusconi Luca	SM	200

CLASSIFICA JUNIORES

Pos.	Atleta	Cat.	Penalità
1°	Longhi Michele	M	255
2°	Rusconi Sonia	F	432

L'Armata Brancaleone

Sarà l'età, sarà che sono passati almeno 15 anni dalla mia ultima partecipazione, sarà perché il DS Beppe mi ha chiesto con occhi umidi il mio ritorno o meglio, suppongo, per la mia presenza mitigatrice più di quella tecnica, da outsider risvegliato dall'oblio di un'epoca fa.

Con il passare dei mesi la tensione cresce, il tempo si restringe, tra gli extra costi da anticipare, i rimborsi fantasma, i Salesiani senza capi e le taverne poco propense ad accoglierci per pochi euro.

Ma i nostri comandanti non sono dell'idea di arrendersi a queste quisquiglie. Ogni sera il DS e il DT, rispettivamente il Dirigente Sportivo e il Direttore Tecnico, per mantenere alta la carica agonistica, alternativamente, prorompevano nella quiete con una chiamata di gruppo su WhatsApp; ma

nessuno degli atleti, mannaggia a loro, partecipavano al richiamo organizzativo/tattico.

In conclusione, saranno 12 i paladini Osini che partiranno per il Piemonte alla volta dei 44° campionati italiani di marcia alpina di regolarità, evento in contemporanea al raduno escursionistico delle società associate alla FIE.

Non siamo più l'Armada di un tempo, con l'usbergo ben oliato in parata, tutti bardati e rivestiti di scaglie in gara, dove vincevamo con la forza del numero e della solidità dei nostri atleti di ferro temprato. Siamo un piccolo gruppo con uno strato di ruggine riparato alla bell'e meglio ma con la voglia di riscattarci dopo qualche anno di sconfitte nel fango bresciano.

Finalmente arriva l'attesissimo sabato 18 ottobre giorno della gara

a coppie, valida come prova unica di campionato italiano. A Chiusa di San Michele, all'ombra della gloriosa Sacra di San Michele che sembra snidarsi dalle rocce sottostanti, fa un freddo becco.

Il clima è cordiale e amichevole, senza impressionarmi troppo rivedo le stesse facce sorridenti di un decennio fa, soltanto e fa brutto dirlo con qualche ruga in più.

La gara, passando tra il foliage autunnale e la Sagra ben calda nel paesaggio grigio senza sole, è tattica e lunga. La discesa, un vero rompicapo, fa ritardare anche le migliori coppie, a causa di uno strato di foglie secche che comprende ogni cosa, nascondendo insidie e ondulazioni del percorso.

Però gli Osini in questa giornata uggiosa non si perdono d'animo, i cavalier Sabadini Alessandro e



Marcia alpina di regolarità - Campionati Italiani

Anghileri Giuseppe arrivano 6° assoluti e le nobildonne Gritti Nives e Poletti Maria si piazzano al 12° posto. Gagliardi però sono i nostri ragazzi portastendardi Sabadini Lorenzo e Sabadini Leonardo che portano a casa il titolo italiano! Con questi risultati in saccoccia la classifica per associazioni ci premia come testa di serie! I saraceni del Vallio solo secondi a seguire. Ma la felicità dura poco, c'è stato un errore nell'applicazione del regolamento: un arzigogolo calcolo matematico, un'astrusa equazione tra il numero dei partecipanti, il numero di associazioni, equini e pennuti, per calcolare il coefficiente di testa, che stabilisce il numero, per eccesso, di coloro che andranno a punti. Insomma, per farla breve dalle due migliori coppie per società si è passati alle tre migliori coppie per società, e quindi il mediocre risultato portato avanti dalla coppia formata da me e da messer Giuseppe Valsecchi (25° assoluti) entra in cattivo grado alla classifica finale. Indi, da primi scendiamo al secondo posto. "I secondi sono solo i primi degli ultimi", chioserà Alessandro intervistato dal sottoscritto. Dopo la gara andiamo all'hotel dove abbiamo la prenotazione. Un'onesta struttura di scambi con l'insegna al neon sfarfallante sulla facciata e le scale esterne per le fughe in caso d'incendio. Nonostante le basse aspettative, in tre camere troviamo

di negativo solo una cimice morta tra i tendaggi, i pregi: un'ottima e abbondante colazione e i vespasiani puliti e spaziosi.

La sera la passiamo allegramente parlando di tradimenti e passioni, passeggiando sul lago Grande di Avigliana e mangiando una pizza in un locale pieno di gingilli, statue e ninnoli della cultura pop contemporanea. Dove al piano superiore a novembre aprirà il primo museo stabile della cultura Pop d'Italia. Terminata la cena una macchina farà serata scatenandosi con i ritmici balli gitani mentre un'altra preferirà andare a dormire alla taverna.

Il giorno seguente, la domenica, la gara individuale parte dalla storica Avigliana. È un percorso veloce e abbastanza piatto, lontano dai terreni erti e tecnici tanto cari ai nostri marciatori, che preferiscono sfiancare gli avversari sulla difensiva piuttosto che con repentini attacchi su dolci colline.

La prova è buona ma non basta per portare in Via Bovara a Valmadrera la coppa dorata per associazioni. Sabadini Lorenzo vince la gara categoria Ragazzi/Cadetti seguito da suo fratello Leonardo.

Con questa ottima prestazione Lorenzo sarà secondo assoluto italiano. Tra i Senior mastro Rusconi Gianluigi si posizionerà al 3° posto, mentre Poletti Maria al 7°, Sabadini Alessandro 14°, Valsecchi Giuseppe

15°, Gritti Fabrizio 32°, Rusconi Andrea 35°. Nei Master Gritti Nives 27°. Filardo Tiziana, che stabilisce il suo minor punteggio (minore perché nella marcia vince chi fa meno punti) di carriera, 33° nella categoria Amatori. Negli assoluti italiani tra i Senior Alessandro otterrà la medaglia di bronzo.

Attimi di panico irrompono nella Val di Susa, la classifica che esce per associazioni ci piazza al quarto posto. Nel cerchio chiedo la calma generale e spiego che quella è solo la graduatoria di giornata non è quella definitiva. Facciamo i calcoli, non possiamo tornare a casa con un'onta simile, in effetti la matematica ci viene incontro collocandoci al secondo posto generale. Abbiamo mantenuto la posizione! Mentre la solida e teutonica armata del Vallio Terme si conferma campione d'Italia.

È fatta, l'impresa è riuscita! Il nostro DT Gerosa Rodolfo sbandiera orgogliosamente il gonfalone, or che innalzato garrisce nel vento Piemontese. L'Osa è ancora sulla Piazza, nel Gotha della marcia alpina di regolarità, è tornata ad essere temuta.

Queste le parole del Presidente a caldo: "Un plauso a Beppe Anghileri, responsabile della Marcia Alpina, che con grande impegno e abnegazione ha rilanciato la nostra lunga storia nel campo della Marcia Alpina. Complimenti a tutto il gruppo!"



55^a Edizione

L'edizione n° 55 del corso di escursionismo giovanile, oltre a portare alcune novità, ci ha regalato delle belle soddisfazioni.

È stata la prima edizione per la quale abbiamo aperto le iscrizioni alla classe seconda della scuola primaria. Bambini piccoli da seguire con attenzione, ma entusiasti di camminare sui sentieri, nei boschi, schiacciare la neve, guardare i fiori e gli animali del bosco. Affrontavano le gite camminando spensierati con uno zaino sulle spalle quasi più grande di loro e carico di cibo, alcune volte anche troppo carico.

Gli iscritti sono stati 28, in linea con

l'andamento di questi ultimi anni. Sono state organizzate delle gite interessanti anche in luoghi poco conosciuti come l'Alpe Era, raggiunta partendo dalla frazione Somana di Mandello. Durante un'altra gita siamo saliti fino al lago dello Spluga percorrendo il sentiero del Cardinello. Infine, durante la due giorni in Val Camonica abbiamo camminato in Val Grande fino a giungere ai 2000 m di quota del Rifugio Petitpierre, godendosi la bellezza del panorama.

Stiamo studiando e preparando il corso 2026 con delle proposte da non perdere.

Vi aspettiamo!!



A ridosso delle Grigne

Valle Meria, Alpe di Era da Somana (Mandello del Lario), 4 maggio 2025, terza uscita del corso di escursionismo giovanile OSA. Gita che è stata svolta in giornata, con partenza dal cimitero di Valmadrera in pullman alle ore 08.00 e rientro alle ore 17.00 da Somana. Hanno partecipato diversi gruppi di bambini e ragazzi, ognuno era gestito dagli accompagnatori qualificati. Presenti anche parecchi genitori. Tempo di percorrenza tra salita, sosta, punto d' appoggio e discesa 7 ore. Arrivati a Somana (213m) (frazione di Mandello del Lario), alle ore 09.00, i ragazzi erano entusiasti e pronti per l' avventura. Ci si incammina



verso nord del paese, per prendere il sentiero che dolcemente inizia a salire immettendosi nel bosco attraverso castagneti e faggi, che ci ha condotto dopo un'ora di cammino al Santuario di Santa Maria (661), costruito per la protezione dei pellegrini nell'XI secolo, luogo di spiritualità e silenzio, immerso nel verde, dove il tempo sembra essersi fermato. Qui abbiamo fatto una lunga sosta per riprendere fiato: uno spuntino per ammirare il panorama sul lago di Como e sulle Grigne. Subito dopo, alcuni volontari che gestiscono il luogo ci hanno guidato alla sua scoperta. Da qui con rinnovata determinazione abbiamo proseguito per l'Alpe Era, con un saliscendi non difficoltoso. Ogni passo ci avvicinava di più alla meta, si sentiva la fatica ma anche la soddisfazione di superare le difficoltà. Nel salire luci, ombre e colori cambiano, come se mutassero in montagna a seconda dell'altezza. Finalmente dopo un'altra ora di cammino raggiungiamo l'ALPE DI ERA (832 m), con la sua caratteristica chiesetta all'entrata dell'alpeggio eretta nel 1938. Nel XVIII secolo fu zona di carbonaie, che hanno ceduto il passo allo sviluppo dell'alpeggio e alla costruzione dei caselli. Fu distrutto nel 1944 per le operazioni di rastrellamento durante la Resistenza, oggi si presenta in parte ristrutturato. Una volta arrivati, le condizioni climatiche a quest'ora e a quest'altezza non erano delle migliori, ma comunque abbiamo pranzato al sacco per rifornirci un po' di energie, poi abbiamo socializzato con altri partecipanti all'attività ed osservato il paesaggio intorno a noi. Dopodiché nuovamente sono



state fornite al gruppo dettagliate spiegazioni sull'origine dell'alpeggio. Vedendo la pioggia sottile ma che bagna leggermente, abbiamo ripreso il cammino verso la parte alta dell'alpeggio; percorrendo un breve anello si scende fino a ricongiungersi con il sentiero percorso all'andata per poi ritornare al punto di partenza (Somana), dove ci aspettava il pullman per fare rientro a Valmadrera. I ragazzi hanno dimostrato forza e determinazione raggiungendo l'obiettivo e superando le sfide. Curiosità: questa escursione intreccia la storia della resistenza partigiani di Lecco, (perché l'Alpe Era uno degli avamposti utilizzati per le offensive), con le osservazioni scientifiche di Leonardo da Vinci (con l'altezza in montagna mutano i colori), e la fede religiosa di queste vallate. Conclusione: forse serve a dire che ogni gita in montagna ci ricorderà l'importanza di credere in noi stessi e di non arrendersi mai.



Un viaggio nel tempo sul Sentiero del Cardellino

DOMENICA 25 MAGGIO 2025

ESCURSIONE SUL SENTIERO STORICO CHE ATTRAVERSA LE ALPI

Domenica 25 maggio abbiamo vissuto un'avventura speciale: camminare sullo stesso sentiero che per secoli hanno percorso mercanti, soldati e pellegrini per attraversare le Alpi. Il "Sentiero del Cardellino" non è una semplice passeggiata in montagna, ma un vero e proprio libro di storia a cielo aperto! Immaginate di essere nel 1800: non ci sono autostrade né tunnel attraverso le montagne. L'unico modo per attraversare le Alpi era camminare su sentieri ripidi e pericolosi. La Via Spluga era una di queste strade importanti, che collegava Milano con il Nord Europa. Lungo questo percorso transitavano carovane cariche di merci, eserciti in marcia e pellegrini diretti verso luoghi sacri. Il tratto del Cardellino, che collega Isola di Madesimo con il Passo dello Spluga era particolarmente impressionante. In alcuni punti gli antichi costruttori hanno dovuto scavare una vera e propria cengia (una specie di balcone stretto) nella roccia per oltre 500 metri! Pensate che fatica con gli attrezzi

di allora... La giornata è iniziata con un bel sole, anche se durante la mattinata qualche nuvola ha fatto capolino nel cielo. Partiti da Isola di Madesimo (1.255 metri), il gruppo ha seguito l'antico sentiero attraversando paesaggi spettacolari. Lungo il percorso si sono visti i resti di vecchie costruzioni di epoca romana e si è passati accanto alla storica Locanda Cardinello, un'antica osteria del 1722 dove i viaggiatori si fermavano a riposare.

Il sentiero sale con dei tornanti fino a raggiungere una zona dove la roccia è stata scavata a mano: è emozionante pensare che sotto i nostri scarponi sono passati eserciti napoleonici e mercanti medievali! Arrivati alla diga di Montespluga, una bella sorpresa attendeva i ragazzi: cumuli di neve ancora resistenti dall'inverno! Impossibile non fermarsi per una battaglia di palle di neve in piena primavera. Nei pascoli sottostanti la diga, poi, alcuni fortunati hanno avvistato delle marmotte che facevano capolino dalle loro tane.

Dopo una meritata sosta, il gruppo ha continuato fino a raggiungere il Passo dello Spluga (a circa 2.115 metri di altitudine), al confine con la Svizzera. Mentre si aspettava l'arrivo del pullman che ci avrebbe riportato a valle, i più piccoli si sono divertiti in un parco giochi vicino al passo, con le montagne che facevano da cornice spettacolare. Camminare sul Sentiero del Cardellino non è come fare una normale gita in montagna. Ad ogni passo si cammina letteralmente nella storia: le pietre levigate dal passaggio di migliaia di persone, le vecchie costruzioni, i panorami che hanno visto eserciti in marcia verso battaglie importanti. È un modo per capire come vivevano le persone del passato, quando attraversare le Alpi era un'impresa pericolosa e faticosa, ma necessaria per commerciare, viaggiare e scoprire il mondo. Un grazie speciale a tutti i partecipanti che hanno affrontato con entusiasmo questa escursione impegnativa ma ricca di soddisfazioni!





Una fantastica avventura a Rocca Sella

DOMENICA 18 OTTOBRE 2025 - AVIGLIANA

Oggi è stata una giornata speciale per la nostra associazione! Abbiamo partecipato al Raduno Escursionistico Nazionale di Avigliana 2025, organizzato dalla FIE (Federazione Italiana Escursionismo), e siamo andati a scoprire la Rocca Sella, una montagna meravigliosa della Valle di Susa. Alla partenza da Celle eravamo in 15: grandi e piccoli insieme, pronti per l'avventura. Tra noi c'erano anche 4 bambini entusiasti di camminare in montagna! La nostra escursione è partita da Celle, un paesino molto piccolo che fa parte del comune di Caprie, a 991 metri di altezza. Sapete che questo posto ha una storia misteriosa? C'è una leggenda antica che parla di grotte ed eremiti, e che collega Celle alla famosa Sacra di San Michele. Durante il cammino, i nostri accompagnatori ci hanno raccontato questa storia affascinante! Il sentiero nel bosco Abbiamo camminato

per circa 3 ore tra andata e ritorno, salendo di 517 metri. All'inizio il sentiero attraversava un bel bosco, con tanti alberi diversi e il rumore delle foglie sotto i nostri piedi. Mano a mano che salivamo, il paesaggio cambiava: gli alberi lasciavano spazio alle rocce e ci siamo trovati su una cresta rocciosa davvero emozionante! La parte più divertente è stata l'arrivo: per raggiungere la cima con la Cappella e la Madonnina, abbiamo dovuto prima scendere un pochino e poi risalire dei gradoni di pietra. Era come fare un piccolo percorso avventura! In cima a Rocca Sella Finalmente siamo arrivati a 1508 metri, sulla vetta della Rocca Sella (chiamata anche Monte Caprasio). Lassù c'è una piccola Cappella-Rifugio, sempre aperta per chi vuole ripararsi o riposarsi. Ci siamo seduti tutti insieme a fare merenda e ci siamo riposati dopo la salita. Purtroppo,

anche se il tempo era bello e c'era il sole, c'era un po' di foschia che ci ha impedito di vedere tutto il panorama. Normalmente, nelle giornate limpide, da lassù si può vedere a 360 gradi: la Sacra di San Michele, i laghi di Avigliana, le montagne dell'Orsiera, il Rocciamelone, e persino Torino con tutte le sue colline! Dovremo tornare in una giornata più chiara per goderci questa vista spettacolare! Un'esperienza da ricordare È stata un'escursione bellissima, adatta a tutti noi. Camminare nel bosco, salire sulla roccia, ascoltare le leggende e stare insieme in montagna: questo è quello che rende speciali le nostre gite! Un grazie speciale agli organizzatori del Raduno FIE che ci hanno permesso di vivere questa avventura e ai nostri accompagnatori che ci hanno guidato in sicurezza fino alla cima. Non vediamo l'ora della prossima escursione!

Corso di escursionismo

San Pietro al Monte

Domenica 30 marzo

E così, anche quest'anno ci siamo ritrovati per la prima uscita del corso: la "Festa dell'amicizia" a San Pietro al Monte, in collaborazione con l'oratorio.

Siamo partiti dal Centro Sportivo del Baselone dopo aver formato le squadre, conosciuto i ragazzi e presentato gli accompagnatori.

Abbiamo trovato proprio una bella giornata. Il cicalcio delle voci si mischiava nell'aria con una musicalità sorprendente.

Il bosco, che già profumava di primavera, ci ha aperto il respiro.

La salita sino al monastero non è stata impegnativa, alla fine ci ha regalato uno scorcio bellissimo delle nostre belle montagne e del ridente lago.

Ci siamo poi rifocillati e siamo anche riusciti ad accarezzare le pecore durante il tragitto.

Poi la messa con le sue belle letture e i canti ha dato un tocco al nostro cuore. Dopo il pranzo al sacco i ragazzi dell'oratorio hanno organizzato i giochi coinvolgendo tutti in allegria.

ALESSIA E ALICE

Monte Tesoro, laghetto Pertus

Sabato 12 aprile

UAO! Quanti fiori nel sottobosco!

Il laghetto del Pertus si trova in località Forcella Alta su un piccolo pianoro al confine tra due valli, Valcava e valle Imagna. La cosa più sorprendente però è stato il panorama: abbiamo visto le cime dei monti Cornizzolo, Bollettone e Palanzone. Nel laghetto di forma rotonda c'erano un sacco di rane e tantissime uova di girini che si schiudevano.

MADDALENA, ALESSIO, ROSY



Sentiero del Partigiano Martiri di Cornalba,

Valserina Bergamo

Domenica 18 maggio

Oggi il percorso ci immerge nella storia dei partigiani di queste montagne. La lotta per la giustizia e la libertà di un popolo fiero.

GAIA, EMMA

Valcamonica, Temù

7-8 giugno

Non vedevamo l'ora di fare la due giorni!

Dopo un viaggio col bus siamo arrivati nel piccolo borgo di Temù. La bella compagnia e l'idea di stare fuori di casa a dormire ci ha resi frenetici.

Come siamo stati bene nella grande casa! I cuochi ci hanno deliziato con leccornie di vario genere. Un sacco di torte addobbavano un grande tavolo.

Le coccole degli accompagnatori prima della nanna sono state molto apprezzate.

Due giorni bellissimi dove abbiamo falcato su sentieri, visto un sacco di alberi e pennellate di acquarello nel cielo.

I RAGAZZI DEL CORSO



I Sentieri digitali

TORNANO A S. TOMASO CON LA PECORA BARINA

“Ciao sono Barina, la pecora brianzola. Ti accompagno a S.Tomaso perchè conosco bene questi luoghi...”

Così recita il cartello appeso al collo di una simpatica pecorona di legno

in 2d che, dal recinto del nuovo parco di via Leopardi, sorride e alza la zampa in segno di saluto.

Barina nasce circa due anni fa, dal laboratorio di falegnameria del CFP Aldo Moro di Valmadrera, ma l'idea

di questa mascotte e del percorso didattico col quale ci accompagna fino a S.Tomaso è ancora più lontana nel tempo.

Sempre più spesso, ormai da anni, le scuole primarie del territorio si rivolgono all'Osa perché con i suoi volontari accompagni i loro piccoli studenti a S.Tomaso, per una breve escursione che li porti alla scoperta di flora, fauna, tradizioni e cultura locale. I nostri accompagnatori, che preparano spiegazioni, aneddoti e indicazioni sull'andare in montagna e conducono i bambini lungo la mulattiera, si rendono conto che sarebbe bello avere del materiale didattico a supporto di queste passeggiate, che renda più varia e attrattiva l'esperienza per le centinaia di partecipanti che ogni anno accompagnano sui nostri sentieri. E' così che il progetto "Sentieri Digitali", attivo dal 2016, prende una nuova strada per rispondere al bisogno di un sentiero didattico, pensato per i bambini e con i bambini, insieme alle scuole e ad altre realtà del territorio.

Il 20 settembre 2025 si inaugura il risultato di anni di lavoro e di una collaborazione che ha coinvolto fino a 15 soggetti, tra associazioni, enti e gruppi di persone- in primis OSA, Azione Cattolica, Scuole Primarie di Valmadrera e Bosisio Parini, Fondazione Parmigiani, Parrocchia



Escursioni

e Comune di Valmadrera, Comunità Montana, l'area progetti Living Land, l'agenzia Keepcom, l'associazione Tutela pecora brianzola... - 45-50 persone che a diverso titolo e con le proprie competenze hanno collaborato in forma volontaria per più di 500 ore, 3 giovani reclutati tramite un bando che hanno sperimentato un'esperienza di lavoro e acquisito competenze tecniche in campo comunicativo, grafico e digitale, strutturando la piattaforma e i contenuti che accompagnano il percorso; le classi terze, quarte e quinte della "primaria" che con le loro maestre a scuola hanno studiato, ideato, progettato e realizzato prototipi...un impegno educativo, culturale ed economico non indifferente da parte di ogni soggetto coinvolto.

Destinatari di tutto ciò sono tutti i frequentatori di S.Tomaso, allievi delle scuole, oratori, famiglie con bambini e non, escursionisti di ogni età che grazie alle 10 installazioni lungo il sentiero (pecore, cartelli e giochi) possono scoprire e approfondire i temi che riguardano il territorio (vegetazione, animali e rocce) e la storia locale. Di più non vi raccontiamo perché, se non l'avete già visto, dovete farlo al più presto. Quello che possiamo aggiungere è che il riscontro è stato fin da subito positivo: lo si vede dal numero di bambini che si fermano lungo il sentiero per giocare e rispondere alle domande della pecora Barina, dai genitori piacevolmente sorpresi e soddisfatti vedendo i figli che si divertono e dimenticano la fatica di camminare...tutto diventa più facile e interessante. Un successo per la valorizzazione del territorio e un arricchimento per tutta la Comunità. Ora la prossima sfida sarà mantenere integre, funzionanti e curate le installazioni, difenderle dallo scarso rispetto che purtroppo viene riservato a ciò che è a disposizione di tutti, pubblico e condiviso; servirà sicuramente la manutenzione (già prevista e programmata da progetto), ma ancora di più la collaborazione e il senso civico di tutti i frequentatori della montagna. Cominciamo da subito, ci guida Barina!





Sentieri digitali

NUOVO ITINERARIO A LECCO

Fioriscono i sentieri digitali anche a Lecco. Anello tra due fiumi è il nuovo itinerario che congiunge il Bione e il Caldone e che si snoda fra la città alta e i boschi della bassa montagna lecchese.

Per percorrerlo tutto, senza fretta, apprezzando i paesaggi e i racconti, potrebbero servire circa 4 ore, ma se vi fermate per il pranzo al sacco, per parlare con le persone che incontrate e per scattare delle foto, allora forse vi serve più tempo. Il sentiero si può iniziare da qualunque tappa dell'anello, ma i due punti di partenza con

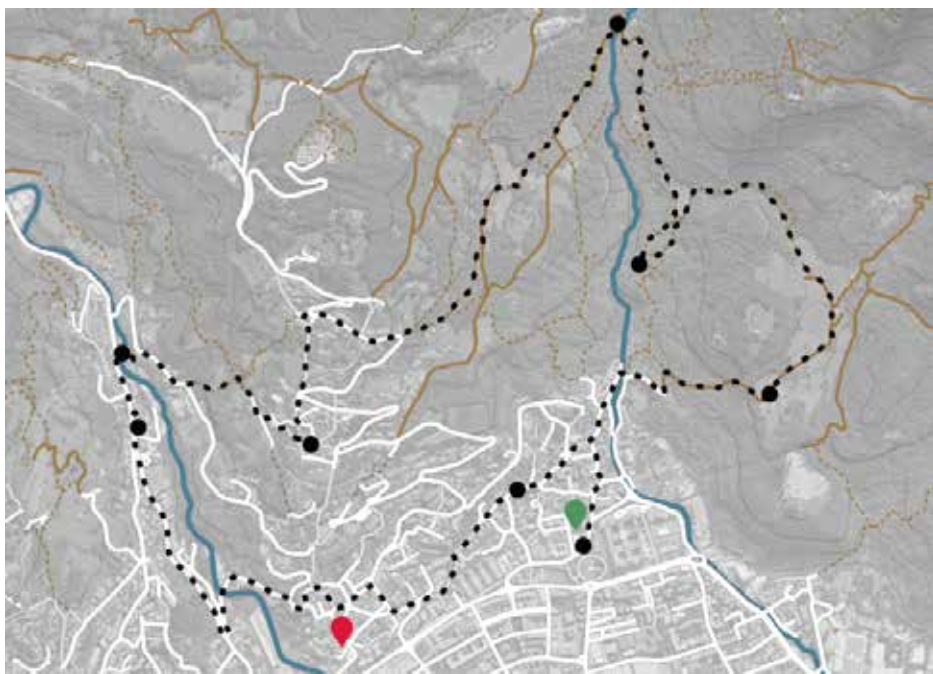
la mappa orientativa, si trovano rispettivamente presso la Chiesa di Acquate e presso quella di Germanedo. Nove le tappe: il parco dell'Eremo, il fiume Bione, le abitazioni di Neguggio, la chiesetta della Rovinata, la baita di Cavagiozzo, la piazzetta di Falghera, il fiume Caldone, la sede della casa di quartiere Labirinto di Bonacina, la chiesetta privata dell'Addolorata, di Via Oratorio.

Ogni punto un racconto, qualche foto, un suggerimento per un'attività; d'ora in poi, basterà inquadrare il QR code posto su nove piccoli cartelli bianchi, presenti nelle tappe, per tuffarsi nelle storie del passato o nelle tradizioni locali ancora vive e praticate

Il lavoro è stato finanziato nell'ambito di un bando ministeriale dal titolo "Arte, cura e benessere: prendersi cura della gioventù e delle generazioni", un bando gestito dal Crams per i Quartieri del Terzo Paradiso.

Il progetto è stato ideato e realizzato dalla Cooperativa diocesana In Dialogo in collaborazione con l'Azione Cattolica Ambrosiana, gruppo di Lecco.

Il lavoro si colloca anche all'interno delle attività del "contratto di fiume" ovvero quello strumento che il Comune di Lecco ha attivato, per promuovere l'impegno della comunità locale per la valorizzazione del territorio e dei suoi tre torrenti in particolare.



Campeggio Santa Caterina

Quando ci chiedono dove andremo durante le mie ferie estive, la risposta è semplice “andremo in campeggio”. Molto spesso la reazione delle persone è quella di stupore, non sappiamo se dovuta al fatto di andarci con una bambina piccola o se per via del non andare al mare ad agosto. Ma per noi il campeggio non è un'avventura, ma è uno stare in famiglia.

Facciamo chiarezza, Ruben fa parte dell'OSA da quando è nato e per lui le vacanze hanno sempre significato “campeggio”; raccontandomi sempre di come fosse divertente passare l'estate tra tende, monti, torrenti e di come si creasse,

ovunque andassero, un vero e proprio villaggio. Io invece non avevo mai fatto un'esperienza del genere, ma i racconti di Ruben e di tutta la sua famiglia mi hanno sempre fatto sognare ad occhi aperti, assaporare quella sensazione di libertà e condividere una grande passione che ci accomuna tutti quanti... la Montagna.

Che tu sia un'alpinista o un semplice escursionista, in campeggio hai la possibilità di vivere e respirare la montagna; potendosi confrontare e consigliare a vicenda, senza mai sentirsi un passo indietro o incapace, nel tuo piccolo tutti sanno che stai facendo il massimo.

La mia prima volta in campeggio OSA è stata nell'estate del 2023, ero emozionatissima perché finalmente dopo tanti anni eravamo lì io, Ruben e la nostra bimba Febe di soli 10 mesi. Con enorme entusiasmo mi sono accorta di come mi sarei innamorata perdutamente di quell'atmosfera. Dal primo pranzo in pagoda, alla “buona la prima” con la tenda, mentre Febe era libera di gattonare nel prato insieme ad altri bimbi, lasciando noi serenamente indaffarati con picchetti e chiodi... una sensazione unica. Abbiamo passato una settimana, in lungo e in largo, per le valli, esplorando ogni angolo di ciò che i nostri occhi potevano raggiungere, appena messo il muso fuori dalla tenda. Ma, forse, ancor più bella la sensazione di essere a casa, quando ogni giornata terminava e ci si ritrovava tutti in pagoda, a tavola per la cena. Tutti, da chi aveva passato la giornata in campeggio a chi stremato dalla giornata, vivevamo con attesa quel momento di convivialità della cena, insieme in pagoda. La cucina

di Claudio, quell'anno, ha svezzato Febe, esattamente come la cucina del campeggio del 1994 svezzò Ruben, con polenta e coniglio. Quell'anno abbiamo iniziato a “costruire” il villaggio delle tende Arpenaz, Irene e Matteo che anche loro avevano comprato la nostra stessa tenda, si erano piazzati da parte a noi. Il primo anno è terminato con il cuore pieno di gioia e negli occhi tanti panorami bellissimi. Il secondo anno, Degioz 2024, con una Valle D'Aosta che non ci ha deluso, come sempre; panorami eccezionali, montagne tutte da scoprire e un tempo clemente. Il nostro piccolo “villaggio” Arpenaz si espanse aumentando a 3 le tende, grazie alla prima esperienza di campeggio OSA di Luca e Chiara (sono convinta la prima di molte). Quell'anno, oltre a condividere tutto ciò con gli amici, abbiamo anche condiviso qualche giorno con i genitori di Ruben, inutile dire quanto sia stato bello poter condividere un pezzo di questa esperienza anche con loro. Il tutto perfettamente coordinato da Augusto e Annalia, che come dal primo anno, ci aspettano in pagoda, per poterci accogliere dal primo all'ultimo giorno, che aspetta che tutti quanti tornino a casa per poter mettere su l'acqua per la pasta; preoccupandosi se, al suono della campana, qualcuno non si presenta. Fino ad arrivare a quest'anno 2025, ancora a Santa Caterina, e devo ammettere che nonostante l'esserci già stati così poco tempo prima, le emozioni non sono comunque mancate. Quest'anno rispetto agli anni precedenti, quella sensazione di casa è tornata più forte che mai, appena visto il cartello in legno fuori dalla pineta con scritto “campeggio OSA”. Tutta la stanchezza e lo stress accumulato solo vedendo quel cartello hanno lasciato spazio all'energia. Il gruppo che abbiamo ritrovato in campeggio è stato lo stesso degli altri anni, dagli amici di lunga data, come Chiara e Luca, ai nuovi membri del villaggio Arpenaz (Andrea e Virginia). Stavamo sempre più prendendo le sembianze del villaggio OSA. Le camminate quest'anno sono state





nettamente differenti dalla prima esperienza, non avendo più limiti di altitudine per Febe. Anche questo campeggio ci ha fatto innamorare di questa valle, che se pur fredda, ha dei panorami unici e indimenticabili; e nonostante tutta la fatica della salita con Febe nello zaino, in spalletta, a mano con il bastoncino o correndole dietro giù per i pascoli, è sempre stata ripagata da panorami da togliere il fiato. Siamo anche stati fortunati con il tempo, che a parte l'ultimo giorno, ci ha gratiati regalandoci anche temperature da surriscaldamento globale per essere a 1800mt.

Il Ferragosto in campeggio si compone con tre semplici parole: Escursione, Aperitivo e Cena. Claudio con l'immane aiuto di Augusto, Annalia e Silvio, ci hanno preparato un'infinità di manicaretti di ogni genere e lasagne definite "CUBICHE" con 14 strati di pura goduria. Inutile dire che, anche questa volta, pur avendo messo nelle gambe nostre e di Febe più di 50km con 3000 metri di dislivello, non sono riuscita a perdere nemmeno un kg; ma mi viene da dire con estrema certezza che ne vale assolutamente la pena, perché come si mangia in campeggio non si mangia da nessuna parte. Purtroppo, anche questa settimana è giunta al termine, è tempo di

chiudere la tenda e salutare tutti quei compagni di viaggio che ci hanno fatto compagnia. Li ritroveremo tutti di ritorno a casa o su qualche altro sentiero, ma dietro a quel saluto c'è la consapevolezza che quella vacanza è finita e che il campeggio 2025 è terminato. Dovremo aspettare di nuovo un anno per ritrovarci insieme in pagoda, per avere sedie da campeggio che spuntano da ogni dove, per potersi riunire prima della cena nel prato a bere una birra insieme, per raccontarsi la giornata appena trascorsa e per programmare la prossima avventura.

In campeggio non siamo serviti e riveriti, ma siamo come a casa, tutti ci aiutiamo e insieme collaboriamo

per far funzionare il tutto; che sia la preparazione dei panini, la colazione, la pulizia dei bagni, il servizio serale, il lavaggio delle stoviglie, vi posso assicurare che anche questa esperienza non fa che arricchirci. Anche Febe, nel suo piccolo, durante la corvè si è divertita un sacco ad apparecchiare e a portare il cibo in tavola; e se pur timida si è poi lasciata andare regalando sorrisi a tutti. I bambini in campeggio non vengono esclusi, ma hanno un trattamento speciale, il cioccolato è l'energia ricorrente di tutta la settimana. Sono l'anima del campeggio e condividono il loro buon umore con tutti quanti, semplicemente ritrovandosi al tavolo con loro, indaffarati a fare braccialetti di perline o colorare insieme album di principesse.

In questi tre anni, abbiamo notato come noi giovani stiamo cercando (e forse riuscendo) a ripopolare un campeggio che si stava spegnendo, portando amici, bambini e tanta energia per riaccendere il fuoco di questo nostro villaggio OSA. Vorremmo quindi ringraziare tutti i partecipanti del campeggio 2025, tutte le persone che hanno montato e smontato, e in particolare Augusto, anche se all'apparenza può sembrare burbero, è una persona gentile e premurosa che ha a cuore insieme alla sua famiglia il campeggio affinché a tutti noi non manchi mai nulla.

Invitiamo tutti i soci a provare ancora questa esperienza e a contribuire a tenere quella fiamma accesa.



Vacanze a Santa Fosca

MISSIONE CRODA ROSSA DI SESTO (2965 m)

È la sera del 18/08/25 in quel di Santa Fosca.

Come ogni sera, dopo la buonissima cena preparata dai disponibilissimi e simpaticissimi cuochi e dalle aiutanti-cuoco dell'Aldo Moro, c'è un po' di fermento; gruppetti che si consultano e consultano il meteo. Che si fa domani? Dove si va domani?

Anch'io sono in cerca di qualcuno a cui unirmi, di nuovi posti da scoprire, di un viaggio da percorrere. Ed ecco alle mie orecchie giunge una proposta interessante: Croda Rossa di Sesto. E i miei compagni di viaggio sono eccezionali: il mitico Stefano Perego, il saggio Valerio Molteni e il grande Sergio Pina. Siamo un bel quartetto in missione! 19/08/25 la sveglia è presto. Siamo pronti? Si parte! Tutti in macchina in direzione di Moso. Lungo il viaggio in macchina possiamo ammirare le città di Cortina d'Ampezzo e

Dobbiaco. E finalmente si giunge a Moso. Qui lasciamo la macchina e inizia la nostra missione! Optiamo per prendere la cabinovia che parte da Moso per raggiungere i prati di Croda Rossa. Da qui ci incamminiamo, direzione Croda Rossa!

Fin da subito l'atmosfera è magica, giochi di luce tra guglie di roccia, vette circostanti fanno capolino, con versanti più o meno ghiaiosi attraversati in qualche tratto da sentieri serpeggianti che si perdono alla vista e portano chi sa dove. Raggiungiamo un punto dove parte una piccola ferrata / sentiero attrezzato. È il momento di munirsi di caschetto e imbrago e, in fila uno dietro l'altro, noi quattro esploratori superiamo questo tratto di ferrata. Proseguiamo lungo la traccia tra ghiaia, sassi e rocce. Ovunque si gira lo sguardo è uno spettacolo!

Ad un certo punto incontriamo i resti di un villaggio austriaco di guerra (Wurzbach). Infatti questo è luogo dove sono avvenute battaglie nel corso della Prima Guerra Mondiale e si incontrano trinceramenti, resti di baracche, scale, camminamenti, gallerie, postazioni.

Alla vista si presentano panorami e scorci fantastici, vallate, ghiaioni, punte di roccia, striature di colori. E ad un tratto eccolo, il complesso roccioso della Croda Rossa, che deve il nome alla pietra rossastra che caratterizza la montagna.

Lì, davanti a noi, sopra di noi, spettacolo!

Risaliamo lungo un percorso ghiaioso, sassoso, roccioso a caccia dei bolli da seguire.

È tutto così fantastico! I versanti in alto sono guarniti da finestrelle e gallerie, resti di guerra. Le nuvole sopra e intorno a noi creano giochi di luce, squarci aperti e nebbia.

Ed ecco raggiungiamo la cima, la croce di Croda Rossa (2965 m).

Diamoci il 5 super quartetto in missione ;-)! Vetta conquistata ;-)! Non possono mancare foto di gruppo, foto di te, foto di me, foto panoramiche, foto, foto, foto.

Ma ciò che vediamo e stiamo vivendo non può essere immortalato in una foto, è indescrivibile!

E lì, sulla cima, poco sotto la croce, gustiamo i nostri panini in un luogo meraviglioso, in compagnia super, in un mondo fantastico. E chi vuole tornare con i piedi per terra ;-)?





Santa Fosca

Si parla di “mal d’Africa” ma la nostalgia per le Dolomiti dove la mettiamo!?

Una settimana a Santa Fosca e non appena sono in viaggio verso casa mi manca la bellezza delle cime raggiunte e di quelle, purtroppo, solo desiderate e ammirate dal basso. Manca il contatto con quella roccia salda e infida allo stesso tempo. Mancano il fragore delle risate durante le uscite condivise

e il silenzio dal fuori che ogni sera accompagnava al sonno. Mancano i racconti divertenti dei compagni di tavolo che, anche se sconosciuti fino a quel momento, sono diventati la miglior combriccola.

Sono grata per gli occhi e il cuore pieni di bellezza, fatica, condivisione e amicizia.

Grazie OSA per avermi fatto conoscere questo modo nuovo e migliore di vivere una vacanza.



XVII Gir di Sant

28-29 GIUGNO 2025

Ogni anno nella notte dell'ultimo fine settimana di giugno, un gruppo di pellegrini si incammina lungo i sentieri che abbracciano il Monte Cornizzolo, per vivere un'esperienza suggestiva: Il Gir di Sant. Questa ormai tradizionale camminata notturna, promossa dal Gruppo Difesa Natura di Suello, dagli Amici di San Pietro, dalla S.E.C. di Civate, dalla Cumpagnia di Nost di Canzo e dall'O.S.A. di Valmadrera, diventa occasione per riscoprire e salvaguardare la bellezza del territorio, la sua storia e il legame profondo con i segni religiosi che i nostri antenati hanno lasciato sui nostri monti. Il percorso si sviluppa in una distanza di circa trenta chilometri, con un dislivello che supera i mille metri, tra sentieri boschivi, strade sterrate e tratti con asfalto, dove si trovano chiese nascoste e panorami mozzafiato.

Partendo da Civate, dalla Casa del Pellegrino, i partecipanti attraversano luoghi ricchi di significato, come il Santuario dedicato alla Madonna di San Martino, al suo interno si incontra un gruppo di musicisti, offrono un omaggio musicale ai pellegrini, la Chiesetta di San Tomaso, la visita al Museo della vita contadina nel comune di Valmadrera. Raggiunti i mille metri di quota si incontra la sorgente del "Fontanin del Foo" ai piedi di un faggio monumentale si ascolta della musica. La discesa è verso i ruderi della casa di San Miro Eremita, sempre in Val Ravella, all'Eremo a Lui dedicato dove il Santo secondo la tradizione, a seguito di una siccità fece sgorgare dell'acqua dalla roccia, conosciuta come la "Fonte di San Miro". Sempre a Canzo si sosta davanti alla Chiesa di San Francesco, lì viene disegnato sul



pavimento del sagrato il logo del Gir di Sant. Si scende al lago del Segrino per proseguire verso la Chiesa di San Cristoforo, di seguito la visita alla Chiesa di San Martino sempre in Eupilio. Si cammina salendo la Scala Santa per giungere alla Chiesa dedicata alla Madonna della Neve a Pusiano, dove si gode di un panorama unico. La discesa è



Altre attività



verso il Roccolo di Cesana Brianza con una sosta alla chiesa dedicata alla Madonna del Carmelo. Si transita dalla località Val Varea di Suello fino a raggiungere nel comune di Civate la mulattiera principale verso San Pietro. E' la festa per il cinquantesimo di fondazione degli Amici di San Pietro, gruppi di musicisti disposti lungo la salita, che per l'occasione viene chiamata Via Melodiosa, accompagnano con canti e musiche i pellegrini fino all'arrivo alla Basilica di San Pietro al Monte,

meta finale del cammino.

Per chi non ha mai partecipato, il Gir di Sant è un'esperienza fatta di condivisione, di amicizia, di fatica, è un incontro con se stessi e coi compagni di viaggio, una veglia che unisce tradizione, cultura, rispetto per l'ambiente e luoghi di fede. E' stato proposto ad alcuni pellegrini di rispondere a queste domande:

- Cosa ti ha spinto a chiedere di partecipare al Gir di Sant?
- C'è stato un momento o un luogo del cammino più suggestivo per te, perché?
- Come descriveresti il Gir di Sant in tre parole?

Ecco le loro testimonianze:

- La curiosità di camminare insieme a tanta gente e fare un percorso in notturna dal crepuscolo all'alba.
- Siamo stati subito conquistati dal suggerimento di alcuni amici: un cammino notturno che unisce natura, storia e spiritualità, ci sembrava un'esperienza unica ed affascinante da vivere, soprattutto perché era la prima volta che affrontavamo qualcosa del genere. L'idea di scoprire luoghi per noi nuovi e accompagnati da racconti che risvegliano l'immaginazione è stato per noi irresistibile!
- A mio parere il momento più suggestivo è l'arrivo alla Eremita di San Miro. L'arrivo a notte fonda, l'accoglienza dei volontari, le luci nel sagrato, che creavano sul posto

un'emozione quasi magica e la sacralità del luogo legato alla vita del Santo.

- Senza dubbio i momenti in cui abbiamo visitato le Chiese lungo il percorso, sono stati i più suggestivi. Ogni costruzione raccontava storie antiche e misteriose, e ascoltare quei racconti in un'atmosfera notturna, con le luci soffuse e il silenzio intorno, ha reso tutto magico e quasi surreale. E' stato come fare un viaggio nel tempo e nei segreti delle nostre montagne; credo che questa fusione di spiritualità e racconto sia la cosa che ci ha più emozionato.
- Anche se tante volte, ho già visitato la Chiesa di San Pietro al Monte con i suoi meravigliosi affreschi e stucchi, ogni volta si riscoprono particolarità che precedentemente ci erano sfuggite. Non so se rifarò questo giro, sono certa però che la stanchezza è stata presto azzerata dal recupero di un buon sonno, ma l'esperienza positiva vissuta ha superato di gran lunga ogni rosea previsione e resterà nel bagaglio indelebile dei miei ricordi più importanti. Alla fine il mio tachimetro ha registrato quasi trentasette chilometri di cammino. Per chi è riuscito a leggere fino alla fine, non posso che dire: grazie di cuore e buona vita a tutti.
- Unico, emozionante, da riprovare e per me da consigliare.



Giubileo 2025

Giubileo ovvero anche Pellegrinaggio a Roma. Tra le tante proposte abbiamo deciso di raggiungere Roma da pellegrini a piedi da Ostia antica. La proposta è arrivata dal gruppo del Cammino di S. Agostino, una realtà non distante da Valmadrera. Il Cammino di Sant'Agostino è un cammino devozionale nato nel 2008, che in Lombardia si snoda per 620 km, partendo dal Santuario della Madonna delle Grazie di Monza a raggiungere le reliquie del "Santo della Grazia" a Pavia, nella basilica romanica di S. Pietro in Ciel d'oro. L'iniziativa parte da Cassago Brianza, o meglio Cassiciatum e la sua villa romana, con tanto di resti ancora visibili di fianco alla chiesa parrocchiale, dove Agostino d'Ipbona, funzionario e maestro della corte imperiale romana di Milano, si ritira in crisi di salute ma soprattutto spirituale. Tornerà a Milano per farsi battezzare da S. Ambrogio. Lungo il percorso, questo pellegrinaggio tocca numerosi notevoli luoghi di fede, di arte e di valore ambientale, tra cui ben 50 Santuari mariani, compreso il nostro S. Martino.

Durante il 2025 il gruppo, oltre che curare e valorizzare il percorso, ha proposto di raggiungere diverse chiese giubilari e non poteva mancare S. Pietro, partendo dai richiami agostiniani. La partenza è infatti da Ostia antica dove è sepolta la mamma di S. Agostino, Monica e al cui porto attraccò dall'Africa lo stesso santo. Infatti la prima tappa del primo giorno, venerdì 26 settembre, è il parco archeologico di Ostia con una guida d'eccezione: don Andrea Lonardo, direttore del Servizio per la Cultura della Diocesi di Roma, anche commentatore del Vangelo su Rai uno il sabato pomeriggio. Con lui abbiamo riletto i passi delle «Confessioni», l'autobiografia del santo, che parlava proprio di Ostia in un mix di arte, storia antica e riflessione spirituale. Il cammino, usciti dai resti del porto di Ostia, è proseguito lungo l'alzaia del fiume Tevere, tra prati e sentieri ormai alla periferia di Roma: 16 km per raggiungere l'hotel per la cena e il pernottamento. Già il giorno seguente con lo spostamento con bus e metro



il cammino è divenuto urbano, toccando il degrado di alcune zone, ma anche piste ciclabili in parchi da non sottovalutare. Ricordiamo la preghiera in una moderna chiesa tra i palazzi di periferia, segno della presenza del Signore accanto a tutti, mentre quando abbiamo raggiunto ormai Roma la prima tappa è stata la chiesa dei S. Pietro e Paolo all'Eur con il suo stile monumentale. Con altri 20 km, sabato 27, abbiamo quindi toccato diversi punti di Roma meno conosciuti: di fianco alla nota Bocca della Verità si trova la chiesa dove S. Agostino teneva le sue lezioni, S. Maria in Cosmedin, con le sue celebrazioni in rito melkita, segno che continuano i rapporti con l'altra sponda del Mediterraneo. Per non parlare della tre basiliche alle Fontane dove fu martirizzato S. Paolo con la vicina grotta mariana. Non è stato un problema rinunciare ad entrare alla Basilica di S. Paolo fuori le mura per la troppa coda. Camminare a piedi significa passare dai luoghi che con il bus turistico non si vedono. Una bella scoperta è stata la Basilica di S. Agostino in Campo Marzio, ormai nel cuore di Roma con l'incontro con il rettore sulle scale della chiesa. Come in tutti gli altri punti, è stato lui a timbrarci le credenziali invitandoci a continuare oltre l'anno del Giubileo a camminare da pellegrini, in semplicità, senza organizzare o preoccuparci di chissaché. Qui la celebrazione della S. Messa, mentre il giorno dopo abbiamo pregato con il Papa in piazza S. Pietro. L'ultimo km, lungo via della Conciliazione è stato il più intenso, varcando la Porta Santa in preghiera. Saluti finali con la trentina di compagni di viaggio con cui inevitabilmente si sono condivisi pareri, impressioni, qualche confidenza... sentendoci tutti più vicini. Anche questo è pellegrinaggio.



Una vacanza diversa dal solito



Durante gli ultimi mesi di stesura della tesi, passavo quasi più tempo su Komoot che su AutoCad. Il motivo? Avevo un solo obiettivo per la mia estate: fare un viaggio in bicicletta in solitaria, e così si è realizzato un piccolo sogno nel cassetto che avevo da qualche tempo.

In particolare, il desiderio mi era venuto dopo il viaggio in bici che ho fatto in Patagonia con il mio amico

francese Foucauld ormai tre anni fa (di cui già scrissi sul Crociatino). Quell'esperienza mi era piaciuta talmente tanto che prima o poi avrei voluto fare qualcosa di simile partendo da casa, e quale migliore occasione dell'estate dopo aver finito gli esami?

E così ho iniziato a programmare la mia spedizione, mi sono creato tracce per diverse mete su Komoot, partendo da quella più suggestiva

durante l'anno giubilare: Roma. L'obiettivo era ancora più ambizioso ossia spingermi a sud, fino a che avrei avuto forze, tempo e denaro per proseguire.

Poi però mi si è presentata un'altra occasione, andare a trovare un'amica sulle alpi francesi e visitare nuovi luoghi e paesaggi che non avevo ancora assaporato. Quindi cambio di rotta e si imposta la traccia: Valmadrera - La Plagne 320 km, 4 giorni circa poi dopo si vedrà in base a come il corpo e la mente reagiranno a questo primo viaggio. Ammetto che un po' mi fa strano scrivere un articolo su questo mio viaggio perché non è stato nulla di straordinario, specialmente se confrontato con imprese enormi di ciclo viaggiatori che girano il mondo. Però, chiacchierando con amici e conoscenti ho capito che non è stato un viaggio da "tutti i giorni", che non bisogna sempre confrontarsi con gli altri, ma fare le cose perché ci fanno stare bene e farle nei limiti delle nostre possibilità. E quindi mi emoziona scrivere di questa mia piccola-grande esperienza sul notiziario dell'OSA per cercare di ispirare qualcuno di voi a prendere la propria bici (o anche le proprie gambe) e partire per un viaggio in solitaria (o con amici) in cui l'unico motore è il proprio corpo.

E così si parte di domenica mattina, prima tappa l'ho prevista nella zona del Novarese: dopo la caotica Brianza riesco ad uscire dal traffico per immergermi nel verde, al confine tra Lombardia e Piemonte, dove guado il Ticino in cui è d'obbligo un rapido bagno. L'acqua è fresca e quindi perfetta per ristorare le gambe.

Arrivo a Carpignano Sesia e qui decido di fermarmi per la prima notte. Prima faccio un giro in centro e scambio due chiacchiere con i saggi locali, che mi consigliano un parco poco fuori paese per campeggiare.

Prima notte in solitaria, il parco è animato dai tofa locali, ma che verso sera se ne tornano a casa e mi lasciano solo a preparare il mio squisito cous cous con tonno e salsa di pomodoro. Mangio, lavo le stoviglie e si va a letto presto visto

Vita da socio

che domani riparto in direzione Valle d'Aosta.

Dopo chilometri di risaie e pianura incontro le prime colline per arrivare ad Ivrea. Qui il punto informazioni della via Francigena mi accoglie a braccia aperte con due dolci signori e una ragazza impegnata nella sua alternanza scuola lavoro che, però, non sembra entusiasta di passare un lunedì d'agosto ad accogliere i pellegrini.

La signora si adopera per me e, dopo aver capito che il pellegrinaggio non era proprio per Fede verso Roma, mi trova comunque alloggio presso i frati francescani a Chatillon. Qui faccio un felice incontro con Fra Alberto e Federico. Insieme passiamo una tranquilla serata a chiacchierare del più e del meno, dal desiderio di andare in pensione a 50 anni fino alla regola francescana.

Le salite iniziano a farsi sentire, ma

il duro deve ancora venire visto che mi aspettano il passo del Piccolo San Bernardo e Belle La Plagne. Però per ora penso a godermi la valle d'Aosta, con le sue magnifiche montagne, e gli innumerevoli castelli, che mi accompagnano durante le silenziose pedalate. Infatti, pensavo di ascoltare molta musica nelle ore su strada, però alla fine me la godevo di più in silenzio, ascoltando il fiatone o il mio fischietto in discesa e nulla di più.

La fatica c'è, ma per fortuna le gambe (e soprattutto le chiappe) resistono e dopo una meritata pausa al punto panoramico sul Monte Bianco arrivo a La Thuile: sono a circa metà salita del Passo e domani ho tanti km e metri di dislivello da affrontare.

Monto la tenda e come vicini ho 4 giovani francesi in cammino, in poco tempo scopro che uno di loro ha vissuto un anno in Cile e quindi

iniziamo a divagare sulla bellezza di questo paese: impressionante come sia piccolo il mondo e gli incontri che ci faccia fare.

Ceno con una doppia porzione di risotto precotto ai funghi, due chiacchiere con la barista e la proprietaria del campeggio che mi raccontano di conoscere gli amici del GEV Vercurago: un legame inaspettato con casa.

È ora, la sveglia suona alle 6, smonto la tenda, colazione nei bagni, perché fuori fa freddo, e in sella. Con l'incoraggiamento di un ciclista, che faceva le ripetute, arrivo finalmente al valico del piccolo San Bernardo: 2188 m slm. Una salita che non smette di tirare, lunga e corposa, ma è sufficiente guardarsi intorno per scovare le ultime forze e spingermi alla meta.

In cima mi fermo, mi dedico una buona mezz'ora di pausa, di silenzio per colmare gli occhi di ciò che ho attorno, provare a comprendere che sono riuscito ad arrivare in cima con solo le mie forze. Una sensazione inaspettata, vorrei condividerla con qualcuno ma sono solo.

Foto di rito e poi giù in picchiata verso la Francia, tutto ben bardato perché l'aria è fredda. Qui è tutto facile con l'emozione e la gioia scendo senza troppi pensieri e vado poi in falsopiano, costeggiando un fiume, fino all'inizio di La Plagne: salita finale della tappa n° 19 del Tour de France 2025 dove Thymen Arensman si impose su tutti.

Inizia la salita: momenti per tirare il fiato? Pochi. Caldo? Tanto. Ciclisti che mi superano? Praticamente tutti. Ho bici e peso adatti per questa salita? Assolutamente no. Orsetti Haribo mangiati? Da far venire il mal di pancia. Mollo? Ma neanche per sogno.

L'asfalto è diventato una tela per i fan del ciclismo, scritte fresche che incoraggiano i corridori ma io li leggo solamente una frase: *Alè Michi!* E quindi sentendomi nella bolgia del Tour arrivo finalmente a Belle La Plagne.

E ancora una volta la strana sensazione di voler urlare al mondo, ma mi trovo solo con me stesso.

Decido di passare i prossimi 5 giorni in questa stupenda località, che





d'inverno è assalita dagli sciatori e in estate da camminatori e famiglie alla ricerca di aria fresca. Il luogo è magnifico con vista su tutte le alpi e sul Monte Bianco che domina la zona.

In compagnia di Berenice, dei suoi amici francesi e dei suoi genitori facciamo diverse gite sulle montagne limitrofe, come: Refuge du Col de la Vanoise, Roche de Moi, Mont Jovet, La Grand Rochette. Nonostante le difficoltà linguistiche, il clima è di assoluta amicizia e condivisione alla ricerca di storie da condividere e punti di incontro tra due popoli vicini. Il tempo vola ed è già ora di ripartire, i giorni rimasti non sono tantissimi e quindi decido di scendere in treno fino a Marsiglia e poi proseguire pedalando fino a Genova.

Arrivo a Marsiglia, tramite Coachsourcing, trovo ospitalità a casa di Dan: un signore sulla sessantina che, quando non lavora, viaggia. In cambio del giaciglio gli preparo la miglior carbonara della sua vita che degustiamo mentre ci scambiamo consigli di viaggio. Dan dorme ancora e io mi preparo per partire, obbligatorio il selfie in ascensore e si esce dalla conurbazione urbana marsigliese per immergermi nella Provenza: un continuo collinare tra boschi di pini marittimi, distese di lavande, vigneti, castelli ed abbazie. Veramente approvata come regione: tranquilla e rilassante. L'unica vera difficoltà è stato uno strappo nell'entroterra che Komoot ha deciso di presentarmi come sfida: non molti chilometri, ma affrontati

poco prima di mezzogiorno, con un caldo che scioglie i copertoni della bici e pendenze che speravo di non incontrare mai in queste condizioni. Letteralmente dalle montagne al mare: gli ultimi giorni li passo costeggiando il Mediterraneo che lanciandosi verso l'infinito ti lascia sognare e volare con i pensieri a momenti di sole e gioia della vita. Te la godi proprio quando sei lì: pedali, sudì, continui a bere; ma sono momenti in cui ti viene da sorridere senza un vero motivo: incontri persone con cui inizi a chiacchierare e si crea subito un legame tenace, ti

fermi per una focaccia, un tuffo nel mare, una coca fresca all'ombra... E così senza neanche accorgermene, dopo aver passato località come: Brignoles, Frejus, Cannes, Antibes, Mentone, Ventimiglia, San Remo, Alassio, Pietra Ligure, Varazze etc., arrivo a Genova e il caso vuole che entro in città ascoltando *Guasto d'amore* di Bresh: praticamente l'inno moderno di questa città. È il 15 di agosto e quindi molti locali sono chiusi, appena esci dalle vie più frequentate ti ritrovi in una città silenziosa, calma: in ferie. Ovviamente è obbligatorio mangiarsi una bella focaccia e una porzione di trofie al pesto; e così tra un boccone e l'altro questa avventura si sta avvicinando alla fine. Ormai sono quasi due settimane che sono in viaggio e, quindi, decido di tornare a casa in treno per velocizzare le tempistiche e anche per riuscire a passare almeno una notte a Santa Caterina in campeggio. E così, tutto d'un tratto, l'avventura finisce ciò che fino ad un attimo prima era la quotidianità ora è solo un ricordo: che bel ricordo da portarsi nel cuore per avere il desiderio di sognare le prossime sfide!



Vita da socio

Sci alpinismo alle Isole Lofoten

DI GIGI RUSCONI

Partenza da Milano Malpensa: Gigi, Andrea, Mario, Renata e la guida alpina Federico. Dopo un lungo viaggio e l'arrivo a tarda notte a Narvik, noleggiamo un minivan e raggiungiamo, alle prime ore del mattino, Kabelvåg, dove abbiamo affittato una casa in legno in puro stile norvegese.

Le Lofoten offrono un contrasto unico tra montagne imponenti e mare, creando scenari epici per le discese. A differenza delle Alpi, qui è comune pianificare le escursioni in base alle condizioni di neve e meteo, scegliendo gli itinerari "a vista" lungo il cammino. Nonostante la pioggia battente del mattino seguente, decidiamo di adottare questo

approccio.

Parcheggiamo il van lungo l'unica strada che attraversa le Lofoten e individuiamo una prima salita: il monte Sautind (596 m). I primi 200 metri si affrontano con gli sci nello zaino, attraverso la tundra norvegese, fino a raggiungere la neve. Saliamo sotto una bufera di neve e vento fino alla vetta, poi scendiamo seguendo le tracce dell'andata, immersi nella nebbia. Torniamo a casa completamente fradici: zaini, vestiti e ricambi zuppi. Il nostro "battesimo" delle Lofoten è stato decisamente bagnato. Il giorno successivo affrontiamo il monte Varden (700 m). Partiamo da casa con gli sci ai piedi,



attraversiamo un bosco lungo una pista da fondo costeggiando il lago ghiacciato Stor Kongsvatnet. La salita continua tra betulle e tundra fino a superare la linea della vegetazione. Dalla cima si apre uno spettacolare panorama a 360 gradi sui fiordi. Incontriamo una comitiva di italiani. La discesa, su neve farinosa, è talmente bella che decidiamo di risalire. Ma il tempo cambia improvvisamente: il sole si trasforma in nebbia fitta. Scendiamo rapidamente e rientriamo a casa, sempre con gli sci ai piedi.

Mercoledì affrontiamo la vetta gemella del Varden: il Simitinden (662 m). Partiamo con nevischio nel tratto boschivo, poi la salita è baciata dal sole, che però presto lascia spazio a nuvole basse e vento fortissimo. A pochi metri dalla cima ci fermiamo: il vento ci solleva letteralmente. Togliamo le pelli e iniziamo la discesa su neve trasformata, con visibilità scarsa e attraversamento di piccoli torrenti. Riusciamo comunque a rientrare seguendo il sentiero lungo il lago. Giovedì saliamo sul Rundfjellet (803 m). Il tempo è incerto, ma non rinunciamo: peggio del primo giorno





non potrà andare, e il Rundfjellet è un must per lo sci alpinismo alle Lofoten. Parcheggiamo al solito posto e iniziamo la salita. Tra sole e nuvole, a circa 400 m di quota si scatena una bufera.

Continuiamo a piedi fino alla vetta, una cima isolata sormontata da un grosso cippo di pietre, esposta ai quattro venti. La discesa è in condizioni difficili, tra nebbia fitta e scarsa visibilità. Seguiamo il GPS di Federico per evitare crepacci o burroni. Nonostante tutto, la neve è farinosa e bellissima. Arrivati a valle, il cielo si apre e il sole torna a splendere. Valutiamo una nuova salita, ma alla fine decidiamo di rientrare al van.

Venerdì finalmente splende il sole! Partiamo di buon'ora diretti al Torskmannen (755 m).

Parcheggiamo vicino a una centrale elettrica e ci inoltriamo nel vallone, attraversando due torrentelli.

Risaliamo tra betulle e arbusti, con qualche richiamo da valle per il pericolo valanghe. Proseguiamo con cautela e raggiungiamo la cima: panorama spettacolare su mare e montagne. La discesa, su neve compatta, è epica. Ne approfittiamo per una seconda gita: risaliamo il Breitind (756 m), con una salita ripida e in ombra, senza tracce. Ma la discesa su neve compatta ripaga

ogni sforzo.

La sera, affacciandoci alla finestra, il cielo si tinge di verde: usciamo a goderci lo spettacolo magico dell'aurora boreale.

Sabato, ultimo giorno di alpinismo, scegliamo una gita d'eccezione: il Geitgallien (1.087 m), la vetta più alta delle Lofoten. Sole e neve primaverile dura al mattino rendono la salita molto piacevole, anche se l'ultima parte richiede l'uso di ramponi e piccozza. La cima è tra le più spettacolari e impegnative dell'intero arcipelago. In vetta il tempo cambia rapidamente e la discesa avviene sotto un cielo

coperto, ma riusciamo comunque a godercela appieno.

La notte di sabato torniamo in van a Narvik (ovviamente sotto una fitta nevicata) e rientriamo in Italia.

Lo sci alpinismo alle Isole Lofoten ci ha regalato un'esperienza unica. Paesaggi mozzafiato, montagne che si tuffano nel mare e condizioni meteo estremamente variabili - spesso nel corso della stessa giornata si alternano sole, vento, nuvole, neve e pioggia.

Un'avventura adatta sia a sciatori esperti sia a principianti, grazie a itinerari che spaziano da discese dolci a canali più tecnici.



S. Piergiorgio Frassati

UNA VITA VERSO L'ALTO

Nella nostra sede in via Bovara, presso l'oratorio, campeggia una foto in bianco nero di un giovane, dall'aspetto atletico che scende a valle, con passo spedito e un bastone in mano.

Quel giovane è Pier Giorgio Frassati, canonizzato recentemente, il 7 settembre da papa Leone.

Piemontese, papa S. Giovanni Paolo II visitando Pollone, la casa dei suoi genitori, lo aveva definito giovane delle "8 beatitudini". Quest'anno ricorrono i 100 anni dalla sua morte, avvenuta il 4 luglio 1925, e la provvidenza divina ha anche voluto che proprio quest'anno fosse

proclamato Santo.

Pier Giorgio Frassati è una persona che nonostante la sua breve esistenza (morì a 24 anni, colpito da una poliomielite fulminante), non si presta a facili schematizzazioni e soprattutto, nonostante sia passato un secolo, è una figura ancora attualissima e originale, che molto ha ancora da dirci. La sua vita fu densissima, piena d'interessi e attenzione verso gli altri, e tra le sue grandi passioni: la montagna. Un documentario a lui dedicato, trasmesso da TV 2000, aveva come titolo: "l'alpinista di Dio".

Il suo "motore" se così possiamo



chiamarlo, era il rapporto con l'assoluto, con Dio, ma lo leggeremo più avanti in un discorso di papa Giovanni Paolo II.

Nasce il 6 aprile 1901 a Torino da una famiglia borghese: Adelaide Ametis pittrice per passione e Alfredo Frassati, proprietario della "Stampa", che nel 1913 veniva eletto senatore del regno e nel 1920 era nominato ambasciatore d'Italia. Il padre si aspettava molto dal suo figlio primogenito (Pier Giorgio aveva anche una sorella Luciana), ma rimase ben presto deluso: Pier Giorgio era lontano dalle sue aspettative. Il suo rampollo non gli assomigliava affatto, non era ambizioso, studiava poco e di mala voglia. Il suo cammino scolastico subì dei rallentamenti (venne rimandato per due volte in latino), i genitori optarono ad iscriverlo all'Istituto Sociale di Torino, un ginnasio-liceo retto dai Padri della Compagnia di Gesù, dove conseguì la maturità classica nell'ottobre del 1918. S'iscrisse successivamente alla facoltà di Ingegneria meccanica (specializzazione in mineraria) presso il Regio Politecnico di Torino; voleva lavorare con i minatori, la categoria più disagiata di quel tempo. Ma fin da piccolo aveva preso terribilmente sul serio il Vangelo, con gesti di carità e attenzione verso gli altri inattesi per un bimbo della sua età. Quest'attenzione sfocerà da giovane nell'iscrizione alla Conferenza di S. Vincenzo, il 29 novembre 1918 e allora il suo impulso caritativo prese un carattere più strutturale e continuativo. Visitava le famiglie più bisognose per



Vita da socio

portare conforto e aiuti. Vi si recava generalmente al mattino, prima delle lezioni all'Università, oppure nelle uscite serali, carico di pacchi. Lo ricorderà anche papa Leone durante la solenne celebrazione di canonizzazione: "A forza di vederlo girare per le strade di Torino con carretti pieni di aiuti per i poveri, gli amici lo avevano ribattezzato 'Frassati Impresa Trasporti'". Spesso diceva "il bene fatto ai poveri è il mio migliore investimento", oppure "Gesù nella Santa comunione mi fa visita ogni mattina. Io gliela rendo, con i miei poveri mezzi, visitando i poveri". Come ebbe a dire S. Giovanni Paolo II, durante l'omelia di beatificazione del 20 maggio 1990: In lui la fede e gli avvenimenti quotidiani si fondono armonicamente, tanto che l'adesione al Vangelo si traduce in attenzione amorosa ai poveri e ai bisognosi, in un crescendo continuo sino agli ultimi giorni della malattia che lo porterà alla morte. Il gusto del bello e dell'arte, la passione per lo sport e per la montagna, l'attenzione ai problemi della società non gli impediscono il rapporto costante con l'Assoluto". Con l'università cominciò un periodo molto intenso all'interno di numerose associazioni cattoliche, che non elenchiamo tutte, segnaliamo in particolare la Gioventù Italiana di Azione Cattolica e la Fuci. E come se non bastasse ne fondò una tutta sua, la chiamo la "Società dei Tipi Loschi". Era composta prevalentemente da tipi allegri, fatta per organizzare gite

e divertirsi, ma anche per tenere assieme tutti i compagni provenienti dai vari Circoli Cattolici amanti della montagna. Tipo allegro e giovale, gli amici lo chiamavano "Fracassati". Amava molto lo sport, il nuoto ma in particolare l'alpinismo. Aveva cominciato sin da bambino, le prime escursioni le fece con la mamma e successivamente con lo zio, divenne anche un buon alpinista, salendo tra l'altro anche la Grivola, montagna impegnativa della Val d'Aosta. Scriveva ancora: "Ogni giorno che passa mi innamoro sempre più della montagna; il suo fascino mi attira. Io capisco questo desiderio di sole, di salire su, in alto, di andare trovare Dio in vetta. Oh, come le opere di Dio sono grandi e meravigliose! Vorrei passare intere giornate sui monti a contemplare in quell'aria pura la Grandezza del Creatore". Frassati vedeva la montagna come

un mezzo di elevazione dello spirito, una palestra dove si temprano anima e corpo, luogo di incontro e fraternità con gli altri. Amava anche salire a piedi al Santuario della Madonna di Oropa. Arrivato al Santuario, dopo circa un'ora di marcia a digiuno (dal giorno precedente come era usanza allora), per poter ricevere la Comunione, era solito assistere alla Santa Messa, e nel ritorno verso casa recitava il Rosario. Dobbiamo tenere presente, come sottolineava il papa, che il vero motore di Piergiorgio era l'Eucarestia.



Nel 1920 si iscrisse anche al Partito Popolare Italiano di don Sturzo. L'amore per i poveri lo portò a prendere delle posizioni, incominciò a leggere e propagandare "il Momento", quotidiano cattolico; partecipò attivamente alle elezioni del 1921, tenne dibattiti, comizi, attaccò manifesti, entrò nelle fabbriche. Sul finire del giugno 1925 provò uno strano malessere di emicrania, inappetenza, ma le sue condizioni non destarono particolare preoccupazione; era pallido e smagrito, ma la famiglia era

occupata dalla malattia di nonna Linda. Poi, Pier Giorgio era un ragazzo forte e robusto. Ma la situazione si aggravò. Il giorno tre il medico diagnosticò la poliomielite. Ricevette i sacramenti con perfetta lucidità, e il 4 luglio alle ore 19.00 terminava la sua vita terrena. Il 6 si celebrarono i funerali in una marea incontenibile, di ogni estrazione sociale: la folla bloccò i tram. I giovani fucini portarono a spalle la bara che sfilò davanti alla moltitudine che invase le vie di Torino. "L'avvenire è nelle mani di Dio e meglio di così non potrebbe

andare" una sua frase molto attuale. Dopo la sua beatificazione avvenuta come detto nel 1990, nacque il progetto dei "Sentieri Frassati": si tratta di percorsi escursionistici di interesse naturalistico, storico e religioso, dedicati appunto alla figura di Pier Giorgio Frassati tra il 1996 e il 2012, uno per ogni regione e provincia autonoma italiana, voluti dal Club Alpino Italiano, in collaborazione con la Giovane montagna, l'Azione Cattolica Italiana, la Fuci e l'Agesci. Attualmente sono 22 per un totale di 518 km, e attraversano 63 comuni.



Camminare in compagnia di un santo

DI MARCO
MAGNI

Sei tappe audio, al massimo di 8 minuti, tutte dedicate al giovane Pier Giorgio Frassati santo dallo scorso settembre.

Apreno la pagina web (<https://sentierofrassati.coopindialogo.it/>), sul sito della Cooperativa In dialogo, dell'Azione cattolica diocesana, si possono attivare gli audio per seguire una sorta di dialogo fra Pier Giorgio e le altre persone del suo tempo o del nostro, che ci trasmettono il suo stile e le sue attività, il suo pensiero e le sue scelte, la sua umanità e la sua santità. Un'opportunità nuova per conoscere Pier Giorgio a partire dalle fonti scritte e rivisitate nella forma di un racconto, corredato anche da alcune foto.

Il sentiero digitale può essere vissuto in completa autogestione, da una singola persona o da un gruppo, possibilmente in cammino sui sentieri in montagna, che lo stesso Pier Giorgio amava tanto, ma si possono anche percorrere

sentieri urbani o parchi cittadini, o spazi chiusi, durante un viaggio, in auto o in treno, purché ci sia la copertura internet. In ogni tappa, oltre agli audio in forma dialogata, si trovano i testi in forma scritta e alcune fotografie o documenti significativi citati nel racconto.

"... Sempre più desidero scalare i monti, guadagnare le punte più ardite; provare quella gioia pura che solo in montagna si ha"

"Son tanto belle le nostre Alpi che ci starei dei mesi interi, se non avessi altre preoccupazioni". Ascoltare queste frasi e altre, può ri-motivare e dare il senso della passione per la montagna che S. Piergiorgio ha poi trasformato in passione per l'uomo, i poveri, la società, la Chiesa impegnandosi nell'Azione cattolica e anche in politica.

Buon cammino, accompagnato anche da voci lecchesi dato che il progetto ha visto la collaborazione dei nostri Sentieri digitali.



Escursioni in Abruzzo

Dopo la splendida escursione sul Gran Sasso d'Italia nel 2020 percorrendo la via direttissima, finalmente quest'anno io e il mio amico Colavita Antonio siamo riusciti a organizzare due uscite. Il 23 luglio, partiti di buon ora (faceva

quasi freddo), ci siamo avviati sul sentiero del monte Sirente (gruppo Velino-Sirente), dove metà tratto del percorso è nel bosco ed il resto sotto il sole. Dopo circa tre ore e un dislivello di 1200 m siamo arrivati in vetta (2348 m): panorama bellissimo

con la compagnia di una ventina di camosci. Dopo un breve ristoro abbiamo intrapreso la via del ritorno. Passati tre giorni, il 26 luglio siamo partiti molto presto (4:30 circa) per avviarci nel gruppo della Maiella, destinazione Monte Amaro (2793 m). Anche qui buona parte del percorso in mezzo al bosco, sentiero ben tenuto e segnalato. Dopo quattro ore precise dalla partenza con un dislivello di 1600 m circa abbiamo toccato la vetta, scoprendo davanti a noi un bivacco di metallo a forma di cupola. La discesa è stata più stancante della salita (3h30), ci sono voluti due giorni per smaltire la fatica, ma la soddisfazione è stata grande.



Lungo la via dei terrazzamenti

Oggi 27 settembre in un sabato piovoso la mia sveglia suona alle 5:30, è ora di alzarsi. Il gruppo femminile di cui faccio parte ha organizzato una gita in Valtellina, su un percorso lungo la via dei terrazzamenti da Chiuro a Sondrio, tra vigneti e meleti. Il pullman parte alle 7 dal piazzale del cimitero sotto una pioggia battente, su 46 iscritti 5 persone rinunciano alla gita causa il maltempo. Arrivati a Chiuro

cominciamo il nostro percorso e il tempo sembra essere dalla nostra parte: per tutto il tragitto solo poche gocce d'acqua ci hanno fatto aprire l'ombrello saltuariamente. Tra un saliscendi alternato da sentieri, asfalto e ciottolato ammiriamo filari di vigneti colmi di grappoli di uva nera e meleti carichi di mele, sostiamo a mangiare il nostro pranzo al sacco all'interno dell'oratorio di Poggiridenti, apertoci gentilmente



dal sacrestano. Nonostante le nubi basse e un po' di foschia si gode di un bel panorama sui vigneti, facciamo un'altra sosta al castello di Grumello situato a Montagna Valtellina, scattiamo alcune foto e poi ci incamminiamo per l'ultimo tratto di strada che ci condurrà a Sondrio. Arrivati a Sondrio ci fermiamo per un caffè prima di risalire sul pullman che ci riporterà a casa. Concludendo nonostante il tempo variabile è stata una bellissima giornata in bella compagnia tra chiacchiere e risate. Ciao e arrivederci al prossimo anno,

Pizzata gruppo femminile

DI GIOVANNA CORTI

Come consuetudine il mese di Marzo abbiamo organizzato la "pizzata al femminile" presso la trattoria/bar Luna di Valmadrera. Una settantina di donne hanno aderito a questo incontro. E' stata l'occasione per ritrovarci in allegra e piacevole compagnia. Dopo i saluti ci siamo date appuntamento al prossimo anno.





Gite giovanili 2025

Dopo il ritorno delle cosiddette “gite giovanili” nel 2022, il 2025 segna un altro importante avvenimento: le gite annuali raddoppiano, da una a due. L’idea che sta alla base di questi eventi non cambia rispetto ai recenti anni passati, ovvero coinvolgere quanti più giovani possibili a passare una giornata in montagna su itinerari abbastanza semplici dal punto di vista tecnico, in modo da allargare il più possibile la platea. La doppia data ci permette di proporre una gita “a km 0” sulle nostre prealpi ed una più distante, a caccia di una vetta di 3000 m.

21 giugno

Traversata alta e bassa delle Grigne. Questo è senza dubbio uno dei migliori itinerari delle montagne lecchesi. Specialmente nel tratto di traversata alta tra Grignetta e Grignone l’ambiente è spettacolare, si fatica quasi a credere di essere a

poche decine di chilometri da casa. Purtroppo la giornata non è stata delle migliori in quanto a condizioni meteo, a causa di una marcata foschia che non ci ha permesso di ammirare i panorami circostanti.

19 luglio

Ascesa al Sasso Maurigno. La meta doveva essere il mont Fallere in valle d’Aosta, ma il meteo poco favorevole ci ha fatto optare per un cambio di destinazione: si va in val Grosina, location inedita per la quasi totalità dei partecipanti. Questa vetta si trova al cospetto della ben più nota Cima Piazzzi, che abbiamo potuto ammirare durante l’ascesa di 1300 metri di dislivello e 15 km di sviluppo.

Ringraziamo tutti i partecipanti e diamo appuntamento alle prossime gite alpinistiche, sperando di attirare sempre più partecipanti.



"La ferrata"

NO MEGLIO "L'AFFERRATA"

Mi ero promesso di non imbrattare il Crociatino con fesserie e lasciare spazio a chi ha qualcosa di meglio da dire, ma qualche sprovveduto, pervaso da una forma di masochismo che oltre a farmi scarpinare tutto l'anno su e giù per bricchi sempre in fame d'ossigeno, me l'ha chiesto, anzi imposto. Bene ora si fanno i conti. Intingo la tastiera nel vetriolo e procedo.

Domandone. Perché si va in montagna? Rispondo facile: perché c'è aria sana, si fa movimento, sport, panorami, sole, salute.. ma la risposta è mutevole perché soggetta all'età. Da giovani tutto è facile e divertente. Fatica quasi zero, entusiasmo, zainetti semivuoti, spensieratezza. Protesi legamenti ginocchia non entrano nelle discussioni. Ci sono le ragazze con gli occhi belli. Si trotta, ci si arrampica, si ride, si scherza tutto il giorno e la sera si va anche a ballare. A furia di guardare le ragazze negli occhi poi ti ritrovi con un novellino aggrappato alle ginocchia. Un amore. Facile, lo metti nello zaino e vai in montagna. Cinquanta passi, sbircia un po' in giro, poi reclina la testolina e dorme con gli

angioletti. Qualche giretto riesci a farlo. Poi arriva il fratellino, la prima è grandicella tenendola per mano, potrebbe camminare da sola. Ti sbagli non funziona così. Parti con la famigliola, ma subito qualcuno chiede di essere presa in braccio. Comincia a macinare con la testina da donna. "... perché lui lo porti nello zaino ed io no? Poi in cima la mamma lo fa anche ciucciare? ". Insiste. Insiste con insistenza e così prima che mi denunci, cedo. Una in braccio e l'altro nello zaino. Sali fin dove puoi. Ogni tanto ti giri vedi la Tatola piegata, naso a terra che arranca stremata con un'imponente gerla befanasca in spalla e due borsoni dell'Iperal sulle braccia. Che cosa stipasse (o stipava?) là dentro non l'ho mai saputo e nessuno me lo deve dire, lo sanno solo le mamme italiane. Capisci così che ai bambini fa bene il mare, solo il mare e non la montagna. Al mare c'è lo iodio, il sole, la sabbia il secchiello, la paletta e il passeggino. Ti muovi sempre a D+ zero, qualsiasi direzione prendi. La montagna la dimentichi perché c'è la famiglia il lavoro o meglio puoi ancora andarci, la domenica mattina dalle 7 alle 9 ma alle 9 già doccia

altrimenti son guai.

Ti racconti che in montagna andrai una volta raggiunta la pensione e la pensione arriva. Hai tutti i bollini in ordine sei arrivato all'ambito traguardo, ma salta fuori una gnocca spaziale che di nome fa Fornero e ti comunica che: "Il pensionando deve molti più bollini, possedere almeno tre chili di prostata certificata o come opzione aver lavorato per un paio d'anni usando come portapenne due delle proprie vertebre sputtanate". Quando ti molla sei logoro ma ancora gagliardo. Entri entusiasta nel GTL gruppo Junior ed è ancora bello andare per i monti. Per un po' di anni le gioie e divertimenti ci sono. Quest'anno settimana più, settimana meno però ho compiuto i sessantacinque anni e sono entrato nel gruppo Senior. Le cose cambiano. Diventi un orto di algie molto produttivo. La fatica spesso ti morde i polpacci e non solo. Tengo una mappa tridimensionale dei punti dolenti che aggiorni quotidianamente. Un consiglio che mi sento di darvi: se hai un dolorino posto in una zona tollerabile, che non ti disturba molto, lascialo lì, non arnicarlo per farlo passare, anzi coccolalo perché l'algia a una certa età non passa, ma si sposta e potrebbe riposizionarsi in una zona molto più spiacevole.

Non dico comunque che sia già il momento di gettare la coda dell'occhio nell'Opera Pia (RSA), o la sera cenare con pastina tempestina in brodo di camomilla, ma almeno darsi una calmata. Invece no, ci



Gruppo Tempo Libero

si sente ancora giovani e bisogna andare in alto, lontano e in fretta, fare ferrate soprattutto quelle toste. Oggi il programma GTL impone “Ferrata”, e ferrata sia! Lasciamo il pulmino e dopo un po’ arriviamo all’attacco. In fretta s’indossano imbrago e caschetto e si parte. Quelli che hanno il cagotto da strapiombo li riconosci perché ciacolano e ridono eccessivamente. La sera, festeggeranno l’impresa cenando con un intruglio di Enterogermina e Imodium, caldino. Lascio entrare in ferrata i più assatanati altrimenti poi ti superano camminandoti sulla schiena, magari con i ramponi ai piedi, poi mi accodo dietro ad uno ancora convalescente, così che possa salire con calma. Come da regolamento familiare prima entro io, il Feroce Saladino e subito dietro la Tatola. Oggi sono in forma, sono stato a macero tutta notte nell’arnica e mi sento fluido. Mi riferisco alle mie articolazioni idrolubrificate e non consento battute omofobe! In parete mi muovo a balzi come uno scoiattolo, volo da catene a cavi piastre e cambrette. Dio come mi piaccio! Ora voglio impennarmi di una cifra in un solo balzo. **AFFERRO** vigorosamente uno strano cavetto con due mani e con un gesto atletico mi lancio verso il cielo. Il cavetto cede di mezzo metro poi vibra come un cellulare. Vedo una saetta percorrere avanti e indietro la ferrata



sfiammare e crepitare sui chiodi d’ancoraggio. Parbleau ho afferrato il catetere del “convalescente” fresco di prostata che mi precede. Sento un grugnito, alzo la testa e il socio ha la bocca spalancata ma la dentiera chiusa, bulbi oculari fuori dalle sedi, sembrano due palline da ping pong con venuzze rosse e al centro un

pallino nero. Capisco il pasticcio combinato. Non riesce a parlare, rantola: devo avergli tirato giù l’ugola nella pancia. Rischio grosso. Con furbizia mi faccio sfilare da quattro o cinque grimpeur d’osteria che stavano dietro e mi pongo in zona di sicurezza. Se mi prende, mi disossa e poi mi disarticola, è fuori di pera.





Ma dai, non posso avergli provocato grossi danni: ha una certa età, e con l'operazione appena fatta è verosimile che sia già spento di suo. Mentre lui continua con la voglia di sproloquio soffocato, chiedo se qualcuno ha un calendarietto con i nomi dei santi. Li voglio pregare tutti prima di uscire dal tracciato. Da giovane questo disastro non sarebbe successo, era proibito aggrapparsi a catene piastre e cavetti. Chi trasgrediva pagava l'orzata. Sì, orzata non la birra come adesso in uso. Eravamo proprio bravi ragazzi! Arriviamo fuori e il socio è ancora violaceo ma si è ripreso e rasserenato. Senza ridere chiedo scusa e anche perdono e la faccenda finisce lì. L'escursione non è terminata, per arrivare in vetta c'è ancora salita, e per noi Cavedani la salita è deleteria. Siamo fatti di una pasta speciale contro la quale si scaglia con rabbia il campo di Higgs e i suoi bosoni. Ci da' un sacco di massa e così siamo risucchiati a valle. Senza quel pirla di Higgs svernicheremmo i Salmoni e li guarderemmo dall'alto in basso

sempre. I miei bosoni li vedo, sono come fagioli ma mi consolo, nel gruppo c'è chi sta peggio: ha bosoni come patate. E' un personaggio di peso, un pezzo da novanta nell'Osa, e poi, e poi sotto le feste quando va all'ingrasso diventa anche un pezzo da 95, 100. Oggi lo voglio seguire da vicino per assistere alla cerimonia di vetta. Non è facile, è ancora un cagnaccio, sta sempre con i primi in balia del suo Wikilog che sventola come un aspersorio. E' lui che detta la via. Se qualcuno gli propina un GPS bacato, ci trascina nel burrone. State sereni, ci sono io che lo checkko con il mio Oruxmaps "Less expensive e more performing". Il bravo fieu afferma che ai rifugi e sulle cime deve cambiarsi gli indumenti. Con la maglietta sudata si ammala, gli viene il bibi, sigh ma non ci crediamo. E' un torellò, è sano come un pesce e sono sicuro che se anche lo immergi in una vasca di granita per qualche ora non succede nulla. Al massimo ne filtra contento qualche litro. In salita lui non suda più, ora SUBLIMA direttamente. Passa dallo stato

solido allo stato aeriforme senza toccare la fase liquida, e dunque la maglietta non la bagna: la "brama", la cuoce! La verità è che il Nostro studia da INFLUENCER, lo sostiene anche Ema e deve lanciare il suo BRAND. Il Ferragni delle Alte Vie, sempre con uno zaino da sherpa stracolmo arrivato in cima, rovescia un'intera boutique a terra. Si spoglia rimanendo con quelle braghette corte di sua creazione. Hanno losanghe rosse e bianche e nere, tasche e cerniere con profilature viola e la scritta "OSA-OSA" sulle terga. Sono da poco in vendita in sede. Numero chiuso e prezzo di lancio a 10,99€. Poi inizia! Si entra nel vivo della cerimonia. Il silenzio cala sulla vetta. Raccoglie un fascio di grucce e appende i capi alla croce: magliette, braghe, ginocchiere, giarrettiere fasce etc. Se Wikilog gli ha segnalato che in cima non c'è la croce se la porta da casa in ferro battuto. Ben piantato sul terreno, indice e pollice aperti sotto il mento, si concentra e sceglie gli indumenti più idonei al clima e al paesaggio (neve, foliage, sassi etc). Si veste, si sveste e si riveste. Ora sembra soddisfatto; poi si illumina e tira fuori una genialata da grande influencer: prende il caschetto da ferrata e lo infila sotto la maglietta, a protezione degli addominali scolpiti con l'ascia nella panna cotta. Calda! Il profilo perde un attimo di poesia ma gli addominali sono salvi. Un brusio rompe il silenzio. Noi, suoi followers frastornati in devota ammirazione e anche noi forniti di addominali prominenti, scolpiti nel budino, ma freddo, non possiamo che emularlo. Vortice di zaini e subito anche noi caschetto da ferrata sotto la maglietta. A casa poi dovresti levarlo ma te lo dimentichi e ti abitui a portarlo anche quando vai a Messa Cantata. I più perfidi malpensanti mormorano che quel rigonfiamento sull'addome è pinguedine o panzetta. Sbagliano è un tutore, ed io quest'anno l'ho anche scaricato dal 730. Pensar male si fa peccato soprattutto a Messa cantata. E così mi sono giocato anche quel minimo di dignità che forse avevo. Buon 2026 e 2027 a tutti.



Trekking del Monviso

Organizzato dall'associazione OSA di Valmadrera, il giro del Monviso è un trekking che si sviluppa intorno al Re di Pietra. Diverse sono le possibilità per percorrerlo, in base alle proprie esigenze di tempo o logistiche, e molteplici sono i rifugi che si trovano lungo il suo percorso.

PRIMA TAPPA

Il nostro itinerario prevede una durata di tre giorni di cammino con sosta in due rifugi, Quintino Sella e Vallanta. La partenza è stata purtroppo disturbata da un meteo non troppo clemente. Siti web e previsioni alla mano, la pioggia sembrava voler minare la gita. Così, con uno zaino pieno di materiale per affrontare la pioggia e tanta voglia di vedere posti nuovi, ci troviamo il 9 settembre a Valmadrera per iniziare il nostro trekking. Partiamo in 18 alla volta del Pian del Re, dove

lascieremo la macchina. Risalendo la strada con i suoi numerosi tornanti, che dal pian della Regina porta all'altopiano del Pian del Re, le nubi iniziano a diradarsi e il Monviso fa bella mostra di sé davanti ai nostri occhi. Non sapendo se lo vedremo ancora nei prossimi giorni, la sosta fotografica è d'obbligo. Dopo aver parcheggiato, zaino in spalla, partiamo nella piana che ci porta alla sorgente del fiume Po. Qui la strada inizia a salire portandoci al lago Fiorenza, un piccolo specchio d'acqua che riflette in tutta la sua maestosità il Monviso e le montagne circostanti. Seguendo le sue sponde prendiamo il sentiero che ci porta al lago Chiaretto. Le nubi iniziano ad abbassarsi e in breve capiamo che il tempo è stato fin troppo clemente per la giornata. Tra detriti e sfasciumi, risaliamo la morena

fino al colle del Viso. Il sentiero ora spiana, e in breve arriviamo al rifugio Quintino Sella (2650mt). Lasciato il superfluo al rifugio, completiamo la giornata con la salita al Viso Mozzo (3015mt). Ritornati di poche centinaia di metri sui nostri passi, prendiamo il bivio per la vetta. La salita è rapida e la vista, che avrebbe dovuto essere stupenda sulla catena del Monviso, si lascia desiderare. Tra sprazzi di nuvole intravediamo qualche cima, e dopo la foto di vetta scendiamo al rifugio per il meritato pranzo. Il pomeriggio trascorre tra partite a carte e letture, mentre fuori inizia a piovere. Una buona cena e riposo, ci ricaricano per la seconda giornata. La tappa prevede di arrivare al Rifugio Vallanta e visti i miglioramenti del meteo, la sua fattibilità è garantita.

SECONDA TAPPA

La prima parte del percorso si svolge in un ambiente tipicamente montano d'alta quota. Dal rifugio Sella costeggiamo il lago di Viso e lungo la morena risaliamo prima fino al passo Gallarino (2728mt), in uno costante saliscendi tra rocce e detriti, per poi continuare la salita fino al passo di San Chiaffredo (2764mt). Le nubi del mattino nel frattempo si alzano, permettendoci una visuale migliore della tappa precedente sulla catena del Monviso. Dal

Gruppo Tempo Libero

passo, inizia la discesa in un piccolo altopiano punteggiato da laghetti glaciali con una caratteristica molto particolare: ovunque sorgono come piccole opere d'arte ometti di pietra d'ogni sorta. Dai più tradizionali ai più alti ed elaborati, creano un ambiente lunare e suggestivo. Sopra l'altopiano domina una piccola altura detritica alla cui sommità si trova il bivacco Bertoglio (2760mt). Una piccola deviazione di percorso ci permette di raggiungerlo e fare una sosta. Siamo nel punto più alto della giornata: da ora ci attende una lunga discesa fino al piano Meyer (2126mt). Abbassandoci di quota l'ambiente cambia gradualmente: i grigi delle pietre lasciano il posto ai colori verdi dei cembri e larici, e giallo aranciati del sottobosco che inizia lo spoglio autunnale. In una piccola radura ci fermiamo per il pranzo, prima di proseguire la discesa fino al torrente Vallanta, che attraversiamo portandoci in una vallata ampia. Qui ci ricongiungiamo alla strada che proviene da Castello di Pontechianale che risale dolcemente lungo pascoli erbosi portandoci al rifugio Vallanta (2450mt). Il tempismo anche in questa tappa è stato perfetto: poco dopo infatti, inizia a

piovere e continuerà per parecchie ore. Il tempo al rifugio prosegue come la sera precedente tra chiacchiere, letture e partite a carte.

TERZA TAPPA

L'ultima tappa del nostro trekking, prevede di ritornare al Pian del Re. Per farlo iniziamo la camminata con la risalita del passo Vallanta (2811mt). Il sentiero offre subito spunti fotografici: un gruppo di camosci salta da una roccia all'altra e tantissime stelle alpine punteggiano il terreno. Arrivati al passo, raggiungiamo anche il confine tra Italia e Francia. Ora il percorso si snoda in territorio francese. Una discesa lungo sfasciumi e pietraie, ci porta alla piana che ospita il lago Lac Lestio. La piana è popolata da marmotte che tra fischi, giochi e rincorse si godono le ultime giornate di sole prima del riposo invernale. Seguendole, risaliamo il pendio erboso fino al Refuge du Viso (2460mt) dove ci concediamo una sosta. Ora ci attende una lunga salita fino al colle delle Traversette (2950mt). La salita inizia dolcemente lungo un sentiero che tra radure e ruscelletti risale verso la catena montuosa di confine. Salendo di quota, ci inseriamo in un piccolo

canale che ci porta sotto la cresta rocciosa che seguiamo con un sentiero fino alla Galleria delle Traversette, meglio conosciuta come Buco di Viso. La galleria, rappresenta uno dei primi trafori alpini della storia. Costruita negli anni settanta del 1400, per volere di Lodovico II, marchese di Saluzzo, permetteva di collegare il suo marchesato con la Provenza garantendo scambi commerciali sicuri da frane e nevicate. Di breve lunghezza, 75mt, è ora percorribile con una torcia per continuare il sentiero in Italia. Prima di attraversarla, ci concediamo tappa per il pranzo e per la salita al passo, dove possiamo vedere nuovamente in tutta la sua maestosità il Monviso. Un vento freddo ci accoglie nella galleria, e in breve tempo ritorniamo in Italia. Poco sotto il Buco di Viso si scorgono resti di una casermetta militare e di filo spinato della seconda Guerra Mondiale. Percorrendo parte della vecchia strada militare, scendiamo verso Pian del Re perdendo lentamente dislivello. Ritorniamo lentamente, tra prati verdeggianti di pascolo, al parcheggio dove chiudiamo il nostro anello.



Punta Sorapiss da S. Vito di Cadore

UNA GITA INDIMENTICABILE DURANTE LE FERIE A SANTA FOSCA

Le nostre vacanze a Santa Fosca, nella splendida cornice delle Dolomiti, non potevano svolgersi senza una o più avventure degne di nota. E così, con gli zaini ben saldi e l'entusiasmo alle stelle, abbiamo deciso di tentare una delle cime più maestose delle Dolomiti bellunesi: la Punta Sorapiss (3205 m), un massiccio imponente che ci ha sempre affascinato. La salita è stata pianificata in due giorni, con pernottamento al rifugio San Marco, date le difficoltà di terzo grado e il dislivello importante (2100 m). Il nostro viaggio è cominciato dalla vicina San Vito di Cadore, immersi fin da subito in un paesaggio che toglie il fiato. Il primo tratto che

porta al rifugio San Marco, poco impegnativo dal punto di vista fisico, ci ha regalato scorci meravigliosi e la sensazione di addentrarci sempre più nel cuore della montagna. Il tracciato, immerso tra abeti e larici, si apre gradualmente rivelando le pareti del Gruppo del Sorapis e la sagoma imponente della Croda Marcora.

Dopo circa due ore di cammino abbiamo raggiunto il Rifugio San Marco (1.823 m), autentico presidio alpinistico inaugurato alla fine dell'Ottocento. Accolti dalla tipica atmosfera calda e familiare del rifugio, abbiamo potuto godere di un tramonto spettacolare sulle Marmarole, seguito da una

suggestiva doccia all'aperto per rinfrescarci e da un'ottima cena. Nonostante l'ottima accoglienza, non siamo stati per niente incoraggiati nella salita dall'anziano rifugista, alpinista di lunga data, che scherzando (o forse no) ci ha detto in dialetto "Vi oltar fi mia la cima". Dunque, secondo il suo parere non avremmo fatto la cima, perché secondo lui nel gruppo c'erano troppe donne. Dubbiosi se dar retta a un pensiero più maschilista che alpinistico, ci siamo coricati presto, ansiosi per l'impegno del giorno dopo.

La sveglia è suonata all'alba. Dopo una colazione energizzante, abbiamo ripreso il cammino. Il sentiero, man mano che si saliva, è diventato più tecnico e impegnativo, richiedendo passo sicuro e attenzione costante. Lungo il percorso, abbiamo potuto apprezzare la bellezza aspra e selvaggia delle rocce dolomitiche, con i ghiaioni che risuonavano sotto i nostri scarponi e la vista che si apriva sempre di più.

Abbiamo raggiunto la Forcella Grande (2255 m) e da lì, proseguendo con la giusta concentrazione, ci siamo addentrati nel cuore del massiccio. All'inizio di questa parte sono presenti diversi passaggi di secondo grado e un passaggio di terzo grado, che al



Gruppo Tempo Libero

ritorno abbiamo superato con una calata in corda doppia. L'obiettivo era ambizioso, ma la fatica era ripagata ad ogni passo dal panorama mozzafiato.

Finalmente, dopo ore di sforzo fisico e mentale, abbiamo raggiunto la tanto agognata Punta Sorapiss! La sensazione di stare "in cima al mondo" è indescrivibile: le Dolomiti si estendevano a perdita d'occhio, un mare di guglie, cime e valli. È stato un momento di grande emozione e soddisfazione per il nostro gruppo. Un'esperienza che ci ha uniti e ha rafforzato il nostro spirito di squadra.

La discesa, seppur lunga, è stata arricchita dai colori del tardo pomeriggio. Siamo tornati a San Vito stanchi, ma con il cuore pieno di ricordi indelebili e la consapevolezza di aver portato a termine una vera impresa dolomitica. La soddisfazione è stata ancora più forte quando abbiamo potuto dire al rifugista che avevamo portato a casa la cima e a quel punto, finalmente, ci ha regalato il suo primo sorriso.

Questa gita al Sorapiss è stata molto più di un semplice trekking: è stata una lezione di perseveranza, amicizia e, soprattutto, un profondo momento di contatto con la natura imponente che ci circonda. Vi aspettiamo alla prossima avventura!





Escursione al lago Santo

Quando partecipo alle camminate col gruppo Tempo Libero Osa la prima immagine che mi si presenta alla partenza è: PRONTI VIA... e... NON C'È PIÙ NESSUNO!

Il tempo di scattare le prime due o tre foto con soggetto gli amici della comitiva che già si inerpicano con passo veloce sul sentiero, una manciata di minuti, ma che dico di secondi, e tutti sono già scomparsi alla mia vista.

Stefano, che ha spesso il ruolo di "scopa" (che, per chi non lo sapesse, è colui che si mette per ultimo a chiudere il gruppo), ogni volta ha verso di me uno sguardo ormai più rassegnato che invitante. Sa che è inutile sollecitarmi a stare col gruppo... sono una camminatrice solitaria e non insiste più.

Io mi perdo troppo nella bellezza... i

miei occhi scrutano continuamente le luci, i colori, i piccoli particolari e, di conseguenza, il mio passo rallenta... E' allora che mi sento davvero immersa nella amata solitudine, nel silenzio rotto solo dai passi sul sentiero, nella bellezza dei boschi o dei crinali. E così, come sempre, è avvenuto anche durante questa escursione.

Subito immersa in uno splendido bosco con il sentiero che divide una bellissima faggeta a destra da un bosco di betulle, i miei alberi preferiti, sulla sinistra.

I colori appena accennati dell'autunno e le luci che penetrano tra le foglie, rendono il tutto quasi magico. Solo un'oretta di salita e, all'improvviso, la luce dorata del sole lascia spazio a un blu/verde/azzurro del lago Santo a 1500 m di quota.

Sento improvvisamente il cuore sobbalzare, mi fermo e non posso fare altro che... contemplare e ringraziare per questa bellezza che colma ogni fatica, se mai ci sia stata! Ogni inquadratura mi sembra "imperfetta" davanti a tanta meraviglia e allora scatto, scatto e scatto foto quasi a voler fermare per sempre ciò che i miei occhi "vedono" e il mio cuore si riempie di gioia. Sull'altra riva del lago scorgo, tra gli alberi, il gruppone che sempre mi precede; mi giungono le loro voci mentre continuano a salire velocemente.

Oggi faccio mia questa semplice meta, voglio restare qui e gustare di questa bellezza, ammirare le luci (complice il bellissimo meteo) che mutano continuamente sugli alberi e soprattutto sull'acqua.

Sono davvero felice: il rifugio sulla riva del lago, è chiuso e una pace cala su tutta la natura intorno e dentro di me.

Il giro, sulla riva del lago, mi offre scorci di infinita bellezza.

Mentre cammino mi chiedo da dove nasca il nome Lago Santo.

Ed ecco che mi appare, ormai sulla riva opposta del rifugio, una piccola cappelletta con un crocifisso. Ai suoi piedi tante piccole croci intrecciate di legno che chi è passato da qui ha voluto lasciare come segno della piccola fragile fede che accompagna il pellegrino camminante.

Ecco allora che immagino, con un mio personale pensiero, il termine "lago santo" perché raccoglie bellezza e fede.

Per un paio d'ore, che scorrono velocemente chiacchierando anche con due amici osa, che nel frattempo ho incontrato, mi sento immersa in queste "acque" di bellezza.

È ora di incamminarmi per la discesa.

Sul percorso sono "accompagnata e accarezzata" da un faggeto i cui rami e foglie sono attraversati dalle luci dorate di un sole che è già nella sua parabola di discesa.

Le foto scattate oggi mi aiuteranno a ricordare ogni attimo di questa giornata ma la gioia accumulata nel cuore sarà ancora viva per tanto tempo!

Come sempre: GRATA alla VITA!!

Prequel VSB

Ho provato a cercare un aggettivo per definire la Valma Street Block ma ho ottenuto scarsi risultati. Quello che tutti preferiscono e che compare nei comunicati stampa è la parola “iconica”. La definizione nel vocabolario Treccani non aiuta di certo: *“relativo all’immagine, o, più spesso, riferito a simboli e simili, che è conforme all’immagine del simboleggiato”*. In pratica è una parola in grado di sviluppare a livello elementare immagini e, successivamente, evolversi in simbolo, cioè di qualcosa universalmente riconosciuto, il quale non necessita di significato o significante perché puro e comprensibile così com’è. La Valma quindi diventa “corpo”, che nella sua ambivalenza di oggetto e soggetto nello stesso momento può camminare nel mondo da solo, e come ogni corpo che vive su questa terra possiede una sua anima, una coscienza tra razionalità

e irrazionalità, un’emotività e un desiderio recondito. Ma ora fermiamo le elucubrazioni. Torniamo all’inizio, nella ricerca dell’aggettivo non trovato, a questo punto l’unica soluzione era la ricerca del “corpo”, della scintilla che ha innescato tutto questo. Scusate per essere più precisi, non della goccia che ha fatto traboccare il vaso, ma della prima vibrazione galeotta, della good vibes, che ha reso possibile la Valma Street Block. Per Andrea, Gionata e Ruben l’agosto del 2009 non fu particolarmente caldo, oltretutto trovandosi in campeggio con le famiglie in un paesino della Val Camonica decisamente non aiutava. Alla sera non uscivano a cercare fresco come al mare, anche se il gelato nei vari vagabondaggi serali non doveva mai mancare almeno per poter percepire i gusti e gli odori dell’estate. Oltretutto, per il boom dell’overtourism montano bisognava



aspettare ancora una decina d’anni ed infatti le stradine del paese erano decisamente deserte, se non per gli altri avventori del campeggio e per qualche anziano venuto, su prescrizione del medico curante, a respirare aria pulita. Per questo loro anticipo dei tempi, farsi delle amicizie esterne era veramente dura, per non parlare della rarità di trovare delle ragazze, cosa assolutamente utopica, se non fosse per le tre giovani polacche che di giorno, sotto l’attenta sorveglianza del padre dalla terrazza dell’albergo simil panopticon, rastrellavano il fieno in





gonna corta nel prato confinante al loro. L'unica speranza, quindi, era girare a zonzo sperando in un incontro fortuito in una delle loro serate libere dal lavoro. Una sera, stanchi dopo il quarto giro del paese, i tre amici decisero di tornare in pagoda a giocare a carte, sicuramente nel gioco sarebbero stati più fortunati. A metà della scalinata, struttura di nuova realizzazione per collegare la piazza al parco giochi sovrastante, esattamente nel corridoio tra le due rampe incontrarono un signore oltre la sessantina con la barba bianca. La scala, particolarmente elaborata e con i muri perimetrali rivestiti con assi di legno orizzontali, era per Gionata un ottimo banco di prova per i suoi primi approcci alla pratica del parkour: attività ginnica che, da pochi mesi, aveva intrapreso. Per questo effettuò innocentemente un balzo, senza accorgersi della grossa figura in lenta salita. Notando le sue movenze non tanto abituali probabilmente l'anziano lo prese per un ladro o vandalo, iniziando così ad urlare contro tutti loro infuriato. Gionata cercò subito di calmarlo cercando di parlargli lentamente, spiegando che aveva fatto solo un salto dai gradini, il tutto mentre con le mani davanti al corpo, a mo' di preghiera, chiedeva

calma muovendole su e giù. Ma questo gesto, totalmente da cane sottomesso, fu per l'anziano un atto di irritazione maggiore, come se fosse intenzionato a colpirlo. La situazione stava per degenerare in una lite furiosa. "Come vi permettete!" Smanaccia in aria paonazzo, "io sono un alpino!". Per un'intuizione spontanea Andrea entrò nella visuale del vecchio piazzandosi davanti e nascondendo parzialmente Gionata, fonte ormai inequivocabile di irritazione. Pacatamente disse "Ah, ho saputo che ogni estate andate in cima all'Adamello per la commemorazione è andato anche lei?" Come se qualcuno avesse scagliato un fulmine il vecchio si fermò di colpo. Quella frase, fortunatamente per i tre giovani, attivò il suo interesse, probabilmente sua unica passione e desiderio di vita. Osservandoli dai suoi profondi occhi neri, contorniate da rughe profonde e da un naso esageratamente rosso iniziò quindi a calmarsi, iniziando a raccontare della sua vita da netturbino comunale, della sua vita da reietto, scansato e non voluto da nessuno, abbandonato da moglie e figlio, da alpino licenziato ingiustamente perché dormiva costantemente con il cappello al contrario. Lui, che a detta sua,

aveva portato con i muli un cannone sull'Adamello. "Sei un pakistano! Sei un pakistano!" Urlò, più e più volte, al povero Gionata tra una battuta e l'altra. Fu Ruben a salvare la situazione ad ogni invettiva, indicando il suo amico come un "meridionale" (anche se questo non era il termine usato) accolto e non proveniente dal sud dell'Asia, ma questo finì per provocare nell'alpino una sorta di distorsione spaziale, così a loro volta Andrea e Ruben furono additati come degli immigrati dal profondo mezzogiorno. "Da dove venite ragazzi?" Domandò ad un certo punto ripresi probabilmente dalla sbornia di grappini. "Da Lecco", risposero in coro i tre campeggiatori. "Aaaa da Lecco", gracchiò, "come i Ragni di Lecco!" Detto questo si voltò di scatto come un felino e si lanciò contro la parete con i listelli di legno, e come se fosse un pan gullich iniziò a salire con foga inaudita. Uno, due e alla terza barra piombò di sotto cadendo in piedi e arretrando vertiginosamente verso terra. I ragazzi, agili grazie alla loro giovane età, l'afferrarono prima del rovinoso impatto al suolo. Ecco, scusate l'interruzione, questo



è stato il momento, quel momento, quella vibrazione. Il “corpo”, fisico, cadeva all’indietro senza protezione, senza materasso. Probabilmente in quel preciso istante Gionata realizzò, nella sua testa incominciò a germogliare l’idea di arrampicare in versione urbana. Magari per le vie di casa, esattamente come il grappinaro fece sulla scalinata del suo paesello.

Ma torniamo alla nostra storia.... Passò un’ora, quel vecchio personaggio di paese ci aveva preso gusto e probabilmente come poche volte nella vita veniva ascoltato sinceramente. Per questo continuò a parlare, a raccontare le sue storie: del paese, delle parentele del sindaco, dei vigili urbani, delle multe prese per schiamazzi pubblici, dei cestini sempre pieni di rifiuti. Ruben, al centro, toccandosi i boccoli dorati e fissandolo con i suoi occhi azzurro pallido lo tratteneva maggiormente. Nascosto e non visto Andrea cercò l’attenzione di Gionata valutando con lui una soluzione per uscire da questo sproloquio di parole. Prima consiglio di colpirlo in testa mimando il gesto della botta, poi vedendo il suo amico sgomentato e poco propenso alla violenza fisica, con mignolo e pollice aperti fece il segno del telefono. Il suo amico capì, prese il cellulare, digitò sulla tastiera il

numero e chiamò quello di Andrea. Lui rispose velocemente e finse di parlare con sua madre. “Va bene mamma, siamo in ritardo. Torniamo in campeggio”.

L’alpino bandito sorrise ma era evidente la sua tristezza di veder andare via i tre ragazzi, che rapidamente scesero le scale per arrivare in piazza.

“Ora sì che abbiamo una storia da raccontare!”

“L’abbiamo vista brutta! Eravamo in tre ma come facevamo?”

“Mah Andre... hai risposto veramente alla chiamata!”

“Ahahah, sì certo la scena doveva essere più reale possibile”.

Gionata sbofonchiò, erano ancora i tempi dello scatto alla risposta e della navigazione internet costosa come una cena in un ristorante stellato.

Non voglio dilungarmi, fine della storia. Così penso sia scoccata la scintilla della VSB o almeno è quello che mi hanno raccontato i tre (ex) ragazzi. L’icona non può nascere dal niente, il corpo non da meno. Doveva esserci per forza una storia recondita dietro l’origine della VSB e questa, tra le tante, dovrebbe essere quella giusta.

Cosa dire in conclusione?

Ah sì, vi aspettiamo alla decima Valma Street Block!



Valma Street Block

“CIVATEDISCION”: QUANDO I MURI UNISCONO

Eccoci di nuovo a raccontare un'epopea, non di quelle che richiedono piccozza e ramponi a 4000 metri, ma di quelle che si giocano in una manciata di metri quadri a poca distanza da terra, tra l'intonaco ruvido, gli spigoli insidiosi

e il giudizio inflessibile del giudice di blocco. Parliamo della nostra amata e attesissima Valma Street Block, che quest'anno ha varcato il confine municipale per invadere, con pacifica e sportiva determinazione, le vie (e i muretti) della vicina Civate.

L'aria quel sabato di inizio aprile, fin dal ritiro dei pacchi gara, vibrava di quella sana e contagiosa frenesia che solo un raduno di centinaia di appassionati (oltre 400 si sono presentati con crash-pad in spalla e scarpette tirate a lucido) sa generare. Arrampicare su un davanzale, sul lato di un edificio o di un muretto non è solo una sfida fisica. È un atto di ribellione giocosa contro la gravità e contro la monotonia delle strutture costruite dall'uomo. Quel muretto di pietra per un giorno smette di essere solo quello e diventa un blocco da superare. Ogni blocco non era però solo fisico, ma una sfida concettuale. Guardavi quel muro di sasso, quel pezzo di cemento, quella ringhiera, e pensavi: è impossibile. E lì scatta la magia. Lo street bouldering ti costringe a ridimensionare l'ostacolo. Ti insegna che la debolezza è una presa che non hai ancora visto, e che l'equilibrio non è assenza di movimento, ma il movimento giusto



Arrampicata

al momento giusto.

La bellezza della Valma Street Block sta nel suo essere un caos regolato. C'è la mappa con i 40 blocchi, la tessera da bollinare, i giudici attenti, i crash-pad salvifici, ma in mezzo a tutto questo c'è la libertà di perdersi, di scegliere l'ordine, di fallire e riprovare all'infinito (o almeno finché non arriva il giudice a ricordarti che "il tempo stringe"). Ogni blocco richiede un approccio suo, che ognuno devo trovare dentro di sé. La Valma Street Block dunque non è solo una gara: è un test di resilienza. Ti insegna a usare quello che hai, a non disprezzare la piccola presa (che si rivela spesso l'unica vera salvezza) e a fidarti ciecamente del tuo piede (o scarpetta) sulla placca apparentemente liscia.

Alla fine tra musica, DJ set e la beata stanchezza che solo una giornata di sfide intense sa regalare, ci siamo ritrovati con le mani che bruciano e i piedi indolenziti a bere birra e scambiarsi considerazioni. E in quel ritrovo, in quella piazza che per un giorno è stata campo base e logistico, c'è l'altra essenza, oltre la sfida individuale (e allo stesso tempo collettiva), di questa (ormai) iconica manifestazione, giunta alla nona edizione.

La Valma Street Block, nella sua peregrinazione a Civate, ci ha ricordato che lo sport è aggregazione che supera i confini. Non solo i confini geografici (Valmadrera,

Civate), ma i confini che noi stessi ci poniamo. Ci ha mostrato ancora una volta come un'intuizione possa trasformare un semplice muretto in una palestra a cielo aperto, una strada in un percorso di crescita e di condivisione. Non importa chi abbia vinto (a loro le lodi e i trofei meritati), ma importa il "noi" che si è formato. Il complimento scambiato con uno sconosciuto a un blocco, il consiglio tecnico dato all'ultimo arrivato, la

risata liberatoria dopo una caduta rovinosa sul crash-pad.

La Valma Street Block non è solo una gara. È un modo per dire: la nostra passione non ha limiti. Se c'è un muro, noi lo saliamo. Se c'è una sfida, noi l'affrontiamo. Ci vediamo (speriamo) l'anno prossimo, dove ancora non si sa, ma non conta: l'importante sarà portare le nostre scarpette e la nostra voglia matta di arrampicare stando insieme.





Gara sociale di arrampicata

L'ARTE DI FARE SALOTTO ANCHE DURANTE LA GARA (CHIUSI NELLO SGABUZZINO)

Stipati nello sgabuzzino degli attrezzi, aspettiamo il nostro turno. L'odore di magnesite si mescola a quello della polvere, mentre inganniamo il tempo con un po' di chiacchiere. Isolamento completo, per non vedere la sequenza di movimenti degli altri concorrenti sulla parete di corda. Questa era la mossa a sorpresa, che nessuno di noi si aspettava, nella gara sociale di quest'anno. Ormai un appuntamento fisso, ritornato a svolgersi al termine di novembre, ha riservato un finale inaspettato. Tradizionalmente, la prova di corda era un lusso concesso solo ai primi classificati. Invece, per questa edizione, è stata aperta a tutti.

Un minuto a testa per completare la via, un lasso di tempo per leggere il percorso e approcciarsi alla parete. La tracciatura non era affatto scontata e ha generato non poche difficoltà, costringendo buona parte dei partecipanti a fermarsi già alle prime prese.

La gara si era aperta con il boulder, articolato su sette blocchi. Personalmente, il blocco su cui ho trovato maggiori difficoltà è stato quello incentrato sull'equilibrio: una salita basata quasi esclusivamente sull'uso dei piedi, con i palmi delle mani impiegati unicamente per mantenere il contatto e la stabilità sulla parete. Ma, una volta trovata la chiave giusta, basta poco per raggiungere il top.

Successivamente, è toccato alla velocità. Due tentativi a testa per questa prova che, diciamocelo, è sempre quella più "temuta" forse perché meno allenata in palestra durante l'anno. In effetti, con la velocità, per la sua natura improvvisa, l'approccio migliore è proprio quello istintivo: un via immediato, senza troppi pensieri tattici.

La combinazione di queste tre specialità (che hanno richiesto forza e tecnica nel boulder, istinto nella velocità, e lucidità sotto pressione nella corda) ha reso la competizione un test completo per ogni climber. Anche se lo sport in cui siamo più bravi è fare salotto o terzo tempo post allenamento, piuttosto che infilarci le scarpette e attaccarci alla parete.



Arrampicata



CLASSIFICA MASCHILE

Pos.	Atleta	Class. boulder	Class. speed	Class. lead	Punteggio
1°	DELL'ORO NICOLO'	1	1	1	1,00
2°	DELL'ORO MATTIA	3	2	2	2,33
3°	TESTA ANDREA	2	4	5	3,67
4°	CORTI SIMONE	7	5	5	5,67
5°	MAGNI MICHELE	6	6	5	5,67
6°	RIVA MATTEO	5	7	5	5,67
7°	BRAMBILLA GABRIELE	14	3	5	7,33
8°	DELL'ORO RICCARDO	15	15	5	11,67

CLASSIFICA FEMMINILE

Pos.	Atleta	Class. boulder	Class. speed	Class. lead	Punteggio
1°	GUSMEROLI CHIARA	4	9	3	5,33
2°	RUSCONI SONIA	8	8	4	6,67
3°	RIGAMONTI ERICA	9	10	5	8,00
4°	BUTTI ALICE	10	11	5	8,67
5°	GIROLA IRENE	12	13	5	10,00
6°	LASSI FEDERICA	11	12	14	12,33
7°	SACCHI DANIELA	13	14	14	13,67

Traversata Lenzspitze - Nadelhorn

NIENTE PANINO PER GIROLA!!!

Mi fermo.

Appoggiata alle racchette e piegata da uno zaino che non sono più tanto abituata a portare sulle spalle (meno male che non sono la più giovane della "spedizione" e la corda tocca quindi al cavallino Dell'Oro junior). Ansimante e con la fronte imperlata di sudore mista terriccio: il sole di mezzogiorno del 10 agosto non perdona nemmeno a oltre 2000 m di quota.

Guardo verso l'alto, ma quella maledetta Mischabelhütte sembra essere sempre lì, appollaiata sopra le nostre teste e totalmente indifferente alla nostra fatica.

E dire che di dislivello ne abbiamo già macinato parecchio da quando abbiamo lasciato la frenesia delle vie di Saas-Fee, affollate da turisti impegnati a scattare l'ennesima foto

"instagrammabile" con alle spalle cime imbiancate e rinate grazie a una provvidenziale nevicata dei giorni scorsi.

Dopo più di tre ore di "testa bassa e menare", eccoci finalmente al nido d'aquila che ci ospiterà per le poche ore che ci separano dalla ripartenza. Sistemati nella nostra cuccetta, Matteo propone un pisolino pre-cena. Non ci pensiamo due volte: io e Nicolò approviamo all'unanimità. Appena mi sdraio, però, il cuore comincia a battere a mille all'ora. Provo a concentrarmi sulla respirazione, cerco di svuotare la mente. Ma nulla da fare. Tra una russata e l'altra, lascio i miei due amichetti ai loro sogni e mi accovaccio su un sasso fuori dal rifugio.

Con timore, per la prima volta da

quando siamo arrivati qui, volgo lo sguardo ancora un po' più in alto, verso lo scudo verticale della parete nord della Lenzspitze.

Un nodo alla gola. E pensare che non è certo la mia prima volta in quota. Ma questa volta è diverso. Lo sento che è diverso.

È diverso perché è la prima volta, da quel tormentato 21 agosto 2024, che ritorno a fare un qualcosa di "impegnativo" tra le cime delle montagne.

"Dai Irene, prima o poi bisogna affrontarli i propri demoni" mi dico, in maniera un po' poco convinta.

L'ottima cena mi riapre lo stomaco e vado a dormire con il cuore un po' più leggero, ma con la strana e mai provata sensazione di sapere di essere in uno dei posti più belli del mondo, senza però riuscire a sentirmi pienamente felice.

Ore 3 del mattino.

La sveglia suona. Soliti riti di





preparazione del materiale e partiamo veloci alla volta della cresta ENE della Lenzspitze: ci attende una giornata bella lunga!

Il cavallino più giovane inizia già a profetizzare che per mezzogiorno saremo di nuovo al rifugio con una birra in mano... e lì capisci subito che aria tira!

Forse il panino era meglio lasciarlo al rifugio, tanto mi sa proprio che non ci sarà molto tempo per mangiarlo.

La luna illumina il profilo scuro della Lenzspitze come i fari di un teatro illuminano il protagonista che sta per entrare in scena a teatro.

Superiamo veloci il primo tratto facile che ci porta all'attacco della bella quanto delicata cresta ENE della Lenzspitze.

Torrioni, guglie e creste affilate si rincorrono in un gioco adrenalinico. Non appena metto mano sulla roccia, qualcosa cambia. Qualcosa si sblocca.

Piano piano, tutte le insicurezze, i dubbi e i pensieri - talvolta angoscianti - del giorno precedente iniziano a svanire.

Mi sembra di essere un tutt'uno con la roccia e, appiglio dopo appiglio, ci ritroviamo alla base del ripido scivolo nevoso finale che precede la vetta.

Con un po' di strizza e con i polpacci in fiamme raggiungiamo la Lenzspitze, la prima cima di giornata. Da qui in avanti ha inizio una lunghissima cavalcata a fil di cielo, su una roccia rossastra e scaldata dai raggi del sole spaziale, che ci condurrà estasiati alla seconda vetta di giornata: il Nadelhorn.

Il cuore è finalmente leggero, la felicità è immensa e un sorriso a centordici denti si stampa sulla mia faccia.

E questa ritrovata consapevolezza di essere nel posto più bel del mondo la devo soprattutto ai miei due compagni di viaggio, Matteo e Nicolò, che con semplici gesti e parole sincere mi hanno aiutata a ritrovare un pochino di fiducia in me stessa.

So per certo che non tutti i demoni sono stati sconfitti, ci vorrà del tempo. Ma per il momento sono felice di questa splendida giornata trascorsa immersa tra le montagne! PS.: al rifugio siamo arrivati con tre quarti d'ora di ritardo sulla tabella di marcia (mea culpa), quindi... niente panino per Girola!





31h di strazio totale

[...] Pensavo [...] 2 giorni [...] zona allievi [...] se vuoi venire [...]. Il mio cervello non ha letto molto bene l'altra parte dei messaggi. Va bene Ste, sento già il formicolio alle mani e il cervello inizia a creare film. In realtà sono già a dietro per organizzare altro, però la proposta è croccante. Non sono in forma, gli ultimi 9 mesi sono stati un continuo alternarsi di allenamento e stop, ma non posso rifiutare.

Week-end 28-29 giugno 2025.

Le promesse sono alte: Spigolo Gervasutti alla Punta Allievi sabato, notte sbarboneggiando in zona rifugio Allievi, in Val di Zocca, Lady D e spigolo Bramani alla Punta Rasica domenica, poi in qualche modo ci si trascinerà a casa. Siamo io, Ste e Samu sabato, poi dovremmo essere raggiunti dal nostro 4° uomo per la domenica.

Ovviamente venerdì sera i piani mutano: Samu trova un motivo per balzare, Ste viene influenzato da altri rocciatori che sostengono sia lunga la via di sabato, e allora decidiamo (ormai passate le 24) di anticipare la partenza alle 5 di mattina (palesemente saremo molto più veloci delle aspettative e riposeremo di più al pomeriggio/sera, no?). Fatto sta che sabato mattina partiamo. Il rifugio Allievi lo raggiungiamo alla svelta, anche se siamo carichi come dei muli. Qua ci facciamo importunare da Armando, il rifugista, che ci rassicura sulla bellezza della via e sull'orario più o meno corretto. Anche lui ci ricorda che lo Spigolo Gervasutti, nonostante dovrebbe percorrere lo spigolo, è abbastanza infame e non è così difficile sbagliare la via. Bisogna fare un appunto prima di

addentrarmi oltre in questo racconto: io e Ste, quando andiamo tra i bar oppure in montagna, l'esito non è mai scontato, e spesso ci troviamo in situazioni complicate/pericolose/stupide. Però abbiamo portato sempre a casa la pellaccia e il fegato (in qualche maniera).

Quindi niente, ci vestiamo, abbandoniamo gli utensili inutili al rifugio e partiamo verso lo spigolo. Non ero mai stato in questa "Val di Zocca" e devo ammettere che è uno dei posti più belli che abbia mai visto in vita mia (mi piacciono tanto i sassi, i paretoni enormi, le valli selvaggie e la neve) (sono una bestia molto semplice). All'attacco arriviamo prima di un gruppo di 4 scimmioni che hanno lo stesso obiettivo. Riusciamo a partire prima di loro e la cosa ci piace. Se stai davanti, non ti rallenta nessuno, al massimo sei tu che rallenti le altre cordate. L'inizio è dei migliori: parte Ste, arriva in sosta, parto io, arrivo in sosta, scambio di materiale, proseguo, arrivo a un punto dove mi accorgo di aver balzato la sosta, improvviso qualcosa, ste mi raggiunge, si bestemmia un po', lui prosegue, arriva ad una sosta strana, lo raggiungo, bestemmie, da bravo coniglio faccio proseguire di nuovo ste, guardo giù e i soci dietro sono tipo 20 metri più a destra

Arrampicata

rispetto a quanto abbiamo percorso, imprecazioni, ste improvvisa una calata, scende da me, imprecazioni, ci caliamo di sotto. Bene! Non abbiamo ancora capito se abbiamo sbagliato la prima sosta oppure il secondo tiro, ma comunque ora siamo dietro ai 4 ragazzi che avevamo superato. Ottima partenza come al solito per la cordata Maggi-Dell'Oro. Ci mettiamo in coda e, siccome questi benefattori ci hanno mostrato la via, possiamo solo stare dietro e seguire il gruppo.

Il resto della salita rimane un viaggio su uno spigolo più o meno continuo, bellissimo, imponente, mai difficile, col vuoto sotto il sedere. Penso che sia difficile esprimere a parole quanto è bello ripetere queste vie di arrampicata. Sei solo, tu e il tuo compagno, a percorrere una strada che qualcuno ha cercato ed indovinato, immersi in un mare di pietra. "CAPOLAVORO" urlerebbe qualcuno. Quello che invece si riesce a spiegare molto più facilmente è il nervoso e la rabbia che abbiamo mangiato quando abbiamo scoperto che stare in coda ai ragazzi davanti a noi avrebbe portato a una lentezza che ha dell'incredibile. I bro davanti sono sicuramente molto più forti tecnicamente, ma bagai, che lentezza esagerata! Riescono a perdere tempo in nulla, eppure si muovono così bene sulla roccia. Maledetti boulderisti. Hanno rovinato tutto.

Il punto di svolta della salita arriva quando, il sottoscritto, decide di aggredire la cordata davanti ed azzardare un sorpasso cattivo e arrogante, meritevole di insulti. Poco ci importa e poco sarà il tempo guadagnato. Alla fine riusciamo ad uscire in cima alle 19.45 circa. Sbucati in vetta troviamo la prima cordata delle due, che aveva deciso di abbandonare gli amici negli ultimi tiri perchè troppo lenta. E ci credo: sorpassando i due scimmioni prima del terz'ultimo tiro abbiamo raggiunto la vetta 40 minuti prima di loro.

Togliendo le lamentele però dovrei ringraziare questi giovani scalatori, siccome ci hanno permesso di vedere uno dei tramonti più romantici di sempre in cima alla Punta Allievi.



La vista è esagerata e i bestioni di roccia che ci circondano sono incredibili. Va bene così, anche se è tardi e siamo stanchi. Sistemati gli attrezzi scendiamo all'Allievi, dove incontreremo il rifugista che preoccupato ci racconta che stava per chiamare i soccorsi per mancato rientro.

Al rifugio incontriamo i nostri prossimi compagni di viaggio: Francesco e Francesca, amici di Ste. I due compari erano preoccupati di vederci straziati, ma i nostri volti ridenti e desiderosi di cibo li fanno cambiare idea.

La cena è composta da Saikebon (rigorosamente 2 a testa), salame, focaccia, taralli e birra. Poi non si venga a dire che non sappiamo goderci la vita eh!

Alle 22.45 abbiamo finito di slappare i nutrienti e mentre prepariamo lo

zaino del giorno dopo, arrivano i 4 che hanno percorso lo spigolo con noi. I due più lenti sono tranquilli, ridono e scherzano mentre riescono a perdere tempo anche camminando, mentre gli altri due sono visibilmente disperati, come genitori che sono stanchi di dire ai loro pargoli "sì, ho visto che questo sasso ha una forma strana, ma per favore cammina che voglio andare a casa".

Alle 23.30 circa siamo nelle brande del bivacco invernale (aperto solo per noi dal gentilissimo Armando). La notte è un inferno per me e ste. Tra sete, problemi alla prostata e scomodità esagerata riusciamo a dormire poco, anche perchè la sveglia suona alle 4.45.

La colazione è un grande spettacolo per le persone che mi stanno attorno, siccome possono ammirare

Arrampicata



un esemplare di scimmia adulta che non vede cibo da 12 giorni e deve sbranare quanti più biscotti possibile.

Pieno come un uovo, parto con i miei compagni per la volta della Punta Rasica. Sono le 5.20. Saremo di ritorno presto penso. O forse mi sbaglio.

A questo giro l'attacco si trova coperto da un nevaietto che ci obbliga a bagnare le corde, i piedi e le mani. Riusciamo comunque a raggiungere la partenza della via in tempi cristiani e senza enormi problemi. Le difficoltà iniziano dopo. Lady D è una via in stile moderno, attrezzata a spit e con soste nuove.

Questa segue una linea pazzesca che taglia a metà delle mega-super-verticali-enormi-incazzate placche di granito durissime (a parer mio) per la bellezza di 11 tiri di corda, tracciata da una cordata di maniaci di nome Maspes e Ongaro.

La giornata, fino alle 13, è un concatenarsi di questi tiri bellissimi e liscissimi sui quali i miei compagni danzano, mentre io mi trascino verso l'alto cercando in qualsiasi maniera di non rallentare i miei amici. In totale penso di avere tirato almeno 60 rinvii, una caterba inimmaginabile al me stesso che aveva pensato di riuscire a fare dei 6b+ di placca, in via, dopo aver arrampicato la

bellezza di 2 volte in 10 mesi.

Nonostante queste difficoltà mentali-fisiche, riusciamo a scalare tutta la parete nei tempi prestabiliti. All'uscita decidiamo di proseguire sullo spigolo Bramani, verso la cima, siccome siamo a conoscenza che ci sono più avanti delle "soste-nuove-fiammanti-pazzesche-verticali-perfette-per-la-discesa" a detta del rifugista. Armando aveva aggiunto anche: "Già Lady D è un viaggio di per se, ma andare a prendere le soste nuove è comunque un bel viaggio; poi se volete andare in cima dopo quelle, è un altro viaggio ancora". A questo Armando piace esagerare e viaggiare ci siamo detti tra noi. Dici





che per fare 300 m di dislivello su uno spigolo di 3°/4° ci mettiamo più di 3 ore? Mavvà.

Fatto sta che, proseguendo su questo spigolo, le difficoltà tecnicamente e teoricamente scemano, eppure queste si trasformano, siccome in una via alpinistica di questo stampo si deve andare a ricercare, capire e fidarsi di quelli che sono venuti prima di noi. Saliamo a rilento, ad ogni tiro Francesco fa fatica a capire dove si deve andare, tiriamo fuori la relazione e le foto ogni 5 minuti. I passaggi sono assurdamente belli ed estetici. Il tempo scorre, lento e inesorabile. Le nostre speranze di tornare ad un orario decente si

affievoliscono, le energie mentali e la sopportazione sono consumate. A un certo punto l'orologio mi muore. Quando ho fatto partire l'attività ieri mattina mi segnava un'autonomia di 28 h. Direi che anche il mio Garmin è cotto-stanco-straziato. Però va bene così. Non ci sono altri posti dove vorrei essere. È tutto bellissimo. La fatica non pesa né sul mio corpo né sulla mente.

Le calate compaiono quasi per magia, quando ormai eravamo convinti di averle superate e di dover scendere dal versante opposto, sul ghiacciaio. Gioia e stupore si fanno largo dentro noi. Ci siamo. Siamo alla fine di questo esodo. Dobbiamo solo scendere e tra poco possiamo

staccare il cervello, ormai sfruttato e spremuto per tempi troppo lunghi.

“Adesso inizio a montare la prima calata. Il secondo porta giù le altre due corde, iniziamo a montare la calata successiva, poi quando scende il quarto a questa sosta, recupera le corde e scende a quella dopo, così possiamo già iniziare ad attrezzare la prossima” ci spiega Francesco. Ci sta, piano di guerra spiegato, saremo dei fulmini. “Ma le calate, da quanto sono e in che direzione puntano?” gli chiedo, “bho, saranno da 30 metri verticali, immagino” mi risponde lui. Ma come immagino? Ci stiamo buttando a fare delle doppie che non sappiamo quanto sono lunghe, dove sono, quante sono, se sono giuste? Adesso che siamo così stanchi? Non ho energie mentali per rispondere e mi esce un ghigno, un po' malefico e un po' rassegnato.

Le calate ovviamente non vanno come previsto. Francesco non trova subito la sosta e inizia il cinema. Decidiamo di dividerci di nuovo nelle due cordate, così Francesca si ferma alla sosta intermedia e può recuperare Francesco. Io e Ste aspettiamo che i due compagni sono a posto e poi partiamo dietro a loro. Il cinema continua e incalza ad un ritmo ancora più sostenuto: le corde mie e di Ste si intrecciano e ci obbligano ad un recupero mostruosamente stancante. Io vedo la guerra del Vietnam e ricordo di quelle doppie infernali fatte col socio Matteo Riva 3 anni fa al Dente del Gigante che ci hanno regalato crampi alle mani, dolori assurdi e una discesa in funivia mancata. Il primo recupero viene portato a termine, partiamo con la seconda doppia. Stesso risultato. Le corde addirittura scorrono meno. Il nervosismo sale, la stanchezza si fa sentire. Nel mentre Ste cerca di spiegare a gran voce ai nostri compagni che le corde non scorrono, io risalgo fino alla calata intermedia e riesco a districare le due balordissime corde. Decidiamo di proseguire con calate più corte, da 30 m, usando solo una corda. Siamo lenti ma funziona: la corda si intreccia meno e riusciamo a recuperarla più o meno bene. Finalmente arriviamo

Arrampicata

in fondo a questa prima serie di calate. Riusciamo a recuperare i due Franci e spieghiamo la disavventura. Francesco vuole provare comunque a riusare la tecnica iniziale, siccome questa seconda linea di calata dovrebbe essere più verticale/strapiombante. Ripartiamo di nuovo con la discesa, Francesco punta subito a destra, quando Ste e Francesca gli avevano detto di cercare la linea a sinistra. Arriva in sosta. Parto io con le altre due corde. Arrivo da lui e ovviamente non siamo sulla direzione giusta. Attrezziamo la sosta, abbandonando il secondo cordino e maglia rapida della gita (dopo quello di ieri lasciati sul Gervasutti). Ste e Francesca nel frattempo scendono dalla parte giusta mentre con le corde che ho portato io, attrezziamo la nuova calata. Francesco mi rassicura che a sto giro punta a sinistra ed è convinto che riusciremo a riprendere la giusta linea. Come per magia il fato sorride e ritroviamo la retta via. In altre 3 calate siamo col popò per terra. Abbiamo finito. Siamo finiti. Basta arrampicata. Manca solo di trascinarsi a valle, verso la macchina. Sono quasi le 20. Il rientro al rifugio si svolge da soli, ognuno per conto suo lungo la pietraia, poche parole, pochi pensieri, poche energie. Solo corpi lenti che si muovono, verso la salvezza. Al rifugio Armando ci offre una padellata di riso e poi, rivolgendosi a me e Ste, ci spara un: "A voi piace fare tardi, eh?". Bhe, forse Armando ha ragione. Siamo arrivati alla macchina a mezzanotte e poi a casa alle 2, quindi per forza di cose ci piace. In realtà vorrei dire che ci piace anche fare le cose senza intoppi ed arrivare a casa presto ma non è mai successo, quindi magari lo evitiamo apposta. Che poi, se ci penso, essere disperso in una valle ultra selvaggia, attaccato in parete come un pipistrello, con nessuno che ti guarda, con una vista assurda e il vuoto sotto, mi fa sorridere e brillare gli occhi. Sarò psicopatico, esaltato, esagerato, pelato e scarso ma forse va bene così. Alla fine, questo è il mio identikit. Stay fresh, stay caveden.



Attività alpinistica 2025

Come di consuetudine, proponiamo di seguito l'elenco delle cime salite durante l'anno solare 2025 dai soci OSA che le hanno segnalate alla redazione. È sempre interessante scorrere l'attività alpinistica e capire quali sono state le zone e le cime più frequentate dai nostri soci: salta all'occhio una moltitudine di salite nel gruppo Ortles-Cevedale, naturale conseguenza del campeggio estivo che si è svolto a Santa Caterina Valfurva. Qualche vetta over 4000 non è mancata, inoltre possiamo annoverare anche una salita extra-europea sul monte Kenya, nel

continente africano.

L'attività sci-alpinistica è stata in linea con quanto visto negli ultimi anni. In generale possiamo dire che le attività sciistiche e alpinistiche ad alta quota (dove sono presenti ghiacciai) sono sempre più ostaggio delle condizioni climatiche mutevoli, spesso nel giro di breve tempo. Talvolta, sullo stesso massiccio, è possibile osservare il passaggio da condizioni al limite della praticabilità a ghiacciai in salute. Agli amanti dell'alta quota il compito di adattarsi a queste nuove sfide.



ALPINISMO

MOUNT KENYA

Nelion peak (5188 m): M. Verlino.
Lenana peak (4985 m): M. Verlino, F. Verlino.

CATENA ROCCIAMELONE-CHARBONNEL

Rocciamelone (3538 m): Alberto Rusconi.

GRUPPO DEL MONTE BIANCO

Grandes Jorasses - cresta Ovest integrale (Aig. de Rochefort + Dome de Rochefort + p.ta Young + p.ta Helene + p.ta Margherita + p.ta Croz + p.ta Whymper + p.ta Walker): P. Riva.
Aiguille de Rochefort (4001 m): M. Rusconi.

MASSICCIO DEL MONTE ROSA

P.ta Gnifetti (4554 m): M. Dell'Oro, L. Grigioni, Alberto Rusconi.

ALPI DEL MISCHABEL E DEL WEISSMIES

Lenzspitze (4294 m) - cresta Est-

NordEst + Nadelhorn (4327 m): N. Dell'Oro, M. Riva, I. Girola.

Weissmies (4023 m) - cresta SE: I. Girola, M. Riva.

GRUPPO MESOLCINA

Cima di Val Loga centrale (3004 m): M. Verlino.

Cima di Val Loga meridionale (3003 m): M. Verlino.

GRUPPO CASTELLO/DISGRAZIA

Monte Disgrazia (3678 m) - via corda molla: M. Dell'Oro, N. Dell'Oro.

Pizzo Cengalo (3369 m): Andrea Rusconi, U. Cantù, M. Verlino.

Monte del Forno (3214 m): M. Dell'Oro, L. Rusconi.

ALPI DEL BERNINA

Piz Varuna (3453 m): M. Dell'Oro, Andrea Rusconi, C. Magni, U. Cantù.

Pizzo Scalino (3323 m): Alberto Rusconi.

Piz Trovat (3146 m) - klettersteig: L. Rusconi, C. Rota.

ALPI DI LIVIGNO

Sasso Maurigno (3062 m): M.

Rusconi, Andrea Rusconi, A. Brambilla, Angelo Rusconi, C. Magni, F. Rapezzi, G. Radaelli, I. Girola, M. Riva, M. Butti, R. Brambilla, S. Brambilla, R. Piloni, S. Ceroni, D. Concilio, J. Marelli, S. Bossetti, G. Rocca, I. Mantica.

GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

Pizzo Tresero (3602 m) + Punta Pedranzini (3599 m) + Dosegù (3560 m) + San Matteo (3678 m) + Giumella (3596 m) + Cadini (3524 m) + Rocca S. Caterina (3524 m) + Cime di Peio (3549 m) + Taviela (3612 m) + Vioz (3645 m): S. Meinardi.

Palon de la Mare (3703 m) + Rosole (3536 m) + Cevedale (3769 m): S. Meinardi.

Monte Pasquale (3553 m): S. Meinardi.

Monte Confinale (3370 m): C. Magni, M. Magni, S. Meinardi, M. Riva, I. Girola, S. Ceroni, J. Marelli.

Cima della Manzina (3318 m): S. Meinardi, M. Riva, I. Girola, S. Ceroni, J. Marelli.

Alpinismo

Eiskofel (3275 m): M. Rusconi, G. Radaelli, A. Castelnuovo, Lorena Dell’Oro.
Cima Vallumbrina (3222 m): M. Rusconi, G. Radaelli, A. Castelnuovo, G. Rusconi, S. Rusconi, I. Girola, M. Riva.
Punta del Segnale (3132 m): M. Riva, I. Girola, S. Meinardi, S. Ceroni.

DOLOMITI
Piz Cunturines (3064 m): Andrea Rusconi.

APPENNINI CENTRALI
Gran Sasso d’Italia (2912 m): M. Rusconi, G. Radaelli, Alberto Rusconi.

SCI ALPINISMO

ALPI DEL MISCHABEL E DEL WEISSMIES
Dom de Mischabel (4545 m): M. Dell’Oro, I. Girola, M. Riva.

ALPI URANE
Dammastock (3630 m) + Eggstock (3583 m): M. Dell’Oro, I. Girola, M. Riva.
Stotzingen Firsten (2759 m): M. Dell’Oro, L. Dell’Oro, N. Dell’Oro, G.L. Riva.

GRUPPO MESOLCINA
Pizzo Tambò (3279 m): M. Dell’Oro, L. Grigioni.



ALPI DELL’ALBULA
Piz Blaisun (3200 m): M. Dell’Oro, L. Dell’Oro, N. Dell’Oro, L. Grigioni.

GRUPPO DEL SILVRETTA
Piz Buin (3312 m): I. Girola, M. Riva.
Hintere Jamspitze (3156 m): I. Girola, M. Riva.

OROBIE
Dente di Mezzaluna - canale centrale + Cima Piazzotti Occ. (2349 m): M. Dell’Oro, V. Gusmeroli.
Cima della Brunone (2760 m): I. Girola, M. Riva, L. Dell’Oro, A. Sozzi.

GRUPPO ORTLES-CEVEDALE
Punta San Matteo (3678 m): M. Dell’Oro, L. Dell’Oro, L. Grigioni,

G.L. Riva.
Punta Pedranzini (3599 m): M. Rusconi, G. Brambilla, I. Girola

ARRAMPICATA
ALPI DEL GRAN PARADISO
Sergent (valle dell’Orco) - Yogi: M. Dell’Oro, L. Dell’Oro.

GRUPPO CASTELLO/DISGRAZIA
P.ta Sertori (3195 m) + Pizzo Badile (3308 m) - spigolo Marimonti: M. Dell’Oro, M. Selva.
Punta Allievi (3176 m) - spigolo Gervasutti: M. Dell’Oro, S. Maggi.
Punta Rasica - Lady D + spigolo Bramani: M. Dell’Oro, S. Maggi.
Pizzo Spazzacoldera - Nasi Gorim: M. Dell’Oro, S. Maggi.





Rangtin Valley Himalaya 2025

La nostra spedizione è partita nel migliore dei modi: a ferragosto carichi di entusiasmo e di materiale nei sacconi, pronti ad esplorare questa valle paradisiaca nascosta nella regione dello Zangskar. Siamo arrivati ai 5.000m del campo

base proprio durante una finestra di bel tempo e, anche se non eravamo ancora ben acclimatati, abbiamo deciso di tentare subito una salita. Il 21 agosto, io e Davide siamo riusciti a ripetere la via Rolling Stones allo Shawa Kangri ed il morale è

schizzato alle stelle: solo sei giorni prima lasciavamo la Valtellina e ora ci trovavamo a 5728 metri, su una cima in India!

Due giorni dopo siamo tornati su quella montagna con Matteo, per aprire una via sull'inviolata parete nord-ovest. È stata una sfida entusiasmante: abbiamo seguito la logica della parete, scalando in libera con protezioni tradizionali e senza forzare la linea. Ne è uscita una splendida via di circa 500 metri, con difficoltà di VIII grado su roccia eccezionale, tra lame, diedri e passaggi in placca psicologici. A quel punto il morale era altissimo e la cordata ormai affiatata, pronta per le settimane successive.

Rientrati al campo base, però, ha iniziato a nevicare. Il brutto tempo è durato dieci giorni consecutivi, trasformando l'atmosfera in quasi natalizia. Durante questo riposo forzato abbiamo costruito un pupazzo di neve, fatto battaglie a palle di neve, giocato a carte e discusso sul nome della via appena aperta.

Proprio durante un torneo di scopa, ascoltando Society di Eddie Vedder, una frase ci ha colpiti e ci è rimasta impressa come un mantra: Less is More. Non poteva esserci nome più adatto: basta davvero poco per vivere grandi avventure - qualche



Alpinismo

friend, un dado e l'occhio per seguire le linee naturali della roccia, senza forzature e senza lasciare tracce, così da preservare lo spirito di esplorazione anche per chi verrà dopo.

Era questa la filosofia della spedizione: esplorare luoghi selvaggi lasciandoli tali, mantenendo un'etica sana e sapendo che, nonostante stessimo dando il 100% restava sempre l'incognita e il rischio della non cima.

Il maltempo, intanto, peggiorava: la neve cadeva senza sosta, tre tende dell'agenzia sono crollate sotto il peso (in una è quasi rimasto sepolto Davide durante la notte) e i cuochi sono scappati per tre giorni a valle, spaventati dalla nevicata. Abbiamo vissuto momenti di sconforto ma anche di allegria, prendendo possesso della tenda cucina e cucinando cibi "italiani" con delle rivisitazioni delle piadine e dello strudel.

Finalmente la perturbazione è finita: il sole è tornato e anche i cuochi, dopo la loro rocambolesca fuga. Tuttavia, la valle era sommersa da un metro e mezzo di neve e molte pareti erano impraticabili. Abbiamo quindi cercato nuovi obiettivi e ci siamo orientati sulla via Lam Thuck Khamzang, aperta due anni prima da un team altoatesino sulla Torre Fanny. Grazie alla verticalità del pilastro, la neve non aveva imbiancato troppo la parete.

Dopo i primi tiri su roccia marcia e friabile, la qualità migliorava e le lunghezze successive erano entusiasmanti, con passaggi obbligati e run-out tra sistemi di fessure. Purtroppo, il freddo costante e l'arrivo di un'altra perturbazione ci hanno fermati a circa 100 metri dalla cima, costringendoci di nuovo in tenda.

Questa volta la nevicata è durata pochi giorni e siamo tornati subito operativi, anche se ormai eravamo agli sgoccioli della spedizione. Abbiamo aperto una via breve ma intensa su una struttura vicina al campo base, battezzata Cuochi in fuga (VIII e A1), in "onore" ai nostri cuochi e alla loro fuga a valle. Con soli due giorni a disposizione prima dell'arrivo dei portatori, abbiamo

deciso di tentare il Remalaye, la cima più alta della valle (6278 m), salendo da uno scudo inviolato sulla parete est. Dopo una giornata passata a sprofondare nella neve fino alla vita, siamo arrivati alla base di un magnifico pilastro di granito rosso a 5900 metri, dove abbiamo piazzato la tenda su una cornice di neve. La notte è stata gelida, ma l'alba mozzafiato ci ha ridato energia. La parete, molto più verticale di quanto sembrasse dal campo base, ci ha sorpresi. Purtroppo, la roccia era fragile, con enormi lame e scaglie instabili, ci ha costretto ad una scalata lenta e delicata. Siamo saliti fino a 6123 metri, ma abbiamo dovuto arrenderci: non avremmo mai raggiunto la cima e fatto ritorno al campo base in giornata, e non potevamo chiedere ai portatori di ritardare. Così abbiamo buttato le doppie e siamo rientrati, con un po' di rammarico per la vetta sfiorata.

E' sempre difficile raccontare in poche righe un'emozione indescrivibile: un viaggio che è stato avventura, amicizia, pazienza e rispetto per le montagne, che restano le vere padrone dei tempi e delle regole. L'alpinismo non deve perdere la sua etica.

Ringrazio i miei amici di avventure e tutti quelli che da casa ci hanno supportato.



Monte Kenya e Manaslu

PARTE 1: MONTE KENYA

Ragazzi, sono ormai tre anni che ritrovate sul Crociatino qualche pagina che parli di altissima montagna... qualcuno forse si sarà stufato, qualcuno magari già segue quel poco che pubblico sui social o qualcuno ha letto i due articoli di giornale in merito (PS: grazie Federica Rota). Sono tre anni che sono più gli 'insuccessi' che le vette raggiunte... nonostante ciò l'esperienza si accumula e il mio modo di vivere tutto ciò va cambiando. Per il 2025 mi ritrovo a raccontarvi due avventure @over5000, non perché le spedizioni in quota siano state di più di quelle del 2024... ma perché quest'anno si concluderà con due grossi progetti vissuti, forse per certi versi unici nella mia vita, che meritano due storie separate. Premetto che una delle due storie dovrebbe portare le parole di chi il risultato, per come siamo abituati a concepirlo nel nostro contesto (dopo

capirete), lo ha messo in saccoccia... del mio compagno di avventura, nonché mio cugino Marco Verlino.. ma non piacendogli scrivere ha demandato a me: non preoccupatevi che l'ho obbligato a metterci un paio di sue parole nel testo! Bene, bene.. tante premesse che caricano le enormi realtà. Febbraio nell'emisfero nord e noi giustamente ci trovavamo ai tropici, o meglio all'equatore per una bella vacanza di piacere nei dintorni di Malindi... ah no, cioè, in mezzo al mappamondo lo eravamo per davvero, ma come bravi "lecchesi" il nostro obiettivo stava a 5199 m s.l.m.: la seconda cima d'Africa, la punta più alta della seconda cima d'Africa; in realtà la seconda punta più alta della seconda cima d'Africa.. insomma, il Monte Kenya! Era da qualche mese che io, preso per la solita smania di quota e Marco per quella di arrampicare avevamo premeditato un punto di incontro tra le due cose... non ce ne sono tanti

a dirvela sincera di possibili incontri; perlomeno non in altissima quota e più o meno "tracciati".

Bene, la Via Shipton per la punta Nelion (5188 m)... appunto la seconda punta del Mt. Kenya calzava a pennello. Per chi non la conoscesse si tratta di un IV+, totalmente da proteggere, sviluppo > 400 m e dislivello simile. Una via poco intuitiva @over5000. Insomma, non esattamente uno scherzo se pensate a dove siete.

Diversamente dal Kilimangiaro, qui non vige obbligo di guida, ma la nostra scelta la comprendeva: Josef (locale ovvio), così come mandatorio è stato assumere la guida: John (altrettanto locale) per la via di roccia.

Dopo un viaggio fino a Nairobi abbiamo subito preso la lunga strada per il gate di entrata del parco nazionale: prima tappa un fantastico piccolo cottage a 3000m in un contesto scenico pazzesco e circondati dagli animali della giungla tropicale (ovviamente immancabile l'acquazzone intra-trekking).

Le tappe successive non meno fantastiche: la zona ove sorge il Mt. Kenya non dista molto dal Kili o dal Ruwenzori (le tre cime d'Africa), ma ognuna ha degli scenari ben distinti; in questo caso il paesaggio, pur rispettando il susseguirsi delle famose 5 zone, mostra tratti quasi alpini sin alla cima, basti pensare che parliamo di "big walls" da 400 m di sviluppo appunto e non sto





riferendomi solo a Nelion e Batian. A tal proposito, dopo C3 (circa a 4400 m) saliente la tappa al 'temple': un paretone verticale incastonato in una valle fluviale che si può ammirare solo inginocchiandosi al vertice superiore (da lì il nome).

5 giorni di trekking che ci hanno condotto al luogo cardine della salita: Austrian Hut, 4800 m. Poco oltre questo spartano ma comodo rifugio il giorno successivo, all'alba e con la compagnia di John, abbiamo finalmente attaccato la parete. I primi tiri nulla di drastico eccetto una placca esposta e un camino, questo sino ai 5000 m ca. ove sorge un primo riparo di fortuna incastrato

nella parete. La via fa poi un traverso e rimonta di nuovo dritta per dritta e qui la situazione si fa nettamente più complessa (vi ricordo che gli spit non erano nel pacchetto, ahahah). Infine, un altro traverso molto esposto con un cordino nel mezzo, poi via per gli ultimi 60/70 m.

E qui lascio la parola a Marco, perché io quel traverso non me la sentivo proprio di farlo... e nel mentre che loro raggiungevano Nelion, io sostavo beatamente su una cengia. "Ed eccomi qua, chiaramente con tanto piacere anche se un po' spaesato, a sostituire l'abile e ormai allenata penna di mio cugino Fabrizio con la mia, per raccontarvi gli ultimi tasselli di questa bella via di salita. Dovremmo essere arrivati al punto in cui Fabri si equipaggia di guanti pesanti, scaldacollo, berretto, cappuccio ma soprattutto tanta pazienza per combattere l'attesa e il freddo mentre John

e io proseguiamo verso la vetta. L'idea è di ricongiungerci al nostro compagno dopo le prime calate che, per fortuna, passano proprio per la cengia su cui si trova. Affronto quindi il primo citato traverso (che a sorpresa e secondo solo ai passaggi di IV/IV+, si rivela tra i più complessi da superare considerando la quota) e mi ricongiungo con John. Non perdiamo tempo e insieme affrontiamo un primo tiro di III piuttosto verticale e molto appigliato, a seguire un secondo e ultimo tiro decisamente più morbido. Dall'ultima sosta un breve pezzo in conserva e finalmente siamo in vetta alla Nelion! C'è giusto il tempo per un paio di foto mentre addentiamo al volo un boccone e comunichiamo con Austrian Hut che, anche se solo in due, siamo in cima e ci apprestiamo alla discesa. Purtroppo, c'è poco da guardarsi in giro perché siamo



Alpinismo

completamente avvolti dalle nuvole. Di fatti mi limito a vagabondare un po' per la cima mentre mangio il mio uovo sodo e cerco spiragli tra le nubi per cogliere anche solo un ritaglio dell'incredibile panorama che contorna questa montagna. Pochi minuti ed è il tempo di scendere. Di corsa torno quindi su quella che sembra la roccia più alta della cima per offrire un ultimo saluto alla montagna e altrettanto veloce mi sposto con John al punto di calata. Appeso a penzoloni mi sembrano passati attimi da che ci siamo separati dal Fabri. Scoprirò con sorpresa che ad esser passati non sono stati esattamente cinque minuti ahahahah."

Dopo esserci ricongiunti abbiamo continuato le calate (queste sono invece attrezzate, ma su una linea diversissima dalla salita) sino alla base e di nuovo al nostro rifugio; totale circa 11h in parete e un paio di avvicinamento.

Voi pensate che sia tutto finito qui?! E invece no, no. L'ultima emozione del viaggio l'abbiamo vissuta nel campo laterale al gate di uscita: a parte babbuini ovunque, il mattino siamo stati svegliati da uno strano verso... bagai, era il richiamo delle zebre: un'intera famigliola ci è passata a 10m e noi lì a fare colazione sul prato, mamma mia!!

PARTE 2: MANASLU

Finito il racconto della prima via

di roccia @over5000 e di nuovo i complimenti a Marco!! Veniamo al secondo e forse inaspettato, perlomeno non programmato, viaggio in quota del 2025. Qui si svolta di nuovo l'obiettivo e si punta all'olimpio delle alte quote, all'olimpio dell'alpinismo classico su ghiacciaio... si punta all'8000. Tanti di voi la vedranno come la salita delle salite, come un enorme obiettivo, come il non-plus-ultra delle difficoltà e della esperienza... anche io la vedevo così, oddio, tuttora ne nutro un immenso rispetto reverenziale... ma questa spedizione mi ha lasciato un segno.

Non so come fossero gli 8000 ai tempi di Bonatti, ai tempi di Norgay e Hillary, addirittura ai tempi di Irvine e Mallory. Non so come fossero ai tempi di Messner, ai tempi di Kammerlander. Ho solo racconti dei tempi di Panzeri, Moro...

Ho toccato con mano come sono ora, e il tocco non è stato atto di piacere.

Bastonata? Pessimismo? Amici miei pura realtà. Detto da uno che si professa mountaneer e non alpinista, in primis per motivi di esperienza, tecnica, scelta dei percorsi.

Ma non è tutto patacca ciò che non luccica (ribaltando il noto aforisma) e quindi un poco di racconto e positività.

La mia avventura Nepalese è iniziata con l'avvento di settembre; arrivato a Kathmandu nella dichiarata

stagione post-monsoonica, mi ritrovo immerso in una città folle oltre che affollata, ma con dei tratti distintivi della storia culturale e religiosa che tutti ben conoscono e apprezzano. Dopo 2 gg di permanenza e dopo aver conosciuto la mia grandissima "collega" di spedizione Lore e il suo sherpa Nima (vi ricordo che io ero senza sherpa e senza O2, ma li ho seguiti per il trekking) partiamo alla volta del primo villaggio di montagna: 7 ore di jeep per 130 km. Arrivati al lodge (uno dei tanti) guarda guarda che il mondo è piccolo e di fronte a me ecco due italiani! Salvo possibile mal informazione sul Manaslu quest'anno di italiani eravamo in 5 (io unico senza sherpa e credo anche senza O2 nel tentativo); so per certo di una vetta connazionale, di una discesa da CB precoce per malessere, non so dei due amici sopra.

Il giorno successivo altre 3 ore di jeep su strade apocalittiche sino all'agognato inizio del cammino; da Dharapani nella valle dell'Annapurna a..? ma mica era il Manaslu? Vero, ma la via di trekking per gli 8000listi sale dal lato opposto di quella degli escursionisti; questo perché CB sta vicino alla via diretta e distante circa 6 gg da questa = acclimatamento. Da Dharapani 1900 mslm si sale prima a 2500 (prima notte), poi a Bimthang (3400) ove si sta due notti, poi Phedi (4200, posto più "reale" che abbia visto), Larkie Pass (5106,





posto più alto del trekking) e giù nella valle giusta a Samdo (3800) e Samagun (3500).

Un bel giro ad anello sino all'agognato (in quel momento perlomeno) giorno della salita a CB (4800-5000, perché il campo è su tanti livelli ove si piazzano le agenzie). Tra parentesi, a parte sporadiche schiarite, tutti questi giorni sono stati caratterizzati da nebbia e pioggia. CB è il primo e vero specchio delle spedizioni per gli 8000: mega agenzie, accampamenti enormi (per metà manco pieni, solo stesi a rendere nota la potenza dell'agenzia), tensostrutture bar, cinema, mense, ecc... ognuna il proprio spazio ben delimitato da stendardi. La sera luci al neon colorate (stile disco), 5/6 piazzole per elicottero... credo basti. Dal canto nostro la nostra piccola agenzia aveva il necessario, ma sempre posto in ottica di comodità. Ora, non si schifa un poco di 'turistizzazione' visto che siamo nel 2025, ma fino ad una certa. Ovviamente ragazzi, e qui chiudo con i lati negativi senno divento pesante, il tutto riflette il tipo di persone che frequentano questi luoghi, questi "alpinisti" che in gran parte hanno letto la parola solo sul dizionario prima di cimentarsi. Io sono solo un povero "pistola". Tanti Osini sono dei mostri sacri in mio confronto; sarà anche che viviamo

nella montagna in tutti i sensi e quindi non posso fare paragoni, ma vi posso giurare che in quel contesto mi sentivo un leone: "ho visto cose che voi umani non potete immaginare" cit.

Non posso fare di tutta la tua erba un fascio e certo nei 300 presenti un buon 20% erano davvero dei draghi!! Di quel 20% credo che il 5% si muovesse come me, in autonomia; il resto con quelle mega persone che sono gli sherpa!! Lavoro difficile, pericoloso e pieno di responsabilità. Tanti di loro i "14x8000" non li hanno fatti, certo, ma hanno fatto i 7x8848 + 5x8611 + 3x8123 + 20x7/6/5000!!! Follia.

Dicevamo che io da CB ero difatti autonomo e così è stato, ma mai è mancato il confronto e il consiglio con le mie colleghe (sono diventate poi 2: Lore e Amine) e con Nima. Quindi C1 (5700 nel mio caso; il campo è su due livelli) che mi ha visto 5 volte: su e giù e su e giù. Porta il materiale, monta il campo, dormi su, tenta la salita a C2, riscendi e risali con altro materiale, dormi e riparti. Una bella notte di neve copiosa, verso mezzanotte, svegliato dalla quota mi sono trovato la sorpresa di essere quasi sommerso: la neve arrivava ai bocchettoni dell'aria. Sono sgusciato fuori dalla mia tendina e mi sono rifugiato nella pagoda del mega campo opposto, seduto su uno

sgabellino sino all'alba. Una grande nota di ringraziamento al cuoco che in mia assenza spalava anche la mia tenda, grazie!

Insomma 20 gg di tempo pessimo, pioggia a CB, neve da C1 e tutti che tentavano di fare le loro rotazioni di acclimatamento. 20 gg durante i quali oltre i 6000 slm non sono andato. 20 gg in cui ogni tardo pomeriggio venivo assalito da delle coliche addominali, ma questo è stato l'unico problema di salute che ho avuto.

Al 21° gg inizia lo spiraglio che poi diventerà vera e propria finestra di vetta. Per chi non lo sapesse il Manaslu è conosciuto come la "montagna killer" (poi ogni 8000 ha il suo epiteto 'mortale' vabbe) perché è soggetta a valangoni epici da C1 in su (ricordo il 2012). Chi di voi è pratico dell'argomento avrà già intuito che 20 gg di neve, il monsone precedente... il primo giorno di bel tempo tutti si sale no? Ma anche no. Beh, il secondo giorno di bel tempo hanno iniziato i "summit push", ovvio prima gli sherpa a settare i campi alti per i clienti e poi se tutto va dritto, l'intera ciurma.

Prima dei tentativi di vetta è mandatoria una cerimonia speciale (Puja) buddhista per diciamo "chiedere il permesso alla montagna" di salire. Dio vuole che forse la cerimonia, forse la fortuna, forse boh, nulla sia accaduto in

Alpinismo

questo 2025 e tutto sommato le condizioni effettive in finestra siano state molto buone.

Sinceramente, all'esordio del 21° giorno anche Nima non era convinto della sicurezza, ma al 22° lui, Lore, Amine e Nima jr. sono partiti per C2; tra parentesi loro, con O2, la vetta l'hanno raggiunta! E da C2!!! (1700 D+ e 2400 D- in 24h circa).

Io ho aspettato il 22° gg per salire a C1, ho provato poi a piazzare tutto nello zaino per C2 ma non "ghe stava" e quindi ho lasciato la tenda giù insieme a del cibo. Sono salito carico ai 6400 di C2, arrivato secco (ma mai mai di montagna o sue evoluzioni) e ho chiesto di poter dormire nella tenda di Amine (loro salivano per il push). A dirla tutta il mio piano era quello di salire con loro, non per approfittare ma per sapere che avrei avuto persone note su cui contare. Bene, il piano era già perso a metà via per C2, troppo stanco! Ero già consapevole che per me, senza O2, la vetta non ci sarebbe mai stata: non ero abbastanza acclimatato, non avevo materiale per i campi e 20 gg a 5000m avevano fatto sentire il loro fiato al mio fisico.

Bene, notte tranquilla a C2, mi sveglio il mattino e devo prendere una decisione: la tento? Salgo un poco? Salgo fino a 7000 (del resto a 6400 ci ero già stato sul Lenin, 7000 mai)? Scendo?

Non è stata facile, sono stato lì, a contemplare sopra me la cima per più di 30 minuti. Vedevo C3, vedevo la via per C4, vedevo i 7000, 600m sopra di me, un percorso neanche tecnico per arrivarci. Potevo salire sino a quell'obiettivo "intermedio" eppure nuovo; ero acclimatato per farlo, avevo la giornata e il meteo a favore. Ero stanco sì, energie 0, ma nessun disturbo. Ho deciso di scendere!

Folle, mollaccione, debole, potete dirmele tutte. Ma vi giuro che non ho proseguito non per tutti questi aggettivi; di 'cedimenti' ne avevo vissuti nel mentre: le coliche sempre peggiori, l'enorme dubbio sicurezza, l'energia che scemava... eppure sono partito per il mio 'push', sono salito a C2 nonostante il materiale giù, l'ho davvero voluto! Ero

realizzato ragazzi!!! Realizzato in quel momento!!! Nulla di più semplice. Ebbene sono quindi sceso, a C1 mi sono caricato con il borsone da 160 lt e 30 kg e giù a CB (fortuna che verso la fine sono arrivati a darmi una mano). Il giorno dopo riposo, racconti e saluti. E giù di nuovo a Samagun e poi in elicottero fino a Kathmandu.

Dovevo fare 39 gg, ne ho fatti 28... il tempo si è richiuso subito e non aveva senso stare lì, sentivo la necessità del ritorno.

Questo (e tanto altro) è stato il Manaslu per me; questo è stato l'8000. Ci ritornerei (ammesso di potermelo permettere di nuovo)? Ad ora vi dico NO, ma ho 31 anni e spero una vita davanti, quindi chissà. Una esperienza enorme!

Ma mica crederete che abbia chiuso con @over5000... to be continued bagai!!!

Io una idea abbastanza delineata già l'avrei per il 2026, si parla di luglio/agosto, 20 gg e 7000m... budget diciamo "affordable".

Quindi se qualcuno fosse interessato o avesse amici interessati non esiti a contattarmi; come sempre sono disposto ad accollarmi tutta la logistica pre-partenza aggratis. Dopodiché resto aperto a qualsiasi altra proposta, basta che sia @ over5000.

Thanks to: Osa Valmadrera (ovviamente) + VRUP Solutions. PS: ho avuto onore e piacere di



aver conosciuto direttamente Luis Miguel Lopez, cameramen e alpinista spagnolo e di aver incontrato per alcuni istanti Carlos Soria (che con Luis 'lavora') che tutti conoscerete. Due persone fantastiche. Ho poi conosciuto una donna giapponese di 83 anni, arrivata a C3. Infine un ragazzo francese che ha trascinato la sua bici fino CB (pedalando dalla Francia al Nepal) e uno tedesco quasi 'Snow Leopard'... dei grandi!!



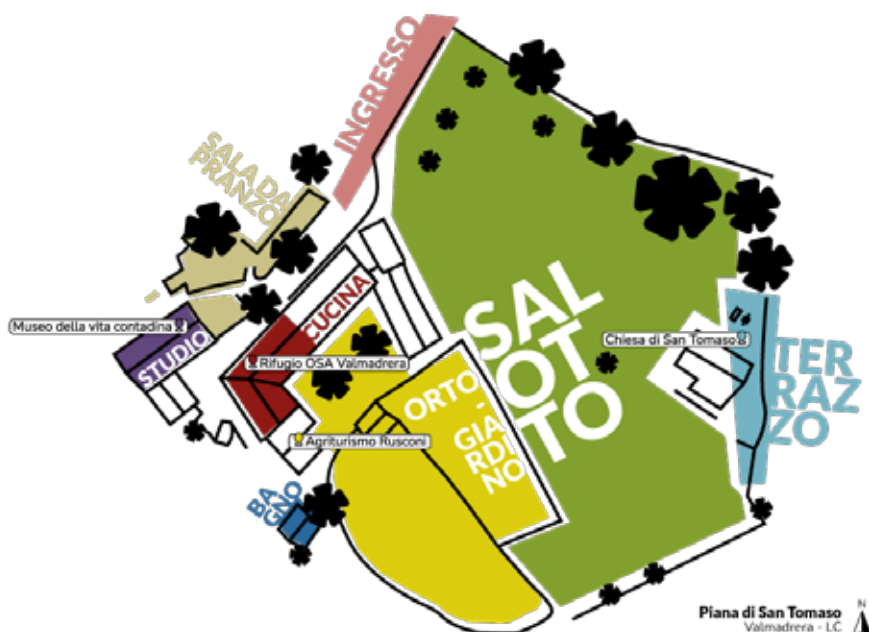
Fuori casa



ABITARE SAN TOMASO. PROGETTO DI TESI.

Il progetto nasce dalla volontà di creare un sistema grafico per un luogo pubblico, in questo caso la piana di San Tomaso. Nello svilupparsi del lavoro, l'idea iniziale si è articolata e adattata a ciò che offriva il territorio fino a trasformarsi in un progetto di design partecipativo per la comunità (ovvero formato dalla collaborazione tra progettista e chiunque porti interesse) con l'obiettivo di creare un'immagine grafica significativa, in grado di raccontare ai visitatori la centenaria storia di questo posto. Si tratta quindi di una co-progettazione con i cittadini di Valmadrera, in particolare con coloro che vivono San Tomaso nella quotidianità e che si sono attivati per disegnare un volto più definito di un posto in cui coesistono numerose realtà. In rete tutte le recensioni che si possono trovare analizzano il luogo con un occhio oggettivo parlando di difficoltà del sentiero, vista panoramica, servizi presenti e così via. San Tomaso per un valmadrerese è molto più di questo: il sondaggio iniziale, che ha ottenuto più di 220 risposte (grazie

a chi ci ha dedicato del tempo), lo conferma. Infatti la domanda "Come descriveresti San Tomaso?" ha raccolto pensieri molto simili fra loro: le parole inserite più volte sono state casa in primis (23 persone), famiglia, pace, posto del cuore, radici, serenità e così via. Questa idea comune di sentire il luogo così familiare, da definirlo casa, ha costruito lo spunto principale del progetto: raccontare San Tomaso come fosse un'abitazione a cielo aperto; suddividendolo in 8 zone definite da 8 colori, ogni zona una stanza con un valore, ogni stanza un pannello illustrativo o un'installazione che racconta del posto e della sua storia. Si trovano in ordine: Ingresso (fine mulattiera) - accoglienza e identità - rosa come i mandorli in fiore: due cartelli, uno che presenta il percorso con una mappa delle zone e l'altro che fa da biglietto da visita del posto Salotto (pratone) - convivialità e relax - verde come il prato: una serie di cartelli (ad altezza bimbo) spiegano i giochi di una volta mentre due panche affacciate su Valmadrera



DI ALICE BUTTI



formano un angolo per incontrarsi Terrazzo (chiesetta) - libertà ed estensione - azzurro come il cielo: lungo la staccionata si può leggere una poesia in dialetto dedicata a San Tomaso Sala da pranzo (area tavoli) - condivisione e appartenenza - beige come i muri delle masserie: qui ogni tavolo riporta una delle parole con cui la comunità descrive il posto e una serie di assi di legno fa da "tetto", protezione Cucina (ristoro OSA) - creatività e cura - rosso dei tetti e della società: un cartello a forma di libro recita le ricette della tradizione Studio (museo della vita contadina) - sapere e ispirazione - viola di un angolo buio e riflessivo: una serie di scaffali formano una libreria adibita a bookcrossing (scambio di libri), raccoglie inoltre un libro bianco per scrivere il presente del luogo Bagno (lavatoio) - rigenerazione e cura di sé - blu dell'acqua: uno specchio per la cura di sé e per l'autostima perché "puliti si sta bene" Orto-giardino (agriturismo Rusconi) - pazienza e costanza - giallo del granoturco: un pannello racconta la storia dell'agriturismo e insegna la pazienza attraverso una clessidra che lentamente fa comparire le fasi e la durata della coltivazione del mais Questa seconda fase è stata realizzata anche grazie a tutte quelle persone che hanno voluto essere aggiornate sullo sviluppo del progetto e che hanno poi potuto intervenire su di esso con proposte, idee e spunti utili.



Notizie Flash



Cena Sociale

Domenica 30 novembre si è svolta la tradizionale Cena Sociale OSA 2025, un appuntamento molto atteso che anche quest'anno ha riunito 120 dei nostri soci in un clima di convivialità e celebrazione. La location scelta è stata il Kalkerin di Pescate, cornice accogliente e ideale per condividere una serata all'insegna dello stare insieme.

La cena ha rappresentato un'occasione preziosa per ripercorrere le attività dell'anno, rinnovare legami e rinsaldare quello spirito di appartenenza che da sempre caratterizza l'OSA. Tra sorrisi, racconti di avventure e nuovi progetti, la serata è scivolata piacevolmente tra piatti selezionati e un'atmosfera familiare.

Come da tradizione, non sono mancati i riconoscimenti a chi, nel corso degli anni, ha dimostrato un impegno costante verso l'associazione. Durante la serata sono stati infatti premiati 9 soci che hanno raggiunto 50 anni continuativi di appartenenza e 15 soci 25ennali, un gesto simbolico ma significativo per ringraziare chi ha condiviso un lungo cammino di passione, dedizione e partecipazione attiva. Sono stati poi premiati gli atleti di skyrace e marcia alpina di regolarità che hanno vinto Titoli Italiani nelle rispettive discipline.

Un sentito ringraziamento a tutti i partecipanti. Come sempre, ci vediamo l'anno prossimo !

Cena Giovanile

Per il terzo anno consecutivo, il 31 ottobre, il gruppo giovanile si è ritrovato a San Tomaso per l'ormai tradizionale cena giovanile. Circa una sessantina i commensali, che hanno passato una piacevole serata in compagnia.

Da rimarcare l'alto numero di partecipanti, che certifica il ricambio generazionale in atto in una società come la nostra, arrivata alle soglie dei 75 anni dalla fondazione.

Che sia di buon auspicio per altri 75 anni insieme.

Divertirun

Prendono sempre più piede le lezioni di corsa in montagna del "Divertirun" dedicate alle nuove leve della società. Grazie al contributo di Stefano Butti, istruttore di primo livello Fidal, e di Paolo Piloni, più di trenta tra ragazzi e ragazze si ritrovano settimanalmente per coltivare la passione della corsa in compagnia, strizzando l'occhio al divertimento e anche a qualche competizione. Non dimentichiamoci che la corsa in montagna è uno dei nostri sport principali, ed avere un vivaio nella nostra città è una grande opportunità per il nostro futuro.



Antivigilia di Natale

Come di consueto, il 23 dicembre si è svolta la fiaccolata al Corno Rat organizzata dal Corpo Nazionale del Soccorso Alpino, stazione del Triangolo Lariano. A margine dell'iniziativa, la tradizionale cena a base di trippa al nostro ristoro, che come negli anni scorsi ha registrato il sold out. Numerose anche le persone che sono accorse alla piana di San Tomaso, malgrado il tempo incerto durante la giornata.

Seguici sui social:



osavalmadrera



Osa Valmadrera

CALENDARIO APPUNTAMENTI 2026

Gennaio

4 Domenica	Corso di Fondo
6 Martedì	Corso di Sci Alpino
10 Sabato	Corso di Sci Alpino
11 Domenica	Corso di Fondo
15 Giovedì/18 Domenica	Gita Dolomiti Sci Alpino
18 Domenica	Corso di Fondo
23 Venerdì/26 Lunedì	Gita Dolomiti Sci Fondo
24 Sabato	Corso di Sci Alpino
31 Sabato	Corso di Sci Alpino

Febbraio

1 Domenica	Corso di Fondo
8 Domenica	Corso di Fondo
22 Domenica	Sociale Sci Fondo
27 Venerdì	Assemblea Generale
28 Sabato	Gita sci Fondo: Maloja-Zernezh

Marzo

6 Venerdì	Serata 75° Alpiniste in Concerto
8 Domenica	Sociale Sci Alpino
12 Giovedì	Gita sci Fondo - Campra (CH)
13 Venerdì	Presentazione 56° Corso di Escursionismo Giovanile
20 Venerdì	Via Crucis a S.Tomaso
28 Sabato	1° Uscita 56° Corso di Escursionismo Giovanile

Aprile

11 Sabato	Valma Street Block
12 Domenica	2° Uscita 56° Corso di Escursionismo Giovanile
17 Venerdì	Presentazione 20° Trofeo Dario & Willy
18 Sabato	Possibile recupero Valma Street Block
25 Sabato/26 Domenica	3° Uscita 56° Corso di Escursionismo Giovanile

Maggio

1 Venerdì	20° Trofeo Dario & Willy
10 Domenica	4° Uscita 56° Corso di Escursionismo Giovanile
17 Domenica	5° Uscita 56° Corso di Escursionismo Giovanile
24 Domenica	6° Uscita 56° Corso di Escursionismo Giovanile

Giugno

2 Martedì	Raduno Corsi di Escursionismo Giovanile FIE a S.Tomaso
6 Sabato	Spaghetтата a S.Tomaso Corso Escursionismo
13 Sabato	7° Uscita 56° Corso di Escursionismo Giovanile
20 Sabato	Gita Giovanile

Luglio

1 Mercoledì	Gita GTL
2 Giovedì	Gita GTL
11 Sabato	S. Messa al Bivacco
18 Sabato	Gita Giovanile

Agosto

1 Sabato/15 Sabato	Campeggio Sociale
15 Sabato/30 Domenica	Vacanze in Autogestione a S.Fosca di Cadore

Settembre

5 Sabato	Note tra i Monti
13 Venerdì/15 Domenica	Gita Sociale 75° di Fondazione
26 Sabato	Gita Gruppo Femminile

Ottobre

3 Sabato	Vertical VK70
17 Sabato	Serata 75° di Fondazione

Novembre

8 Domenica	Sociale Marcia Alpina
14 Sabato	Serata 75° di Fondazione
28 Sabato	Sociale Corsa in Montagna
29 Domenica	Pranzo Sociale

Dicembre

12 Sabato	Tombolata e scambio Auguri
23 Mercoledì	Trippa dell'Antivigilia

Le date potrebbero subire delle modifiche a seconda delle situazioni che si verranno a creare.

Tutto sull'O.S.A.

NASCITE:

- Grande gioia a casa dei soci Micaela Meroni e Stefano Romanò per la nascita della figlia Ilaria.
- Fiocco azzurro a casa del nostro socio Pirovano Andrea: è nato il figlio Simone.
- Felicitazioni al nostro socio Gionata Ruberto per la nascita del secondo-genito Ettore.
- Anche al nostro socio Andrea Donadoni vanno le nostre congratulazioni per la nascita della figlia Anna.

MATRIMONI:

- Felicitazioni vivissime ai soci Camilla Rozzoni e Michele Valsecchi per il loro matrimonio.
- Si sono uniti in matrimonio Ruben Valsecchi e Giulia Ricco. A loro le nostre congratulazioni.

MORTI:

- Grande dolore per la scomparsa del nostro socio fondatore Luigi Rusconi. L'intera società porge le sue condoglianze alla famiglia.
- Siamo vicini ai soci Pietro e Cristina Riva per la perdita della madre Mariuccia.
- La società si rattrista per la scomparsa del socio Oriano Polti.
- Condoglianze al socio Attilio Fumagalli per la scomparsa della sorella Rosa.
- È venuto a mancare Davide, fratello della nostra socia Anna Vassena.
- L'Osa è vicina al socio Mauro Mauri per la perdita del padre Giuseppe.
- La società piange il socio Dario Arioli.
- Le nostre sentite condoglianze a Aldo Piani, per la scomparsa della moglie Francesca.
- È venuto a mancare il nostro socio Belloli Valerio. Condoglianze alla famiglia.
- Siamo vicini a Lorenzo Tentori per la perdita della madre Rosetta.
- Condoglianze al socio Massimo Fumagalli, per la scomparsa della madre Agnese.
- È venuta a mancare Bambina, madre della nostra socia Linda Aldeghi.
- L'Osa è vicina alla socia Gilardi Paola per la perdita della sorella Augusta.
- La società piange il socio Alberto Dell'Oro.
- Le nostre sentite condoglianze a Ester Fornari, per la scomparsa della madre Rosa.
- Siamo vicini a Felice Brusadelli per la perdita della madre Martina.
- Condoglianze al socio Giuseppe Belloli, per la scomparsa della madre Enrica.
- È venuto a mancare Raffaele, padre di Damiano Calvara.
- L'Osa si rattrista per la perdita del socio Valerio Butti. Condoglianze alla famiglia, in particolare alle figlie Elena e Barbara Butti.
- L'Osa è vicina a Rita Pirovano, per la scomparsa della madre Carla.
- Condoglianze alla socia Mirella Rusconi, per la perdita del fratello Gianfranco.
- Siamo vicini alla socia Laura Valsecchi, per la scomparsa del padre Ermanno e della madre Mariagrazia.
- La società piange il socio William Ravada.
- Ci uniamo al dolore di Giuseppe Anghileri, per la perdita della madre Patrizia.
- È venuto a mancare Ermanno Colombo, marito della nostra socia Virginia Maggi.
- L'Osa si rattrista per la perdita del socio Ferdinando Nava.
- Le nostre sentite condoglianze a Matteo Alberti, per la scomparsa del padre.
- Siamo vicini ai soci Antonio e Gianfranco Rusconi, per la perdita della madre Maria.
- Condoglianze a Mauro Dell'Oro, per la scomparsa del fratello Massimo.
- L'Osa vuole comunicare la propria vicinanza a tutti i soci, che in questo anno hanno vissuto tristi o lieti eventi di cui potrebbe non essere giunta notizia.
- L'Osa porge le sue condoglianze al socio Mario Vitali per la perdita del fratello Luigi.



**ORGANIZZAZIONE
SPORTIVA
ALPINISTI**

Aff. F.I.E.
Aff. F.I.S.I.
Aff. F.I.D.A.L.

23868 VALMADRERA (Lecco)
Via Bovara, 11
Tel. 0341 20.24.47
osavalmadrera@tiscali.it
www.osavalmadrera.it

Orario segreteria:
Martedì e Venerdì dalle 21 alle 23