



ANNO 47 - DICEMBRE 2017

il Crociatino



La parola del presidente	3
La parola del Don	4
Per ricordare	
In ricordo di Mario	5
Sci alpino	
Fiocchi last minute	6
Sciare fotocopia (questa volta a colori)	7
Campionati di sci alpino e alpinismo	7
Sci di fondo	
Sci di fondo 2017	8
Campionato sociale di sci di fondo	9
Ben arrivati... 3 giorni di fondo!	10
Vasaloppet China	11
Abituiamoci all'agonismo con "Criterium"	12
Il filo rosso	12
Marcia alpina di regolarità	
Campionato italiano di marcia alpina	13
7° Trofeo G.E. Ratti	14
Bravo Thomas	15
Un Sociale di marcia innovativo...?	16
Corsa in montagna	
Campionato Sociale di corsa	17
Corsa a coppie dell'innominato	17
Serata ricca di emozioni all'Autotorino	18
13° Trofeo Dario e Willy	20
Corso di escursionismo	22
Campeggio	
Val Martello: la valle delle fragole!	26
Gruppo Tempo Libero	
Escursioni 2017	28
Moria di salmoni	30
Ancora un tremila	31
Santa Fosca 2017	32
La placca del GIAU	33
Attività alpinistica	
Attività alpinistica dei soci	34
Successo e insuccesso nell'alpinismo	36
Sociale di arrampicata	37
Sotto il sole del Monviso	38
#crestadelsoldato	39
Valma Street Block	40
Gruppo Femminile	
PIZZ-OSA o la pizzata delle donne	41
La Vars, ovvero l'Osa in gonnella	42
40 anni fa le prime donne in consiglio	43
Gita del Gruppo Femminile a Rapallo	44
Altre attività OSA	
Campionato sociale di Mountain Bike	45
Gita in montagna con l'ass. Oltre Noi	46
Gir di Sant, edizione 2017	47
S. Messa al Bivacco con tanti ricordi	48
Lavori di ristrutturazione a S. Tomaso	49
Su e giù per Preguda con un cellulare	50
Uno di quelli che... c'erano	51
Notizie Flash	52
Dai soci	
Camminando verso Santiago	54
La mia Marathon des Sables	56
Maratona sulla grande muraglia...	58
I laghi della Brianza	59
12° International Mountain Running...	60
Traguardi	62

Organigramma 2017

Presidente	Valsecchi Laura	Coordinatore campeggio
Vicepresidente	Rusconi Gianluigi	Coordinatore corsa in montagna, sci di fondo/alpinismo, refer. consulta dello sport
Consiglieri	Anghileri Edoardo	Coordinatore tesseramento O.S.A.
	Anghileri Mario	Coordinatore pulizia sentieri
	Brambilla Raoul	Coordinatore sci alpino e tesseramento FIE
	Butti Carlo Alberto	Coordinatore settimana escursionistica
	Castagna Ezio	Aiuto coordinatore San Tomaso
	Corti Giovanna	Coordinatore gruppo femminile e sede Osa
	Corti Tino	Coordinatore ristoro S.Tomaso
	Frigerio Maria Rosa	Segreteria
	Magni Cristina	Aiuto segreteria, referente consiglio Oratorio e comunità educante
	Perego Stefano	Aiuto coordinatore settimana escursionistica, segnaletica sentieri e gruppo tempo libero, responsabile antincendio
	Piffari Felice	Coordinatore ferrata, segnaletica sentieri e referente Protezione Civile
	Rusconi Carlo (Celsi)	Cassiere, coordinatore settimana turistica Gruppo Tempo Libero
	Rusconi Domenico	Pubbliche relazioni società e gare, referente consulta culturale
	Rusconi Marco	Coordinatore Osiadi, attività giovanili, referente consiglio Oratorio
	Valsecchi Ruben	Coordinatore ValmaStreetBlock, aiuto tesseramento Osa
Revisori conti	Bonacina Giovanna, Valsecchi Alessandra, Villa Pietro	
Altre cariche	Canali Giuseppe	Delegato rapporti con la F.I.E.
	Gerosa Augusto	Coordinatore campeggio
	Piloni Giuseppe	Coordinatore Gruppo Tempo Libero
	Rapezzi Fabiana	Comunicati Stampa
	Rusconi Alessia	Segreteria, coordinatore Crociatino
	Rusconi Irene	Aiuto cassiere
	Sabadini Alessandro	Coordinatore gare di marcia
	Sala Luigia Silvia	Coordinatore corso d'escursionismo, referente Giir di Sant
	Valagussa Angelo	Aiuto cassiere
	Valsecchi Cristina	Segreteria, coordinatore Crociatino

Consiglio Gruppo Femminile

Responsabile	Corti Giovanna	
Consiglieri	Aldegghi Rosalinda	Bonfanti Margherita
	Dell'Oro Anna	Fiorillo Cinzia
	Polti Rita	Rusconi Anna
	Rusconi Irene	Sala Luigia Silvia
	Valsecchi Marta	Valsecchi Sandra
	Vassena Andreina	

La parola del presidente

Laura Valsecchi

Carissimi soci, nel 2018 ci sarà il rinnovo del consiglio direttivo, alcuni consiglieri hanno già comunicato la loro conferma invece altri hanno deciso di non ricandidarsi. Fare il consigliere è un impegno serio e da non sottovalutare. Abbiamo un calendario molto fitto di impegni a cui il consigliere è tenuto a partecipare e per i quali è richiesto il suo aiuto nell'organizzazione.

In quest'occasione ringrazio tutti i consiglieri e il gruppo femminile per l'impegno dimostrato in questi anni. Ci tenevo particolarmente a ringraziare il nostro consigliere Carlo (Celsi) che in questi anni ha dedicato molto del suo tempo nel gestire la nostra contabilità. Questo direi che è tra gli incarichi più impegnativi: non c'è un periodo dell'anno in cui possa riposare, in cui possa andare in vacanza senza doverlo comunicare e trovare qualcuno che lo sostituisca, perché il nostro rifugio a San Tomaso è ovviamente collegato al suo lavoro. Purtroppo non sarà facile trovare un sostituto che abbia le competenze appropriate per questo grosso incarico. Un altro ringraziamento va a Gigia per l'impegno che ha dedicato in questi anni al Corso di Escursionismo, perché questo continui a far crescere la passione nelle nuove generazioni.

Un ringraziamento sentito lo vorrei rivolgere a tutti i volontari che offrono il loro tempo al servizio del nostro ristoro a San Tomaso; qui troviamo 43 soci volontari in 4 turni che coprono 44 mercoledì e 136 soci volontari in

10 turni che coprono 51 domeniche e festività; è escluso però il mese di agosto, perché è gestito senza turni fissi e vi assicuro che annualmente è spesso difficile trovare volontari disposti a lavorare durante le vacanze. In più aggiungerei anche le cene e i pranzi occasionali organizzati al di fuori dei nostri giorni di mercoledì o domenica, agli oratori e alle scuole che si aggiungono nel periodo estivo... tutto questo è possibile grazie ai volontari che si rendono disponibili in queste occasioni e vi assicuro che è un grosso impegno. Quest'anno abbiamo anche ristrutturato il nostro ristoro, ne aveva veramente bisogno. Sono state 2 settimane molto impegnative, ma di grande soddisfazione perché il risultato è stato eccellente. Lavorare in un ambiente accogliente e ordinato è una priorità da non sottovalutare e anche per questo dico grazie a chi si è dedicato per due settimane di fila, senza mollare, a seguire i lavori.

A questo punto vorrei spendere una parola ai nuovi soci iscritti in questi ultimi anni, che tra l'altro sono numerosi, non più solo di Valmadrera ma anche provenienti dai paesi limitrofi. Il grande numero crescente dei soci



è dovuto alle varie attività che la società organizza, a partire dallo sci di fondo e di discesa, alla corsa in montagna e alla marcia di regolarità, dal corso di escursionismo al campeggio estivo: tutte attività che attirano gli appassionati per il modo in cui sono organizzate, serio ma piacevole, e che danno anche risalto alla nostra

società attraverso i risultati sportivi ottenuti, spesso notevoli. L'invito che vorrei fare è di sentirsi parte di questa società in modo attivo, anche come socio volontario, perché non mi stancherò mai di dirlo: tutte queste belle attività non potrebbero esistere senza il sostegno del nostro ristoro.

Dopo tutta questa premessa vorrei dirvi con soddisfazione ed orgoglio che sono molto fiera di rappresentare questa società, sono contenta degli amici che ho accanto, del rapporto che ho con loro, perché è vero che lavoriamo molto, ma è anche vero che c'è una profonda amicizia che ci lega e che ci sostiene nei momenti di difficoltà e stanchezza. Ripeto sempre che siamo una squadra formidabile, che come tante formichine lavoriamo senza chiedere niente, solo per passione e amore: passione per la montagna, per lo sport, per il bene comune e amore per l'Osa.

Concludo con questo proverbio africano che riassume lo spirito della nostra società "Se vuoi andare veloce, corri da solo; se vuoi andare lontano, corri insieme a qualcuno".

Un grosso augurio di Buon Anno, ringraziando gli sponsor che ci sostengono in questo cammino di promozione e tutti i soci che con la loro passione ci aiutano a promuovere e sostenere con il lavoro e con lo sport la nostra società.

il Crociatino

Anno 47 - Dicembre 2017

Redazione: Alessia Rusconi, Cristina Valsecchi.

Fotografie: Eugenio Anghileri, Giovanna Bonacina, Maria Bonacina, Raoul Brambilla, Carlo Alberto Butti, Mario Ceruti, Tino Corti, Giuseppe Piloni, Alberto Rusconi, Andrea Rusconi, Domenico Rusconi, Gianluigi Rusconi, Marco Rusconi, Giuditta Valsecchi, Laura Valsecchi, Rita Valsecchi, FotoClub "Gianni Anghileri" Valmadrera.

Impaginazione: Cristina Valsecchi.

Stampa: GraficheCola - Lecco

In copertina: Col Santa Lucia (foto di Giuseppe Piloni)



Sentirsi parte di qualcosa di più grande

Don Tommaso

Fare parte di un'associazione risponde ad un bisogno profondo della persona che è il bisogno di appartenenza. Noi, per comprendere e vivere pienamente la nostra identità e quindi la nostra vita abbiamo bisogno di appartenere a qualcuno, abbiamo bisogno di essere di qualcuno. Tali appartenenze ci identificano, fanno emergere qualcosa di noi, e ci consentono soprattutto di avere degli spazi e dei tempi nei quali collocarci, nei quali ritrovare dei punti di riferimento stabili. Il bisogno di appartenenza

ci salva dal rischio della dispersione e del caos, ci permette di abitare il mondo vivendolo e non subendolo. L'appartenenza ad una realtà, ad una esperienza, ad un gruppo di persone è anche ciò che ci permette di presentarci al mondo con un volto chiaro, con dei lineamenti precisi, è ciò che ci permette di esprimerci, di identificarci.

Ma bisogna stare attenti, perché dentro tutto questo si insinua un nemico pericoloso: infatti questo bisogno, profondamente umano, di



I ragazzi del corso di escursionismo durante la Festa dell'Amicizia a San Pietro al Monte

appartenere a qualcuno e a qualcosa, può diventare in fretta una rigida chiusura, un "baluardo" nel quale ci nascondiamo e ci chiudiamo all'incontro con l'altro.

Talvolta le associazioni, che dovrebbero essere espressione della bellezza dell'essere in relazione, diventano luoghi nei quali ci si costruisce il proprio piccolo mondo, fatto su misura, secondo i nostri bisogni, i nostri piaceri, le nostre passioni, chiusi ad ogni tipo di interazioni con altri.

In realtà, se il bisogno di appartenenza non ci apre ad un sentirci parte di qualcosa di più grande e più vero qualcosa che va oltre i nostri gruppi, le nostre associazioni, diventa addirittura qualcosa di nocivo per la vita. Nella nostra realtà, il ritrovarsi insieme accomunati da una passione (come quella per la montagna), se non è collocato dentro l'orizzonte più ampio dell'appartenenza alla comunità cristiana e quindi dell'appartenenza a quel cammino con Gesù che ci insegna ad amare, diviene un ritrovarsi sterile e fine a sé stesso.

Per questo, all'inizio di questo nuovo anno, augurando a tutti i soci un'esperienza ricca di relazioni vere e di passione, vi invito fortemente a collocare l'esperienza bella dell'Osa dentro l'orizzonte più ampio dell'esperienza di fede della nostra comunità cristiana di Valmadrera.

Gesù, nel Vangelo di Giovanni, durante l'ultima cena rivolge al Padre una preghiera straordinaria: "Padre santo, custodiscili nel tuo nome, quello che mi hai dato, perché siano una sola cosa, come noi. (...) Io in loro e tu in me, perché siano perfetti nell'unità e il mondo conosca che tu mi hai mandato e che li hai amati come hai amato me."

Rimbocchiamoci tutti le maniche per essere davvero, non una comunità frammentata, non un insieme di gruppi, iniziative, anche belle ma isolate, in cui ciascuno va per la propria strada, ma una comunità unita dalla quale emerge in modo chiaro e luminoso quel volersi bene, quello stimarsi a vicenda, che farà emergere tra noi la presenza del Signore Gesù.

**Sabato 10 marzo 2018
dalle ore 20.00 sarà
possibile votare, presso
la sede OSA, per il nuovo
consiglio direttivo.
Alle ore 21.00 si terrà
l'assemblea annuale.**

TI ASPETTIAMO!!!

In ricordo di Mario

Beppe Piloni

Un altro pioniere dell'Osa se ne è andato. Mario Rusconi, per gli amici "Mario sart" - per la professione che svolgeva fin da giovane - o "Mario Carel" dal soprannome della mamma "Carela" che tanto ricordava il nome di un famoso alpinista e ben si adattava a lui, che in famiglia era l'appassionato di montagna. A volte, di fronte alla sua "sana" testardaggine si ricordava che era anche un "Palferi", come i suoi cugini Carlo, Gianni, Antonio, che hanno scritto le loro imprese su pareti e vie alpine, di cui lui andava profondamente fiero.

Entrato nell'Osa nei primi anni della Società iniziò a frequentare la montagna in coppia con Egidio Dell'Oro: sali il Pizzo Badile, il Pizzo Stella, ... Quando ritornava con la memoria a quei tempi ricordava le vette ma più ancora gli amici con cui le aveva salite. Gli piaceva lo sci alpino: con Carlo Anghileri partivano con gli sci in spalla e sciarono sul prato di Pianezzo, andando avanti e indietro a piedi, una discesa dopo l'altra. Più avan-



Con la moglie Carla alle Dolomiti



Con Egidio Dell'Oro in vetta al Pizzo Badile



Con le nipoti Alice e Sonia durante il campeggio del 2013

È sempre triste scrivere e ricordare quando qualcuno di "Noi" ci lascia. Questa volta è toccato a Mario, una vita legata oltre che alla famiglia anche all'O.S.A., dove con la moglie Carla ha trasmesso passione, competenze e dedizione ai suoi figli, tutti impegnati a vario titolo negli impegni sociali.

Fin da giovanissimo si è avvicinato all'OSA, seguendo le orme di Modesto Castelli e Casto Canali, ha praticato l'alpinismo, allora sport predominante in società, con ascensioni al Bianco, Badile e sulle cime delle nostre Alpi.

Sempre presente alle iniziative sociali e storico cuoco con l'inseparabile moglie ai primi campeggi estivi. Immane la sua presenza con il turno domenicale nella gestione del ristoro di S.Tomaso

E come non ricordare in età più avanzata le escursioni al mitico "ALBERGO DEL SOLE" che con i compagni Pino Castagna e Gabriele Dell'Oro sono state un "Cult" domenicale sulle montagne delle nostre Prealpi.

Persona gioviale, di grande umanità e determinazione, sempre pronto con una parola di incoraggiamento e un sorriso per tutti!!!

Caro Mario ci piace ricordarti così...!!!!

Domenico Rusconi

ti negli anni si è lasciato trascinare dai figli nello sci di fondo. In tutti e due gli sport ha sempre avuto un bello stile. Tra i primi accompagnatori del Corso di escursionismo, ha sempre fatto il servizio a S.Tomaso, sempre presente al pranzo sociale. La moglie è una brava cuoca e qualche volta quando si aveva bisogno al campeggio o alla settimana ecologica la chiamavano, e lui la aiutava in cucina. Al campeggio faceva delle belle camminate, ma prima coi figli, poi coi nipotini gli piaceva stare seduto fuori dalla tenda e chiacchierare con loro.

Ha trasmesso la passione della montagna in famiglia, e Gigi e Alberto sono diventati due pilastri dell'Osa.

Orgogliosissimo della società di cui faceva parte da più di 60 anni, non potendo più scendere personalmente in campo, si teneva aggiornato sugli appuntamenti osini e non mancava mai di chiedere i risultati di una gara. Le attività dell'Osa continuava a seguirle e a viverle nei resoconti e sui passi dei suoi figli e poi dei suoi nipoti.

È stato un uomo di principi morali ... a cui piaceva dialogare, senza mai mettersi in mostra.

Fiocchi last minute

Raoul Brambilla

Inverno insolito quello del gennaio 2017.

Dopo le festività natalizie non un fiocco di neve a coprire le piste; certo, i migliori comprensori garantiscono uno strato perfettamente fresato di neve "programmata"; ma se si guarda al di fuori della striscia della pista, le tristi chiazze brune dei prati non appaiono l'occhio dello sciatore.

Appena in tempo per l'inizio del corso di sci arriva la neve a Chiesa Valmalenco e una abbondante nevicata notturna copre tutto di bianco.

Ci sono nuovi allievi alle prime armi e qualche adulto in più rispetto allo scorso anno.

Qualche aggiustamento ai componenti delle squadre ed il corso può cominciare.

I progressi sono notevoli visto che già alla seconda uscita una squadra di



principianti si cimenta fin giù alla seggiovia di San Giuseppe.

Tutte le uscite si sono svolte allegramente.

L'ultimo sabato, dopo una bella nevicata, si è concluso il corso con la di-

stribuzione delle pagelle da parte dei maestri.

Nessun debito: tutti promossi :-)

Nonostante la neve sia arrivata tardi e le temperature primaverili abbiano reso le piste sciabili solo fino al primo pomeriggio, la richiesta di skipass è stata superiore alla stagione precedente.

Sarà aumentata la voglia di sciare oppure stiamo approfittando degli ultimi scampoli di neve prima che il cambiamento climatico ci porti a praticare lo sci d'erba ?

Sciate fotocopia (questa volta a colori)

Raoul Brambilla

Stesso albergo, stesso programma e stesse piste. Parrebbe la fotocopia dello scorso anno ma questa volta una notevole differenza caratterizza la "3 giorni" domitica: la clemenza del meteo.

Il bel tempo fa sempre piacere ma senza la neve programmata avremmo sicuramente sciato sull'erba. La partecipazione di un gruppo di ragazzi, oltre all'ingresso di nuovi partecipanti, ha contribuito a rinnovare la



composizione del pullman ed abbassare l'età media.

Una splendida giornata di sole ci ha fatto apprezzare finalmente l'ampio comprensorio del Monte Elmo - Sesto Pusteria.

L'ultima giornata era molto attesa dai più giovani che non avevano ancora sperimentato la ripidissima "nera" di Piccolino; l'alta temperatura purtroppo ha ridotto la neve ad una distesa acquosa deludendo le aspettative.

Nonostante questa anomalia climatica pochi, a differenza dell'anno scorso, hanno rinunciato a sciare.

Nel viaggio di ritorno la serata è stata allegrata da un insolito incontro in autogrill con una squadra di rugby che festeggiava in abbigliamento da sauna la vittoria di campionato.



Campionati di sci alpino e alpinismo

Slalom Gigante

Chiesa Valmalenco, 7 marzo '17

Primi 10 classificati

1	CASTAGNA FABRIZIO	OSA	0.58.15
2	RUSCONI MATTIA	OSA	0.59.14
3	BRACCHI MARTINA	SEV	0.59.58
4	TAGLIAFERRO MAURIZIO	SEV	1.01.15
5	PILONI PAOLO	OSA	1.01.25
6	CRIMELLA EDOARDO	SEV	1.04.82
7	RUSCONI MARCO	OSA	1.05.53
8	BUTTI MAURIZIO	OSA	1.05.94
9	DELL'ORO ERIK	OSA	1.06.47
10	DELL'ORO LUCA	OSA	1.07.14

Il podio di ogni categoria:

Cuccioli

1	BRAMBILLA GABRIELE	OSA	1.16.57
2	MILESI LORENZO	OSA	1.21.59
3	SPOTO CAMILLA	SEV	1.24.61

Ragazzi

1	BRACCHI MARTINA	SEV	0.59.58
2	SOZZI ELISA	SEV	1.09.08
3	DELL'ORO NICOLO'	OSA	1.12.78

Juniore

1	RUSCONI MATTIA	OSA	0.59.14
2	RUSCONI MARCO	OSA	1.05.53
3	RUSCONI LUCA	OSA	1.07.74

Dame

1	CRIMELLA MORENA	OSA	1.15.04
2	TESSARI KATIA	SEV	1.16.41
3	CASTAGNA ERICA	OSA	1.22.12



Over 60

1	CRIMELLA EDOARDO	SEV	1.04.82
2	DELL'ORO GIANNI	OSA	1.09.41
3	CASTAGNA EZIO	OSA	1.22.34

Veterani

1	TAGLIAFERRO MAURIZIO	SEV	1.01.15
2	MANIACI VINCENZO	OSA	1.09.44
3	MILESI GIORGIO	OSA	1.11.08

Master

1	BUTTI MAURIZIO	OSA	1.05.94
2	DELL'ORO LUCA	OSA	1.07.14
3	ANGHLIERI GIUSEPPE	OSA	1.08.58

Amatori

1	CASTAGNA FABRIZIO	OSA	0.58.15
2	PILONI PAOLO	OSA	1.01.25
3	CORTI NICOLA	OSA	1.09.85

Senior maschile

1	DELL'ORO ERIK	OSA	1.06.47
2	DONADONI ANDREA	OSA	1.24.22
3	TENTORI CRISTIAN	SEV	1.45.00



Salita Sci Alpinismo

Primi 10 classificati

1	RUSCONI MARCO	OSA	23.31
2	SAMA' RICCARDO	OSA	24.02
3	RIVA MATTEO	OSA	24.45
4	RUSCONI LUCA	OSA	25.58
5	TEGIACCHI CARLO	OSA	26.13
6	DELL'ORO MATTIA	OSA	27.31
7	MILESI LORENZO	OSA	28.20
8	MILESI GIORGIO	OSA	29.07
9	BUTTI MAURIZIO	OSA	30.04
10	LONGHI ENRICO	OSA	31.52



Sci di fondo 2017

Gianluigi Rusconi

Dopo un'annata in cui si era registrato un evidente calo di partecipazione, nel 2017 il **Corso Sci di Fondo** è tornato ad appassionare i soci osini, nonostante ancora una volta la neve si sia fatta attendere molto più del solito. Quest'anno erano ben 50 gli allievi iscritti al Corso, divisi in 6 gruppi tra tecnica classica e skating, sotto la guida dei nostri affezionati maestri Mauro, Beppe ed Andrea. Si comincia subito dopo le feste, domenica 8 gennaio, e per cinque domeniche consecutive la nostra meta è l'Engadina: clima ottimo ma, almeno per le prime 3 uscite, solo neve artificiale... per vedere una nevicata vera abbiamo

dovuto aspettare la fine di gennaio!!! Fortunatamente i nostri cugini svizzeri anche quest'anno si sono dati un gran daffare per prepararci decine di chilometri di piste in ottime condizioni, permettendoci di seguire senza problemi il programma stabilito. Anche la partecipazione dei fondisti "di vecchia data" alle singole gite è stata piuttosto numerosa e ci ha consentito di tornare ai consueti 2 bus domenicali.

Nemmeno il tempo di riposarsi, una volta terminato il corso, che subito si parte per i classici **3 giorni a Naz-Sciaves**: anche nelle Dolomiti la neve non è molta, ma le stupende località meta delle nostre uscite (Dobbiaco, Val Casies, Anterselva) e l'ottima compagnia non mancano, e come ogni anno facciamo il tutto esaurito all'apertura delle iscrizioni!

Ottimo successo anche per la gita conclusiva della stagione, che si è svolta sabato 25 febbraio: la **traversata dell'Engadina** con gli sci, dal Passo del Maloja a Zernez per qualche "temerario" o su percorsi più brevi partendo da Samedan o da Zuoz per ritrovarsi tutti insieme per un tuffo nella calda piscina di Zernez. Finalmente quest'anno abbiamo cercato di dare una mossa anche al settore "agoni-

stico" partecipando come società alle gare del **Criterium della Brianza** di Sci di Fondo, organizzate da oltre trent'anni dai vari Sci Club brianzoli. Sono soltanto tre gare, disputate quest'anno a Riale, in Valle Vigezzo e a Schilpario, in cui non c'è la competizione esasperata delle gare di calendario FISU, ma che contribuiscono ad avvicinare soprattutto i ragazzi a questo sport e si concludono con un ottimo ristoro organizzato dagli Alpini della Brianza. E grazie ai nostri giovani e meno giovani atleti del cosiddetto "Team Criterium", ci siamo fatti valere già alla nostra prima partecipazione ottenendo ottimi risultati individuali e concludendo al 3° posto nella classifica finale per Società.

Nel campo invece delle **gare di Gran Fondo** purtroppo niente di nuovo, con i soliti 7/8 superstiti che ogni stagione macinano chilometri partecipando a qualche prova dei circuiti Worldloppet ed Euroloppet.

Stesso discorso per quanto riguarda il **Campionato Sociale**, disputato quest'anno a St. Moritz domenica 26 febbraio, dove ormai negli ultimi anni ci si è assestati sui 20 partecipanti, mentre dovrebbe essere l'occasione per una bella sciata in compagnia tra tutti i soci che praticano questo sport. Speriamo che nei prossimi anni, grazie ai giovani e ai nuovi fondisti usciti dai nostri Corsi, ma senza dimenticare tutti i "pensionati" che da dicembre a marzo ogni settimana percorrono le piste dell'Engadina, si ritrovi quello spirito che ha animato gli osini a partire dagli anni '80 e che ha contribuito a far diventare lo Sci di Fondo una attività di rilievo tra tutte quelle promosse dall'O.S.A.



Campionato sociale di sci di fondo

Matteo Riva

Il 26 febbraio a St.Moriz si è svolto il campionato sociale di sci di fondo.

Quest'anno la gara era a cronometro, con la partenza del primo atleta alle 11:30 e poi tutti gli altri scaglionati ogni 30 secondi.

Il circuito da percorrere era lungo circa 2,5 km, in base alla categoria dovevi compiere un diverso numero di giri: cuccioli, veterani e tutte le categorie femminili 1 giro, junior 2 giri, senior e master 3 giri.

Il tracciato era abbastanza tecnico, sia per un veloce saliscendi poco dopo l'inizio, sia per la discesa che scende dal trampolino, ripida e inizialmente ghiacciata, sia per la ripidità delle salite, che rendevano la gara dura.

La maggior parte dei partecipanti alle 11 era già in pista: chi a fare riscaldamento, chi a provare gli sci più veloci da usare (c'è anche la sfida per chi ha gli sci più veloci!).

Prima della partenza c'era un clima abbastanza teso, i principali favoriti alla vittoria erano Pietro Riva e Marco Rusconi; quest'ultimo, in particolare, all'ultima gara era riuscito a spuntarla e Pietro da poche settimane si era operato al menisco. Quindi la pressione su Marco non era poca: avrebbe potuto riportare il titolo a Valmadrera - dove manca dal 2012, quando a vincerlo fu Stefano Butti - e battere il pluricampione, dimostrando che i giovani

si sono dati da fare dal 2015 (vedi articolo sullo sci di fondo di quell'anno). Per gli altri gradini del podio la sfida era tra me e Maurizio Gandin, facilitata dall'assenza di Alberto e Gigi Rusconi. Al femminile era una sfida a tre tra Alessia Brambilla, Laura Valsecchi e Paola Panzeri; mancava la favorita alla vittoria Barbara Dell'Oro.

L'ordine di partenza era in base all'ordine di iscrizione.

Durante la gara Marco e Pietro, pur essendo entrambi concentrati sulla propria prestazione, si sono studiati a distanza; i cronometristi potevano osservare attentamente la sfida guardando i loro tempi sul giro.

Io e Maurizio abbiamo commesso lo stesso errore in un bivio, all'inizio, finendo nella neve fresca e, Gandin in particolar modo, perdendo tempo; ma a mio parere, anche se non avessimo commesso l'errore, non avremmo potuto vincere.

Per di più, in un punto dove il percorso prevedeva di passare nei due sensi, ho rischiato di scontrarmi con Angelo Caslini, il "Drago": io mi sono dovuto fermare, lui è caduto.

A fine gara si è lamentato con il sottoscritto per l'accaduto, ma a detta di Maurizio, che ha visto quanto successo, stava già cadendo da solo.

La gara alla fine, dopo qualche minuto ad attendere che i cronometristi ci



dicessero l'esito, è terminata con la vittoria di Pietro per solo 3 secondi su Marco (che non riesce tutt'oggi a digerirla!); al terzo posto sono arrivato io con un distacco più consistente di circa 2 minuti.

Al femminile ha vinto Alessia con circa 40 secondi di distacco su Paola, seconda, e un minuto su Laura.

Nelle categorie dei più giovani ha vinto Luca Rusconi su Gabriele Alghieri per gli juniores, mentre nei cuccioli Lorenzo Milesi ha battuto suo fratello Leonardo, entrambi due giovani promesse.

Alla fine della gara abbiamo tutti festeggiato con un semplice ma non scarso rinfresco per concludere al meglio la mattinata.

Classifica generale - 3 giri

1	Riva Pietro	18' 59" 90
2	Rusconi Marco	19' 04" 44
3	Riva Matteo	21' 11" 07
4	Gandin Maurizio	22' 41" 47
5	Butti Maurizio	23' 21" 55
6	Tegiacchi Carlo	23' 48" 54
7	Milesi Giorgio	24' 15" 95
8	Corti Massimo	24' 19" 81
9	Rusconi Andrea	26' 35" 27
10	Caslini Angelo	31' 36" 54

Classifica generale - 2 giri

1	Rusconi Luca	14' 02" 07
2	Alghieri Gabriele	17' 03" 18
3	Valsecchi Patrizio	19' 57" 66

Classifica generale - un giro

1	Milesi Lorenzo	8' 12" 71
2	Brambilla Alessia	8' 48" 33
3	Vassena Fabio	9' 01" 53
4	Milesi Leonardo	9' 03" 55
5	Panzeri Paola	9' 23" 02
6	Valsecchi Laura	9' 48" 65
7	Perego Tiziana	10' 09" 81
8	Rusconi Domenico	12' 15" 08



Ben arrivati... 3 giorni di fondo!

Mario Anghileri

Ragazzi, preparati sci, bastoncini, scioline, paraffine e quant'altro? Si parte, o meglio si ritorna: destinazione "quel di Naz Sciavez", nella collaudata struttura dell'hotel Flotscherhof, immerso nella piana di meleti, situato in altura sopra la cittadina di Bressanone. Da Josef sono più di dieci anni che si ritorna per la tre giorni di fondo; difatti location vincente non si cambia facilmente.



A questo punto della stagione, siamo circa a metà febbraio, noi ...pseudo atleti siamo un po' tutti in discreta forma e quindi "dai cavedani ai salmoni" (definizione del nostro buon B.B.) la tenuta atletica è messa alla prova: chi più, chi meno, tutti mettono in voga la propria tecnica, velocità, resistenza ecc. Ah, dimenticavo! Non siamo solo fondisti, ma il gruppo è composto anche da un buon numero di camminatrici e camminatori. Poi, come già accade da qualche stagione, c'è l'incognita neve che per la scarsa quantità condiziona, anche se in modo marginale, eventuali cambi di programma; comunque ai fondisti bastano pochi centimetri di neve. Quindi via, direzione



Dobbiaco, il giorno stesso della partenza: venerdì.

Dopo quasi tutta la mattinata spesa per il trasferimento, con sosta tecnica d'obbligo e per diverse necessità idriche, arriviamo al centro fondo. Innevamento perfetto, preparato proprio perché i successivi due giorni ci saranno delle gare.

Eccoci... e qui incominciano i vari preliminari; è freddo, è nuvoloso, la neve è dura, ho sbagliato sciolina, i bastoncini mi scappano via ecc. ecc. ecc. Insomma, tutte balle, tutto per mascherare un po' il primo impatto con la neve dopo alcune ore di viaggio passate al tepore del pullman. Comunque la giornata si sgrana via via senza alcun problema. I più talentuosi si spingono fino al lago di Landro e oltre; addirittura uno di noi è giunto fino a Cortina e ritorno (salmonate argentato) e per i meno allenati giro turistico al centro fondo.

In tardo pomeriggio rientro, o meglio alloggio: distribuzione camere e subito dopo giù di corsa in rapida successione nella piccola SPA che offre la struttura. Cena, recupero fisiologico e... notte a tutti!

Il mattino seguente (sabato) BUON RISVEGLIO e poi nella fase... tutti a colazione, fra vari dribbling, gincane tra tavoli e sedie, con tazze, bicchieri e piatti, nel gruppo emerge nuova energia da spendere in Val Casies. Ore 8,30 pronti, partenza... Un attimo, un attimo...

Due sono in ritardo, hanno dimenticato lo zaino. Dai dai che la giornata si presenta bene, non è fredda, è semi-sereno, buoni auspici (oggi va per la viola blu); l'innevamento è buono. Anche qui domani ci sarà una gara (buon per noi) su un tracciato molto tecnico che presenta subito una discreta salita e vari pendii a prova di polmoni, e a colpi di reni finalmente si arriva sul pianoro dove meritatamente il sole ci ripaga. Pendenze più morbide ci permettono di dilazionare le energie e godere il gusto della sciata.

In questo momento della giornata un break ci sta: un té caldo, un panino, frutta, quattro chiacchiere e via di nuovo. E per la par condicio la discesa ora è nostra. La neve si è trasformata un po', qualche sfriso sotto la soletta degli sci, piccoli segni di cedimento ma... no problem... tanto più tardi dopo una micro sauna ci penserà Josef per la cena a rimpomparci sontuosamente (infatti non fa mai mancare il ripasso al secondo giro per i forchettari come me!). Successivamente "in zona pancia piena" alcuni accennano qualche tentativo di canto, ma con scarso successo (sembran quasi dei lamenti)... forse è meglio andare a nanna!!!!!!

Domenica mattina: buongiorno a tutti... ma soprattutto a madre natura che ci dispensa di una lieve nevicata, giustappunto per occultare quello scenario quasi arso, inusuale al periodo in cui si è. Colazione, carico bagagli, borse e perchè no... anche qualche rifornimento di fustini con succo di mela, prodotto tipico della val Pusteria. Poi dai ragazzi... foto di gruppo davanti al pullman, ma con una peculiarità: la neve fresca fresca! E via, tutti a bordo, oggi si va ad Anterselva, centro fondo tra i migliori (a mio parere) in tutto l'Alto Adige, per le opportunità che offre con diversi percorsi variegati, di tutte le difficoltà (bella la zona poligono con relativo stadio).

Ormai al terzo giorno dovremmo essere più vivi, più tonici, più pseudo-atletici. Intanto oggi il sole ci delizia.

Nelle gambe i km accumulati si fanno sentire, lo testimoniano le varie applicazioni dei my tracks personalizzati ed ognuno spara le sue distanze, pendenze, dislivelli. Insomma una sorta di vademecum della 3 giorni di fondo.

Esaurito tutto ciò con pausa relax "bombardino", rientro per Valma... il torpedone ci attende, motore e tepore in sintonia, poco dopo silenzio tombale sul pullman, saranno tutti scaburati???? Ma noo... *è un poo stracch...!!!*

Vasaloppet China

È la gran fondo di sci nordico in Cina inserita nel calendario Worldloppet da soli 2 anni.

Non era un nostro itinerario ambito.

Quando nel mese di Agosto dello scorso anno ci siamo incontrati con i nostri amici tedeschi che ci hanno detto che sarebbero andati in Cina per questa gara, ci abbiamo pensato.

Sarebbe stato un piacere incontrarli nuovamente sulle piste di sci.

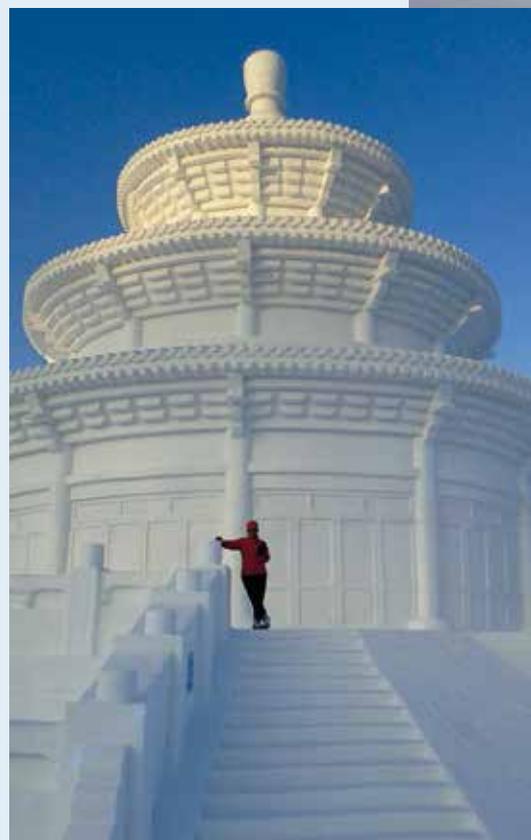
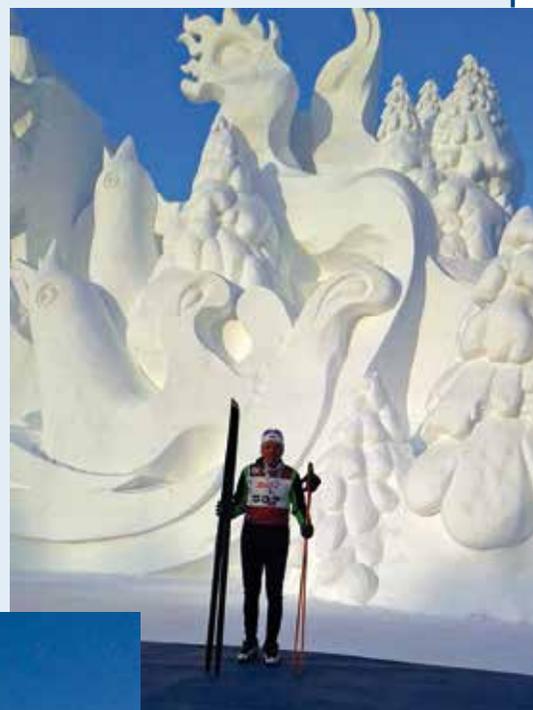
Ci siamo documentati sul luogo della gara e quando abbiamo visto anche le enormi sculture di neve abbiamo pensato che sarebbe potuto essere interessante.

Decidiamo di prenotare il volo, quindi di procedere alle pratiche burocratiche per la Cina.

Il 1° Gennaio siamo in volo per il lungo viaggio verso Pechino. Arrivati all'aeroporto di Pechino, dopo vari controlli, abbiamo preso un altro volo di circa 2 ore per il nord della Cina.

Le piste di sci, situate in un parco naturale, si trovano alla periferia della città di Changchun.

Come ogni anno la gara si svolge in concomitanza con



il concorso delle sculture di neve di grosse dimensioni, che raggiungono fino 30 metri di altezza e 50 metri di lunghezza: curate nei minimi particolari, lasciano tutti meravigliati.

La partenza della gara è sempre emozionante anche se il numero dei partecipanti non raggiunge quello delle gare europee.

La competizione si snoda tra laghi ghiacciati e foreste su un percorso di 25 Km da ripetere 2 volte. Dopo aver sciato qualche giorno ci siamo trasferiti per 3 giorni a Pechino per la visita della città.

Abbiamo potuto ammirare i luoghi più importanti della metropoli tra cui la Città Proibita, Piazza Tienanmen, gli impianti sportivi delle Olimpiadi 2008 e la Grande Muraglia.

Ancora una volta è stata una bella esperienza che abbiamo condiviso con amici tedeschi e scandinavi.

Giovanna e Renato

Abituiamoci all'agonismo con "Criterium"

Pietro Riva

Novembre. Siamo arrivati alle porte dell'inverno e per chi ama lo sci di fondo questo è il periodo da dedicare alla presciistica. Un po' di rafforzamenti e di ginnastica prepareranno i muscoli, logorati dall'intensa attività estiva, alla nuova stagione che si avvicina; potremo così iniziare a sciare con maggior vigore. Negli ultimi anni, grazie all'entrata in campo di alcuni giovani, è andato formandosi in seno all'Osa un gruppo agonistico vivace e vario con alcuni obiettivi in comune: "il Criterium della Brianza" ed il Campionato Sociale Osa, tra gli altri.



Il Criterium, in particolare, è un circuito di tre gare (4 febbraio S.Michele - Val Formazza; 11 febbraio 2018 S.Maria Maggiore - Val Vigizzo; 11 Marzo 2018 Bionaz - Val D'Aosta) organizzato da un gruppo di associazioni brianzole che da più di trent'anni - questa è la 32° edizione - ha lo scopo di promu-

vere lo sci di fondo non prettamente agonistico, un modo come un altro di ritrovarsi, competere in maniera sana e divertirsi senza troppe formalità e impegni.

La stagione scorsa ha visto l'Osa per la prima volta come società affiliata ed ha raggiunto, oltre a numerose vittorie individuali, un meraviglioso terzo posto di squadra. Tutti possono partecipare: mamme, papà, nonni e nonne, sorelle e zie, dai più piccoli ai più grandi. Le tabelle dei punteggi, che i nostri ragazzi conoscono a memoria, permettono a tutti di guadagnare punti per la squadra: chi ha voglia di faticare, tira; chi vuole prendersela più con comodo, finisce tranquillamente il suo percorso... tanto alla fine un piatto di minestra c'è per tutti, grazie ai ricchi buffet sempre allestiti a conclusione di ogni manifestazione.

Se mastichi un po' di sci di fondo e vuoi provare, non esitare a venire in sede a chiedere informazioni. L'occasione è giusta per mettersi alla prova e conoscere più da vicino il mondo dell'agonismo.

Parliamo ora di allenamento, un discorso che mi sta particolarmente a cuore. Con un pugno di agguerriti in tuta rossa, dall'inizio di dicembre in poi, ci ritroviamo spesso sulle piste dell'Engadina per degli allenamenti collegiali. Queste sedute sono particolarmente proficue, sia allo scopo di migliorare la tecnica e la prestazione, sia per l'aspetto psicologico di consolidamento del gruppo.

Per quanto riguarda la resa tecnica, grazie anche ai consigli di mio fratello Paolo, istruttore e allenatore FIS, ci dedichiamo particolarmente ad allenamenti basati più sulla qualità che sulla quantità, con l'obiettivo di migliorare la performance sulle gare relativamente brevi (5-10 km) e di perfezionare la tecnica di esecuzione e ripetizione automatica dei gesti.

Forse per la prima prova di gennaio saremo un po' ingolfati ma dopo pochi lavori di rifinitura la forma arriverà puntuale per far valere il nostro motto: "All very strong"!

Ci vediamo con gli sci stretti!!!

IL FILO ROSSO

Un filo rosso unisce l'Osa alla Nazionale italiana di fondo. Si chiama Paolo Riva. Per chi non lo sapesse il mio super fratellino Paolo, dopo essersi arruolato al "Centro Sportivo Esercito" di Courtmayeur a 16 anni ed essere transitato in tutte le nazionali di categoria - C, B ed infine squadra A - è da qualche anno al servizio come tecnico della squadra di Coppa del Mondo.

Federico Pellegrino, Francesco De Fabiani, Maicol Rastelli, Giandomenico Salvadori, Dietmar Neckler, Caterina Ganz, Ilaria Debertolis. Questa è la squadra di quest'anno che, in occasione della serata a loro dedicata da Sport Specialist un venerdì di novembre, a cui non ho potuto assistere per motivi di lavoro, è venuta a trovarmi direttamente in panificio per una bella foto di gruppo davanti al forno e a uno spuntino a base di frolline della casa. Abbiamo potuto così passare un po' di tempo direttamente a contatto con i nostri campioni per augurare loro una stagione fortunata e per fare quattro risate in amicizia.

A nome di tutti i fortunati che hanno potuto partecipare a questo piccolo evento per noi molto significativo voglio ringraziare il Maresciallo Paolo Riva e tutti i nostri campioni, per la loro simpatia e disponibilità: una squadra che vale "oro"!

Pietro Riva

Campionato italiano di marcia alpina

Giuseppe Piloni

Dopo una stagione molto negativa ci sono i campionati italiani per associazione: l'ultima speranza per salvare la stagione. A fine luglio inizio a chiedere chi parteciperà: c'è qualche conferma, qualche dubbio e molte rinunce, specialmente da parte dei ragazzi. Serve lasciar passare le ferie; al ritorno da S.Fosca riprendo i contatti e trovo anche delle sorprese: chi mi aveva detto di sì si è rimangiato la parola, qualcuno dice che è meglio rinunciare... La mia opinione è che bisogna partecipare anche quando non si è favoriti, anzi sportivamente è più giusto così. Sono un po' sfiduciato, riesco a recuperare qualcuno che non ha mai fatto gare di marcia; i ragazzi sono solo due e all'ultimo momento manca anche qualche uomo di punta. C'è chi parte il venerdì, tra questi anche mia moglie. Io sono un po' preoccupato perché di solito non sento il suono della sveglia e temo di rimanere a letto. Vado a dormire presto, dovendomi alzare alle cinque; non dormo tutta notte e alle quattro cado

in un sonno profondo... Chi deve partire con me si preoccupa: nonostante le numerose telefonate e il suono del campanello, non rispondo! Stanno per chiamare i carabinieri. Poi alle cinque e trenta mi entra in stanza mio figlio che mi sveglia e mi dice che sono rimasto a letto. Faccio tutto in fretta e ci facciamo anche qualche risata! A Bergamo mi accorgo che ho lasciato a casa la macchina fotografica, qualcuno dice che tanto non vinceremo: non servono foto. Io acconsento. Arrivati a Crespano ci prepariamo; qualcuno va istruito, essendo la prima volta che partecipa, altri corrono già da cinque o sei anni. La gara non è da prendere sottogamba: la salita è abbastanza impegnativa, nel quarto settore c'è da camminare. All'arrivo si ripete il solito rito: anticipo, ritardo, non abbiamo ancora visto i tempi ma siamo contenti del tipo di gara. Andiamo a sistemarci nel nostro alloggio a Paderno del Grappa, presso l'Istituto Filippin, una bellissima struttura, posto meraviglioso e ideale per questa manifestazione.

Usciti i tempi e le classifiche ci accorgiamo che non siamo andati proprio male, siamo secondi dietro la Società Vallio Terme; la fiducia in noi comincia ad aumentare. Dopo un'ottima cena andiamo a letto presto. La mattina colazione e trasferimento con i pullmini per la partenza della gara a coppie. Non impegnativa, ma difficile da marciare; attraversiamo dei luoghi bellissimi, che in passato sono stati teatro della Grande Guerra: intravediamo la Cima Grappa, entriamo nelle gallerie...

Per scaramanzia non voglio guardare i tempi; a pranzo scambiamo qualche opinione tra di noi. Quando salgo mi dicono che sono arrivato terzo e che molti di noi sono andati bene. Esplo- do per la felicità! Il problema è che al posto di fare salti di gioia sfogo l'emozione lasciandomi scappare qualche parolaccia... qualcuno mi avrà preso per pazzo! Vado a fare quattro passi per smaltire l'agitazione, trovo chi mi dice "avete vinto!" e poi incontro mia moglie: la abbraccio e mi commuovo scoppiando a piangere. Poi riprendo subito il controllo, ma è stata una vittoria inaspettata: abbiamo battuto le "corazzate bresciane", quelle che vivono per le gare di marcia e le farebbero tutti i giorni dell'anno. Tutto è girato per il verso giusto, abbiamo vinto con due soli ragazzi e questa vittoria l'abbiamo meritata molto più che in altre occasioni. Un ringraziamento lo devo fare a tutti gli atleti osini che si sono comportati in modo splendido, a partire dalle donne, il fiore all'occhiello dell'OSA, fino a quelli che hanno gareggiato per la prima volta per dare man forte al gruppo.

Personalmente, anche se sono sulla via del tramonto e ho già vinto diciassette titoli per associazione, ho avuto da questa vittoria una grande soddisfazione. Mi sono trovato a portare avanti un'iniziativa in cui nessuno credeva e la mia testardaggine è stata premiata!



7° Trofeo Giancarlo ed Emilio Ratti

Giuseppe Anghileri

Tra le innumerevoli attività promosse dall'Osa, la vecchia Coppa "Lucio e Pietro Vassena" è senza ombra di dubbio quella che più ha segnato ed accompagnato la storia della nostra società. È un appuntamento che ogni anno si rinnova con lo stesso entusiasmo della prima volta e che richiama tutti i soci ad impegnarsi per il successo di questa manifesta-

zione. Quest'anno poi in occasione di quella che - oggi Trofeo Ratti - risulta essere in effetti la 57° edizione, la nostra gara è valida quale 3° prova del Campionato Italiano Individuale della F.I.E., stimolandoci a un impegno organizzativo ancora maggiore.

Dopo mesi di preparativi i nostri soci marciatori vi aspettano con una gara che sarà come sempre emozionante e



coinvolgente. Ogni anno i concorrenti sempre numerosi vengono da tutta la Lombardia, Piemonte e Veneto nella nostra Valmadrera per scoprire un nuovo tracciato e ammirare i bellissimi panorami, dai nostri monti ai nostri laghi di Lecco e della Brianza.

Il percorso è stato individuato tenendo presenti le diverse categorie pronte a cimentarsi sui nostri sentieri. Ingredienti questi che contraddistinguono da sempre "Valmadrera" come una delle gare d'élite del calendario F.I.E.: bella, tosta, particolare, difficile da interpretare, sicuramente mai banale; salite e discese sono sempre un terno al lotto... per alcuni massacranti, per altri stramotivanti. Forse abbiamo accontentato pochi atleti e scontentato la maggior parte, ma ringraziamo tutti quelli che hanno preso il via, al di là del risultato: concludere una gara sulle nostre montagne è sempre qualcosa di speciale.

Anche quest'anno grazie a tutti quelli che hanno contribuito col loro lavoro e la loro passione, abbiamo cercato di fare qualcosa di importante per questa gara. Un grazie particolare a tutti gli sponsor e agli enti locali che credono in questa manifestazione, sostenendoci con il loro contributo. Grazie a tutti.

Categoria Ragazzi

1	BRAMBILLA GABRIELE	OSA VALMADRERA	354,00
2	SPEDICATO THOMAS	OSA VALMADRERA	475,00
3	TORRESAN RICCARDO	GSDS SAN ZENONE	561,00

Categoria Cadetti

1	BRAMBILLA STEFANO	OSA VALMADRERA	278,00
2	MACCARINELLI FEDERICO	SPAC PAITONE	352,00
3	FACOTTI RICCARDO	GS MARINELLI	578,00

Categoria Junior maschile

1	LOSA ALESSANDRO	GEF DINAMO	583,19
2	CHIARINI GIACOMO	GS ERMENEGILDO ZEGNA	814,19
3	MASSARDI ROBERTO	GAM VALLIO TERME	997,47

Categoria Senior femminile

1	CONFORTI CRISTINA	GSA REZZATO	148,22
2	CONFORTI ALESSANDRA	SPAC PAITONE	277,34
3	ZAPPULLA MARZIA	GAM ANA BIONE	332,09

Categoria Senior maschile

1	NEGRO CLAUDIO	APDG VILLARDORESE	133,41
2	ZILIOOTTO NATALINO	GSA POSSAGNO	138,43
3	TORRESAN PAOLO	GSDS SAN ZENONE	139,74

Categoria Master femminile

1	MANGILI GRAZIA	GAM ANA BIONE	67,56
2	ROVETTA MARINA	GAM VALLIO TERME	87,21
3	MANGANONI ELISABETTA	GS MARINELLI	203,31

Categoria Master maschile

1	BOLPAGNI DAMIANO	AS CAILINESE	104,41
2	RAGNOLI RENATO	SPAC PAITONE	111,89
3	GATTA FRANCO	GAM SAREZZO S.EMILIANO	124,36

Categoria Amatori femminile

1	MARTINELLI ANNAMERY	GS MARINELLI	248,81
2	MASSOLINI LUCIA	SPAC PAITONE	266,05
3	MEGGIORIN LILIANA	GAM SAREZZO S.EMILIANO	293,84

Categoria Amatori maschile

1	PEGURRI GIANMARIO	GS MARINELLI	176,07
2	PALINI MARIO	GSA SAN GIOVANNI	241,77
3	AGUSCIO ANGELO	ANA MAZZANO	246,57



Podio Amatori Maschile



Podio Senior Maschile



Podio Master Femminile



Podio Categoria Ragazzi



Silvana Dolli, presidente F.I.E. Lombardia, omaggia i familiari di Emilio e Giancarlo Ratti

BRAVO THOMAS !!!

Anche nel 2017 la marcia di regolarità non tradisce. Oltre alla vittoria dei campionati Italiani per Associazioni (di cui leggerete a parte) il giovanissimo Thomas Spedicato alla fine delle quattro prove valide, si è laureato Campione Italiano nella Cat. Ragazzi.

Il tutto è iniziato con un 2° posto il 2 Aprile a Mazzano (Bs), poi in quel di Villardora (To), il 23 Aprile, Thomas ha ottenuto un'importante vittoria. La terza prova la gioca in casa e, al 7° Trofeo Emilio

e Giancarlo Ratti che si è svolto a Valmadrera il 28 Maggio, si piazza ancora al 2° posto alle spalle dell'altro osino Gabriele Brambilla. Nella 4° ed ultima prova a San Giovanni Polavento (Bs) il 2 Luglio ottiene ancora un 3° posto che, con la somma dei piazzamenti, lo porta alla vittoria del Titolo Italiano! Grande gioia per l'OSA e non da meno per il "nonno" Franco. Buon sangue non mente!!!! Complimenti a Thomas, ed un augurio che questa vittoria sia da stimolo per traguardi ancora più ambiziosi.

Domenico Rusconi



Un Sociale di marcia innovativo...?

Domenico Rusconi

Come ormai da tradizione, gli ultimi week end di ottobre sono caratterizzati dallo svolgimento dei Campionati Sociali di Marcia e di Corsa in montagna.

È così che Domenica 22 Ottobre con partenza dalle scuole elementari di Via Leopardi si è svolto il Sociale di Marcia 2017.

Dopo un periodo di lunga siccità ero fiducioso nel proseguimento del bel tempo, il tutto era confermato da ben 4 App Meteo del mio Smartphone, ma la "sfortuna" ci perseguita... e come al solito ci siamo imbattuti in una domenica uggiosa e freddina che però non ha tolto niente alla gara.

Un gara di marcia in seno all'O.S.A. non è mai banale soprattutto se è un sociale. Dietro all'organizzazione c'è tanto lavoro e tanta passione di molte persone: di alcune che hanno contribuito a fare la "storia" dell'O.S.A. nella marcia di regolarità alpina e tante altre che quando sono chiamate a dare il loro contributo alle manifestazioni O.S.A. dicono sempre "Presente!!!". Questi sono i Volontari, categoria imprescindibile per la nostra società, senza il loro apporto nulla sarebbe possibile!

Ma veniamo alla gara. Ai nastri di partenza una quarantina di "osini" pronti a darsi battaglia su un percorso ostico e selettivo, e 6 coppie formate da ragazzi e alcuni genitori che si sono ci-

mentati nella gara Promozionale, volta ad avvicinare nuove leve a questa particolare disciplina.

Dopo qualche anno di titubanza e di non completa condivisione si sono introdotte le medie differenziate sui vari settori (come già avviene nelle gare di calendario F.I.E.), per dar modo a tutti di gareggiare scegliendo una media oraria (sulle tre proposte), consona al proprio stato di preparazione.

Come dicevo, il tracciato suddiviso in 5 settori ha messo a dura prova i partecipanti, sia sotto l'aspetto tecnico che fisico. Due belle e ripide salite e un terzo settore con un finale molto impegnativo hanno caratterizzato la gara sociale e dopo circa 10 Km, e quasi 2 ore di gara, la "bergamasca" di Alzano Lombardo NIVES GRITTI, vera fuoriclasse della disciplina, è la nuova campionessa sociale 2017 aggiudicandosi il 14° Trofeo Mario Cogliati a.m. - gentilmente offerto dall'amico e socio Battista Rusconi - e la medaglia d'oro in memoria del "presidentissimo" Modesto Castelli.

Alle sue spalle si sono classificati il veterano Pietro Villa e Raoul Brambilla.

In campo femminile, alle spalle di Nives, si sono piazzate Maria Poletti e Augusta Redaelli.

Anche quest'anno gli amici di Riccardo Crimella, storico organizzatore del sociale di marcia, hanno voluto ricordarlo con l'assegnazione di una meda-

glia d'oro a.m. sul primo settore (il più lungo della gara) e GianLuigi Butti con sole 3 penalità è risultato il migliore.

Nella gara promozionale la coppia della family Longhi (papà Daniele e figlio Michele) ha avuto la meglio sulle baby coppie formate da Sonia con Riccardo e Giorgia con Tommaso.

Nel pomeriggio la tradizionale "Buro-lata", il cui introito è stato devoluto in beneficenza, ha concluso la giornata.

Arrivederci, magari un po' più numerosi, al prossimo Sociale.

Categoria SENIORES MASCHILE

1	RUSCONI ANGELO	Pen. 170
2	BUTTI MAURIZIO	Pen. 173
3	RUSCONI ANDREA	Pen. 173
4	RUSCONI MARCO	Pen. 262
5	DELL'ORO LUCA	Pen. 532

Categoria AMATORI MASCHILE

1	VILLA PIETRO	Pen. 126
2	BRAMBILLA RAOUL	Pen. 132
3	STEFANONI MARIO	Pen. 135
4	VALSECCHI GIANPIERO	Pen. 152
5	CORTI FRANCO	Pen. 161

Categoria JUNIORES

1	DELL'ORO NICOLO'	Pen. 215
2	BRAMBILLA STEFANO	Pen. 269
3	MAGNI MICHELE	Pen. 315
4	DELL'ORO MATTIA	Pen. 361
5	SPEDICATO THOMAS	Pen. 562

Categoria FEMMINILE

1	GRITTI NIVES	Pen. 118
2	POLETTI MARIA	Pen. 151
3	REDAELLI AUGUSTA	Pen. 183
4	BRAMBILLA ALESSIA	Pen. 206
5	BONFANTI MARGHERITA	Pen. 226

GARA PROMOZIONALE

1	LONGHI DANIELE LONGHI MICHELE	Pen. 464
2	RUSCONI SONIA STUCCHI RICCARDO	Pen. 884
3	BUTTI TOMMASO PIFFARI GIORGIA	Pen. 984
4	BRAMBILLA GABRIELE PEREGO GIOVANNI	Pen. 1077
5	DE FUSCO ERSILIA SEYE AIDA	Pen. 1204
6	BIANCHI PAOLA PEREGO CECILIA	Pen. 1350



Campionato Sociale di corsa

Stefano Butti

Come consuetudine degli ultimi anni è S.Tomaso ad ospitare il campionato sociale di corsa in montagna. Starting list agguerrita e di buon livello, come forse mai era capitato in questi 10 e più anni: sta a testimoniare come il gruppo corse dell'O.S.A abbia fatto uno step in avanti con tanti giovani e giovanissimi provenienti anche da fuori paese! Veniamo alla gara. Percorso molto vario con salita dura, corribile, discese che lasciano presagire una battaglia fino all'ultimo metro! Inaspettatamente riesco a portarla a casa dopo una bella sfida con il presente e soprattutto futuro delle corse in montagna lecchese, azzurro allievo ai mondiali pugliesi di quest'anno: Andrea Rota! Il podio viene completato da Stefano Villa, anch'egli fresco vincitore della Bellagio Half sky race. Da segnalare la buona performance di Enrico Vassena, che chiude in 5^a posizione dietro un mai domo Dario Rigonelli! See you in 2018



CLASSIFICA GENERALE

1 BUTTI STEFANO	21.07,23
2 ROTA ANDREA	21.16,34
3 VILLA STEFANO	22.21,34
4 RIGONELLI DARIO	22.35,41
5 VASSENA ENRICO	22.36,66

Categoria FEMMINILE

1 POGLIANI LUCILLA	31.05,27
2 VALSECCHI LAURA	31.59,96
3 PILONI ROBERTA	33.30,50
4 LOCATELLI ROSI	33.34,94
5 BRAMBILLA ALESSIA	35.55,68

Categoria AMATORI

1 TEGIACCHI CARLO	27.00,86
2 MILESI GIORGIO	27.47,62
3 CASLINI ANGELO	27.59,17
4 BUTTI RENATO	28.36,88
5 RUSCONI GIANLUIGI	29.09,20

Categoria JUNIORES

1 ROTA ANDREA	21.16,34
2 TESTA ANDREA	27.03,94
3 RUSCONI LUCA	27.38,06
4 ALGHIERI GABRIELE	28.24,62
5 DELL'ORO MATTIA	29.12,96

Categoria SENIORES

1 BUTTI STEFANO	21.07,23
2 VILLA STEFANO	22.21,34
3 RIGONELLI DARIO	22.35,41
4 VASSENA ENRICO	22.36,66
5 PANZERI ANDREA	23.09,74

GARA PROMOZIONALE

1 MILESI LORENZO	14.34,54
2 MILESI LEONARDO	16.22,47
3 BRAMBILLA GABRIELE	16.46,45
4 LONGHI ARIELE	16.54,16
5 SPEDICATO THOMAS	21.20,75

Corsa a Coppie dell'Innominato

23/09/2017 Vercurago. Da raccontare! Eccomi in coppia con il mio strepitoso compagno di squadra Stefano Masciadri. Grinta e divertimento assicurato!!! Slalom iniziale tra le tante tantissime coppie, parto io con un allungo forse un po' azzardato per cercare di portarci subito più avanti (qui Stefano si sarà chiesto cosa stessi facendo e se ce l'avrei fatta poi) e ci troviamo in testa alle altre coppie miste, inseguiti alle calcagna dai fortissimi Davide e Chiara dei Bocia di Verano. Sto a fatica dietro a Stefano, che mi tira (e mi aspetta, è troppo forte ;-)). Su un divertente per-



corso con salite, tratti di bosco, scalinate e discese, in qualche modo seminiamo anche Davide e Chiara. All'ultima discesa Stefano mi rassicura "Siamo primi ormai" e io la butto là "Ora ci rimane da battere il record". In realtà non ricordavo neanche quale fosse il record da battere, ma alla fine tagliamo il traguardo, insieme, in una forte e fantastica stretta di mano e... record sia!!! Polverizziamo il record del percorso delle coppie miste ;-)! Grazie Stefano, è un onore e un piacere correre con te!

Sara Rapezzi

Serata ricca di emozioni all'Autotorino di Valmadrera: Trofeo Dario&Willy e scalata dell'Aconcagua di Nico Valsesia

Fabiana Rapezzi

In attesa del Trofeo Dario&Willy, a cui manca ormai meno di un mese, è passata anche la serata del 4 aprile 2017, che ha visto ospiti all'Autotorino di Valmadrera atleti e non atleti, appassionati della montagna, oltre al grande protagonista Nico Valsesia, un viaggiatore un po' particolare.

Conduttore della serata è stato Maurizio Torri, che ha introdotto l'evento passando subito la parola all'Assessore allo Sport Antonio Rusconi.

L'Assessore, socio "anonimo" dell'OSA, come si è definito egli stesso, ha fatto riflettere sul fatto che la Dario&Willy sia nata come semplice gara di corsa in montagna in ricordo di 2 giovani alpinisti valmadreresi, Dario Longhi e William Viola, deceduti a Livigno a causa di una valanga e sia poi diventata, nel corso degli anni, una skyrace prestigiosa nel territorio, ambita da diversi skyrunners.

La gara rappresenta anche un'opportunità per far conoscere le montagne valmadreresi, l'OSA, società organizzatrice e la sua attività, che non si limita solo alla corsa in montagna.

Inoltre quest'anno, pochi giorni prima, ci sarà l'inaugurazione del nuovo pratone di Parè, con la partenza dei primi battelli. La skyrace del 1° maggio sarà l'occasione perfetta per coinvolgere



più gente e mostrare a tutti la nuova area di Valmadrera.

In seguito, la proiezione del video della Dario&Willy 2016 ha portato tutti nel bel mezzo della gara, il ricordo dell'edizione passata è tornato vivo in tutti i partecipanti, alcuni dei quali si sono potuti riconoscere nel filmato. L'emozione in sala è subito salita alle stelle, incrementata dalle parole dei campioni dello scorso anno, Paolo Bert ed Emanuela Brizio, insieme alla testimonianza di alcuni runners.

Una lacrimuccia sarà sicuramente scesa dagli occhi della presidentessa OSA, Laura Valsecchi, che, come ha affermato Maurizio Torri, dà un tocco femminile, un pizzico di rosa a questa skyrace, insieme ovviamente alle altre donne OSA, sempre presenti, soprattutto quando si tratta di organizzare rinfreschi.

Laura ha ammesso che il filmato le ha fatto venire la pelle d'oca, come il 1° maggio dell'anno scorso, quando all'arrivo aspettava ed accoglieva ogni singolo concorrente. La presidentessa ha affermato che la Dario&Willy è una gara dura, ma proprio per questo dà una più grande soddisfazione.

Quest'anno sarà anche perfezionata rispetto all'anno scorso, perché il nuovo lungo lago di Parè sarà terminato e ci potrebbe anche essere una piccola sorpresa sulla collocazione dell'arrivo:

ancora nel piazzale dei posteggi, come nell'edizione passata, o in riva al lago? Ma ecco la novità di quest'anno.

Il Mini Vertical del Lâch, sabato 29 aprile 2017: una salita cronometrata di 446 metri di dislivello, da Parè, lungo "Ul Sentée del Lâch", fino alla chiesetta di S. Isidoro a Preguda. La partenza sarà libera, dalle 15.30 alle 16.30 del sabato. Perché, come ha osservato Laura, cosa fanno gli atleti sabato pomeriggio in attesa della gara? Un piccolo riscaldamento poco impegnativo.

Altra competizione sarà la Gara Promozionale Under 18: corsa di circa 5 km, riservata ai ragazzi dai 9 ai 17 anni, che si svolgerà lungo il percorso vita del centro sportivo Rio Torto, con partenza e arrivo sul lago a Parè. Lo start è previsto per le 10.30 di lunedì 1 maggio, dopo la partenza della skyrace.

La parola è quindi passata al grande ospite d'onore Nico Valsesia, che non è un atleta e neanche un alpinista, come ha affermato egli stesso, ma piuttosto un ciclista amatoriale, un corridore appassionato, un Viaggiatore. È amante dell'esperienza, uno scopritore a cui piace divertirsi e a cui interessa il contatto con le persone dei luoghi che raggiunge, la loro amicizia.

Oltre ad aver corso 5 volte la Race Across America, percorrendo in bici 4800 km dal Pacifico all'Atlantico, ha stabilito diversi record, tra i quali la



scalata dell'Aconcagua in Cile, partendo dal mare, dalla cittadina di Vina del Mar, fino alla vetta del monte più alto d'America a quasi 7000 m di altezza. In questa impresa Nico ha percorso 210 km in bici e 38 km di corsa in circa 22 ore. Stabilire il record è stata una questione di pochi minuti, l'incertezza è durata fino all'ultimo momento, ma è così che a Nico piace.

Questa esperienza è stata narrata nel film proiettato durante la serata, fra l'altro finito e pronto da una ventina di giorni e quindi mostrato quasi in anteprima martedì 4 aprile all'Autotorino.

L'impresa "da 0 (livello del mare) a ... (vetta)" ("from 0 to...") è un modo per dare importanza alla montagna ed esprime la metafora di ricominciare. In questo caso, come dice il titolo del filmato: from 0 to Aconcagua (7000).

Il film non racconta solo la scalata dell'Aconcagua, ma tutta la preparazione che c'è stata, a livello di organizzazione del team, di viaggio e adattamento corporeo alle condizioni di aria rarefatta. Si è proceduto per tentativi, ma sempre con grande spirito positivo e a volte anche scherzoso.

Di certo un'esperienza del genere non può essere improvvisata, come invece capita a volte ad alcuni skyrunchers per le loro gare.

La prima riunione del team è avvenuta mesi prima della partenza per l'America, a Milano. Fra i presenti c'era anche Giovanni Storti, comico del trio "Aldo, Giovanni e Giacomo".

Una volta giunti in America, Nico Valsesia ed il suo team hanno girato diversi luoghi, cercando le zone migliori dove poter acclimatarsi ed esercitarsi. Ogni giorno passato in alta quota era utile per abituare il corpo all'aria rarefatta. Il team si accampava ad una certa quota e Nico cercava di salire sempre più in alto. Non sempre le condizioni meteorologiche lo permettevano, spesso tempeste di neve, vento e nebbia impedivano a Nico di raggiungere il suo obiettivo, ma il giorno dopo era buono per compiere un altro tentativo. Lo spirito era quello di non arrendersi, di non mollare mai.

Dopo l'acclimatamento è giunta l'ora di decidere il gran giorno in cui effettuare la scalata dell'Aconcagua. Il fattore meteo è stato determinante, erano previsti per fine settimana 3 giorni di bel tempo, condizione eccezionale in quella zona, che non poteva non essere sfruttata.

Nico Valsesia è partito il 23 gennaio

2015 da Vina del Mar in Cile, a 0 m di altezza, ha percorso 210 km con 3800 m di dislivello in bicicletta e 38 km con 4000 m di dislivello di corsa. È stata una corsa contro il tempo in cui non sono mancate crisi ed alla fine Nico ha raggiunto la vetta dell'Aconcagua, a 6962 m di altezza, il 24 gennaio 2015 in 22 ore e 41 minuti. Questi i numeri del suo record!

Ma come è nata l'idea di questa impresa?

L'idea è nata dalla Race Across America, dagli amici con cui aveva condiviso quell'esperienza. La prima intenzione era quella di scalare il Monte Bianco e come pretesto per farlo Nico ha voluto provare a battere il record partendo da Genova fino

alla vetta. Dato che in quella occasione si era divertito, ha cercato un obiettivo un po' più alto: l'Aconcagua. E non è stato l'ultimo: dopo l'Aconcagua c'è stata la scalata del monte Elbrus in Russia. Nico ha percorso 525 km da Sulak, sul Mar Caspio, a - 29 metri rispetto al livello del mare, fino alla cima del Monte Elbrus, a 5642 metri di altezza, in 31 ore e 55 minuti.

È nata quindi l'idea "from 0 to..."; poiché per Nico il modo per dare importanza ad una montagna è salirla dal basso. E in ogni sua impresa, prende sempre un oggetto dal luogo di partenza e lo porta in vetta, come un omaggio alla montagna, dopo averla scalata da 0 senza avere aiuti.

Abitando in Val di Susa, Nico Valsesia era già nello spirito di scalatori di montagne e abbattitori di record. Infatti, sono stati in molti a tentare di abbattere il record di salita e anche discesa di Rocciamelone, monte "sopra casa" sua.

Ed è proprio su quel monte che Nico organizza il vertical K3: una cronoscalata di 3000 m di dislivello in meno di 10 km, quest'anno portata addirittura a 9,7 km. La data è fissata per il 29 luglio 2017, la partenza sarà dal castello di Susa, a 503 m di altezza e l'arrivo sulla cima di Rocciamelone, a 3538 m. Inoltre quest'anno la gara è parte del Vertical Kilometer World Circuit.

Tutte le imprese di Nico Valsesia sono

MAS ALTO QUE LOS CONDORES
FROM ZERO TO ACONCAGUA

Presentazione Trofeo Dario & Willy con
NICO VALSESIA

Martedì **4 APRILE** ore **20:45**

Conduce
MAURIZIO TORRI

Vi aspettiamo presso la Filiale Autotorino di Valmadrera (LC)
Via Como, 84 - Tel. 0341 213511

AUTOTORINO
SERVIZIO DI
www.autotorino.it

raccontate in un libro: "La fatica non esiste". Il titolo esprime il suo spirito nell'affrontare le avventure, anche se siamo sicuri che ogni tanto la fatica la sente anche lui.

Il libro è nato quasi per una questione di fortuna. Dopo aver stabilito il record della scalata del Monte Bianco, Nico è stato invitato da Fabio Fazio nella sua trasmissione e la gente ha cominciato a conoscere il personaggio. Successivamente è stato chiamato da Mondadori per scrivere un libro. Inizialmente un po' scettico, non essendo neanche scrittore, dopo aver ricevuto la proposta che il libro l'avrebbe scritto un altro, ha accettato. È uscito così, nel 2014, il libro delle avventure di Nico Valsesia, "La fatica non esiste", scritto dal giornalista Andrea Schiavon. A fine serata è stato possibile acquistarlo e farlo autografare dal grande protagonista.

Quale sarà il suo prossimo progetto?

La sua idea è quella di continuare la serie "from 0 to..." e ha già in previsione per giugno la scalata del Kilimangiaro in Tanzania.

Noi aspettiamo che realizzi questo altro record e intanto possiamo prepararci alla nostra piccola impresa: il trofeo Dario&Willy del 1° maggio 2017. Ovviamente la preparazione è cominciata subito, con lo squisito buffet organizzato dalle donne OSA che ha concluso allegramente la serata e ha dato a tutti una grande carica.

13° Trofeo Dario e Willy

Una sfida su un percorso vario e straordinario, impegnativo, sempre spettacolare, ma sempre diverso, dalla montagna al lago.

Una grande passione per la montagna, per la corsa, sentieri e passaggi da ammirare.

Una travolgente atmosfera di emozioni di atleti, tutti con i propri obiettivi piccoli o grandi, ma tutti importanti.

Un tifo strepitoso.

Fotografi sparsi sul percorso preparati ad incoraggiare tutti e cogliere particolari attimi con gli obiettivi delle loro macchine fotografiche.

L'amore e l'impegno di volontari che pensano a tutto, pronti ad accogliere, soccorrere, far riuscire una grande impresa.

E immancabile la gioia e la commozione nel vedere all'arrivo la presidentessa dell'OSA, Laura, pronta ad abbracciare tutti.

Una grande festa, grandi soddisfazioni, grandi emozioni.

E anche se la pioggia sembra non mancare mai, la grande volontà di organizzatori, atleti, tifosi, tutti non si fa fermare.

Tutto questo è il Trofeo Dario & Willy e molto non si può descrivere, ma lo si vive!

Sara Rapezzi

UNA SORPRESA INASPETTATA

Trofeo Dario & Willy, 1° maggio 2017...e che dire? Mille pensieri, mille paure ed incertezze, come prima di ogni gara...o forse qualche pensiero in più...

Uno dei tanti: la pioggia, ormai è un ospite fisso, anche se non invitato e non voluto (almeno da me). Però quest'anno ci è andata bene...siamo partiti senza pioggia, è arrivata dopo, non poteva certo perdersi il terzo tempo.

In ogni caso l'arrivo ha cancellato tutti i pensieri (o quasi). La vista di Laura, grande presidentessa, primo viso amico dietro alla linea del traguardo, in un attimo ti travolge di gioia e ti fa scordare tutto ciò che avevi in mente.

A parte l'ultima discesa, quella non si può scordare, non sai ancora come



I ragazzi della gara promozionale pronti alla partenza



La partenza degli atleti

hai fatto a restare in piedi e non scendere giù a rotoloni. Però ripensandoci è stata proprio la parte più divertente della gara!

Sono gli ultimi km prima dell'arrivo, nei quali però puoi sempre fare la differenza e se hai ancora un po' di carica riesci a tirare fuori il meglio di te. Superi gli ultimi avversari, anche qualcuno che non ti aspetteresti, che è stato ben davanti a te per tutta la gara...e ti senti quasi in colpa a superarlo...

ma ne hai ancora e sai che c'è qualcuno che ti aspetta all'arrivo...e vuoi raggiungerlo in fretta quel maledetto traguardo!

E finalmente arriva e ti riempie di emozione. Non riesci ancora bene a connettere, ma hai portato a termine la tua Dario & Willy.

Più tardi, calato il fervore della festa e arrivata la quiete (in realtà solo apparente perché dentro di te sei ancora in subbuglio) c'è ancora una sorpresa:





arriva l'arcobaleno! Un meraviglioso arcobaleno sopra il Monte Barro!

Fabiana Rapezzi

3-2-1 GO!!!

La squillante voce dello speaker Maurizio Torri come ogni anno dà il via alla nostra gara. Ho partecipato a tutte le edizioni del trofeo Dario & Willy, ma la voglia di primeggiare e di far bene davanti al pubblico di casa fa sì che la vigilia sia sempre carica di emozione. Quest'anno sono reduce da una lunga ed estenuante preparazione per finalizzare la Milano marathon che ahimè non è andata come speravo, ma poco importa siamo qua! Fin da subito le sensazioni e soprattutto la posizione in classifica è positiva, scollino in terza posizione al rifugio SEV ma consapevole che davanti a me la strada è ancora lunga. Infatti, all'altezza del Prasanto riesco ad agguantare la seconda posizione, stringo i denti, raggiungo il traguardo di Parè battuto solamente dal forte e giovane atleta elvetico De Lorenzi! Per il secondo anno consecutivo arrivo ad un passo dalla vittoria che mi lascia sensazioni contrastanti, da un lato la consapevolezza di essere ancora a discreti livelli e dall'altro l'amarezza per non essere riuscito a centrare la mia quarta vittoria nella gara di casa! Per



la cronaca il podio è stato completato dal premanese e grande amico Mattia Gianola. Un ringraziamento speciale ai volontari dell'O.S.A. che tutti gli anni rendono possibile il realizzarsi di questa bella manifestazione in ricordo di

due Grandi Amici, ed al pubblico di Valmadrera che nonostante il brutto tempo non fa mancare il proprio sostegno!

SEE you in 2018!!

Stefano Butti

CLASSIFICA GENERALE

1°	DELORENZI ROBERTO	TEAM VIBRAM	2:25:11
2°	BUTTI STEFANO	O.S.A. VALMADRERA	2:29:42
3°	GIANOLA MATTIA	AS PREMANA	2:32:35
4°	BELINGHIERI CLEMENTE	VALETUDO SKYRUNNING ITALIA RACER	2:32:56
5°	BONFANTI FABIO	RUNNERS BERGAMO	2:33:38

CLASSIFICHE PER CATEGORIE

Master Fem.	1°	BRIZIO EMANUELA	VALETUDO SKYRUNNING ITALIA RACER	3:03:22
	2°	BENEDETTI DEBORA	TEAM PASTURO ASD	3:12:27
	3°	ACQUISTAPACE MONIA	SPORT RACE VALTELLINA	3:17:21
	4°	ARRIGONI GIULIANA	ZENITHAL	3:24:53
	5°	LIZZOLI ANGELA	POLISPORTIVA PAGNONA	3:31:23
Senior Fem.	1°	BUZZONI LISA	TEAM LA SPORTIVA	2:56:48
	2°	ROTA DANIELA	TEAM WAA	3:06:41
	3°	RAPEZZI SARA	O.S.A. VALMADRERA	3:07:32
	4°	RAPEZZI FABIANA	O.S.A. VALMADRERA	3:11:25
	5°	BRAMBILLA MARTINA	CARVICO SKYRUNNING ASD	3:11:49
Junior Masc.	1°	DELORENZI ROBERTO	TEAM VIBRAM	2:25:11
	2°	VIAN ANDREA	EVOLUTION SPORT TEAM	2:59:01
	3°	RIVA MATTEO	POLISPORTIVA PAGNONA	3:06:25
	4°	BAZZOLI DIEGO	SKI ALP RONCONE	3:08:40
	5°	LAVELLI MARCO	LIBERO	3:30:47
Senior Masc.	1°	BUTTI STEFANO	O.S.A. VALMADRERA	2:29:42
	2°	GIANOLA MATTIA	AS PREMANA	2:32:35
	3°	POLI PAOLO	VALETUDO SKYRUNNING ITALIA RACER	2:35:00
	4°	SALA MORENO	SEC CIVATE	2:36:47
	5°	LONGHI MATTEO	VALETUDO SKYRUNNING ITALIA RACER	2:39:01
Master A	1°	RIGONELLI DARIO	O.S.A. VALMADRERA	2:42:02
	2°	ARRIGONI MATTEO	O.S.A. VALMADRERA	2:49:24
	3°	ARRIGONI LUCA	ALTITUDE RACE	2:55:36
	4°	CANALI GIUSEPPE	S.E.V. VALMADRERA	2:56:41
	5°	RIGONELLI DANIELE	O.S.A. VALMADRERA	2:57:13
Master B	1°	BELINGHIERI CLEMENTE	VALETUDO SKYRUNNING ITALIA RACER	2:32:56
	2°	BONFANTI FABIO	RUNNERS BERGAMO	2:33:38
	3°	ARTUSI ROBERTO	TEAM PASTURO ASD	2:37:13
	4°	MILANI PAOLO	O.S.A. VALMADRERA	2:51:56
	5°	ALOISIO MARCO	SPARTACUS THRIATLON LECCO	2:55:22
Master C	1°	RIGAMONTI ALESSANDRO	O.S.A. VALMADRERA	2:36:43
	2°	CASIRAGHI UMBERTO	O.S.A. VALMADRERA	2:50:12
	3°	FAVERIO RICCARDO	GS OROBIE	2:54:10
	4°	PIROVANO PAOLO	LIBERO	3:03:01
	5°	MERONI ALBERTO	RUNNING CLUB BELLINZONA	3:04:17
Veterani	1°	SIMONETTA COSTANTINO	ASD FALCHI	2:59:16
	2°	CASTELNOVO GIUSEPPE	SEC	2:59:26
	3°	CARRARA ELIO	ATLETICA VALLE BREMBANA	3:02:42
	4°	BELLATI MAURIZIO	A.S.PREMANA	3:02:47
	5°	SIGNORI MAURIZIO	A.S.D. GAN NEMBRO	3:02:47
Over 60	1°	CAMER PESCI FIORENZO	POLISPORTIVA ALBOSAGGIA	3:23:45
	2°	TARABINI SALVATORE	SPORT RACE VALTELLINA	3:24:18
	3°	BARONI ANTONIO	VALETUDO SKYRUNNING ITALIA RACER	3:25:17
	4°	SCUTTI ANTONIO	ATHLETIC TEAM LARIO COMO	3:30:04
	5°	BUZZONI WALTER	VALSASSINA TRAIL TEAM A.S.D.	3:35:05

49^a edizione

Gigia

I sentieri di montagna sono da sempre i percorsi abituali del Corso di Escursionismo giunto quest'anno alla 49^a edizione. Siamo alla vigilia di un anniversario importante per la nostra Associazione, che ha visto passare tanti ragazzi con le proprie famiglie. Noi accompagnatori cerchiamo di proporre percorsi semplici, perché la sicurezza è uno dei nostri principi per trascorrere in serenità una bella giornata.

La montagna educa, anche attraverso un piccolo sforzo o la fatica. Contribuisce a creare relazioni tra i ragazzi, favorendo valori che gli accompagnatori cercano di far apprezzare. La montagna è anche la riscoperta del mondo pastorale e contadino di generazioni che ci hanno preceduto. Ma è anche storia, arte, cultura e certamente natura! Ne sono testimonianza le numerose chiese e manufatti sparsi lungo i nostri pendii. E poi... la bellezza dei boschi, della flora coi mille colori dell'arcobaleno e della fauna che popola i monti, sorprendono e stupiscono i ragazzi. Anche noi che guidiamo i ragazzi durante le escursioni guardiamo con ammirazione ciò che in ogni stagione la natura ci mostra.

Mi auguro che sempre più ragazzi possano godere di tali bellezze con la frequentazione della montagna. Esprimo il mio personale GRAZIE di cuore a tutti, in particolare agli accompagnatori che come un'ottima squadra permettono la riuscita del corso.

Di seguito la testimonianza di alcuni dei partecipanti del 49° corso di Escursionismo O.S.A.



26 marzo 2017: Festa dell'amicizia a San Pietro al Monte

Domenica 26 marzo è iniziato il corso di escursionismo. Ci siamo incontrati nel piazzale di fronte al cimitero per formare le squadre. Noi facciamo parte della prima e della seconda squadra come aiuto accompagnatori: il nostro compito è di supporto e organizzazione giochi.

Nella prima squadra ci sono i bambini di 3^a elementare mentre nella seconda quelli di 4^a. Da Valmadrera ci siamo incamminati verso l'Orrido di Civate e abbiamo oltrepassato la Val Dell'Oro imboccando il sentiero per San Pietro. Arrivati alla meta abbiamo preso del thè caldo con torte e il caffè per gli accompagnatori. Entrati in basilica abbiamo seguito la spiegazione storica da parte dei volontari e partecipato alla Messa celebrata da don Tommaso e animata dagli educatori.

Finita la celebrazione siamo usciti sul pratone a mangiare. In seguito abbiamo giocato con gli accompagnatori e i ragazzi dell'oratorio. Verso metà pomeriggio abbiamo fatto ritorno a Valmadrera. La nostra esperienza di volontariato all'interno del Corso è senz'altro positiva.

Chiara, Mattia e Maddalena

Domenica ho fatto la mia prima uscita dell' O.S.A. Insieme all'oratorio siamo andati a San Pietro al monte e abbiamo visto la bellissima

abbazia. Abbiamo fatto la messa dentro questa chiesa con Don Tommaso poi abbiamo pranzato e giocato tutti insieme e mi sono divertita tantissimo. Alla fine è uscito anche il sole. Quando siamo tornati non vedevamo l'ora della prossima uscita per rivedere le mie amiche.

Emma Fiorentino



2 aprile 2017: il sentiero del viandante

Domenica 2 aprile 2017, siamo andati con l'Osa a fare un'escursione molto divertente ma anche curiosa e strana: il Sentiero del Viandante. La prima cosa che abbiamo visto al Borgo di Castello è stata un'alta torre da cui si vedeva il lago di Como e di Lecco. La torre di forma quadrata era tutta di pietra e si saliva da una scala a chiocciola molto lunga, erano circa 100 gradini.

Poi siamo arrivati alla Chiesa di San Tommaso di Canterbury dove c'erano delle antiche tombe, molto curate e preziose. Al suo interno c'erano numerosi affreschi, quello che mi ha colpito di più è stato il Santo protettore dei denti e delle malattie. Il nostro viaggio è continuato lungo un sentiero, con tanti gradini per salire.

Lungo il percorso abbiamo visto tanti crocus, denti di leone e molti minerali, tra cui la mica. La mica è un minerale che può essere incastonato nei sassi e si sfalda a forma di foglie che sembrano di plastica.

Ci siamo fermati a mangiare vicino alla chiesetta di S. Rocco, mi sono divertito perché ho giocato con i miei compagni di escursione a cercare minerali e a spaccare pietre per vedere cosa c'era dentro.

Siamo ripartiti ancora salendo verso la vetta e poi siamo scesi in un grande prato dove abbiamo visto un camoscio nascosto nelle sterpaglie, che si è fatto vedere senza scappare.

Infine siamo arrivati in un prato dove la Gigia ci ha dato un sacchetto di caramelle per ricaricarci, per cinque minuti c'è stato un piccolo acquazzone, e così siamo scesi di corsa per paura di essere bagnati.

Questa gita è stata molto divertente e bella e non vedo l'ora di farne un'altra.

Giovanni Perego

Il 2 aprile 2017 tutti pronti alla partenza per l'uscita sul Sentiero del Viandante. Dopo un pezzo di strada in pullman ci siamo fermati a Dervio dove siamo saliti su una torre quadrata dove un ex insegnante si è offerto di spiegarci a cosa serviva... che bel panorama da lassù!

Dopo una breve pausa ci siamo incamminati verso la chiesa di San Tommaso. Entrati, l'insegnante ci ha spiegato cosa rappresentavano gli affreschi sulle pareti della chiesa.

Quando siamo ripartiti ci siamo incamminati verso la chiesa di San Rocco. Abbiamo fatto una lunga salita e arrivati al ristoro abbiamo mangiato e ci è stato offerto il té. Dopo aver giocato per un'oretta circa ci siamo incamminati per scendere giù verso Colico e abbiamo incontrato un camoscio. Arrivati al pullman siamo ritornati a Valmadrera.

Questa gita è stata molto bella e divertente perché abbiamo visto un panorama stupendo sul lago, mi sono divertita tanto a stare con i miei amici.

Giulia Butti



25 aprile 2017: Corni di Canzo

Siamo partiti alle ore 8.30 dal piazzale della scuola Giacomo Leopardi con un tempo nuvoloso e umido che non prometteva niente di buono. La nostra meta era il rifugio SEV di Pianezzo.

Salendo per la mulattiera che porta a S. Tomaso ad un certo punto ci siamo fermati per bere alla fontanella della Vars. Abbiamo ripreso il cammino lungo la mulattiera ed arrivati ad una rampa abbiamo imboccato un sentiero fra gli alberi. Lungo il cammino mi piaceva scoprire nuovi fiori di montagna o chiacchierare con l'unica donna del mio gruppo, Rossana!

Abbiamo fatto una breve sosta di dieci minuti per indossare i k-way perché, come previsto, iniziava a piovere.

Abbiamo proseguito sotto una tipica pioggia primaverile con temperature invernali, facendo una pausa al sasso di Culon, dove l'accompagnatore Beppe ci ha spiegato l'utilizzo dei massi e la loro provenienza.

Tornati sul sentiero, abbiamo continuato a camminare fino a Sambrosera; durante i trenta minuti di sosta, la pioggia ci ha graziati. Come di consueto, la Gigia ha distribuito le caramelle e, dato il brutto tempo, si è deciso di cambiare la meta: da Pianezzo a S. Tomaso.

Percorrendo dei sentierini scoscesi siamo arrivati ad una fontanella con tazzone e catenella; qui abbiamo bevuto l'acqua fresca della sorgente e ci siamo riposati per una decina di minuti.

Abbiamo proseguito in discesa verso S. Tomaso, percorrendo sentieri con sassi scivolosi.

In questa fase un po' impegnativa i nostri accompagnatori erano molto attenti a suggerirci dove mettere i piedi.

Siamo giunti al Taja sas dove Gigia, approfittando della sosta ci ha spiegato come si tagliavano i massi e perché. Proseguendo il cammino cominciamo a vedere il rifugio di S. Tomaso: evviva!!

Entrati nel rifugio OSA abbiamo bevuto un buon té caldo e abbiamo mangiato il meritatissimo pranzo al sacco.

Nel pomeriggio ci siamo fermati per un paio d'ore a S. Tomaso: qui liberamente abbiamo avuto la possibilità di visitare il museo agricolo, che contiene gli attrezzi antichi da lavoro e ricostruzioni di stanze delle masserie. C'era chi giocava a calcio nel pratone, chi guardava gli animali, anche se io personalmente avrei preferito una partitina a pallavolo.

Gigia ci ha distribuito i ghiaccioli che avremmo apprezzato di più con un clima più mite, ma chi poteva immaginarlo!

Intorno alle quattro siamo ripartiti per scendere al punto di partenza, percorrendo la mulattiera.

Verso le 17 siamo arrivati e dopo un breve saluto agli amici e agli accompagnatori, siamo tornati a casa.

Chiara De Angelis

14 maggio 2017: Monte Palanzone

Una giornata spesa bene

I bus ci aspettano al piazzale del mercato e dopo un breve viaggio, grazie all'abilità e all'esperienza degli autisti, arriviamo a Caglio e precisamente sul piazzale del santuario della Madonna di Campoe'.

Da qui inizia la nostra escursione per raggiungere il monte Palanzone, cima del triangolo lariano; è la seconda vetta più alta sorpassata solamente dal Monte S.Primo (1685 m). Strada facendo non è mancato qualche problema per mancanza d'allenamento o per colpa delle scarpe nuove. Anche se è costato dover tornare indietro, pensiamo che lo spirito degli accompagnatori sia quello di aiutare i bambini e di partecipare al corso anche se non si raggiunge la meta.

Dopo alcuni saliscendi e pause per riprendere fiato, lo sguardo spazia su tutto il triangolo lariano, peccato che la situazione meteo non sia clemente, ma questo può essere motivo per ritornare.

Ecco, ci accoglie la vetta del Palanzone con la famosa piramide circondata da una recinzione, vi entriamo, così ci si può sedere sul prato senza calpestare gli escrementi ovini.

Alleggerito lo zaino dalle cibarie, ci prepariamo per la discesa destinazione Enco, percorso a volte ripido altre stretto e pianeggiante, che costringe il gruppo a procedere con attenzione in fila indiana.

La piana e il castagneto di Enco non sono generosi di fontane d'acqua, elemento primario e indispensabile per i ragazzi. Questo fatto è stato risolto dagli accompagnatori approvvigionandosi dal vicino agriturismo.

Sono seguiti momenti di pausa e di gioco organizzato o inventato dai ragazzi.

Lasciamo il castagneto di Enco famoso per essere ben tenuto e dove ogni pianta è contraddistinta da un numero che ne identifica il proprietario. Finalmente scendiamo in un vallone percorso da un torrente affluente del Lambro dove possiamo ammirare delle curiose architetture naturali, volgarmente chiamate funghi di terra o piramidi in erosione: queste hanno origine dal progressivo dilavamento, prodotto dalle acque piovane, dei depositi morenici abbandonati dai ghiacciai quaternari e del loro ritiro. Usciti dal vallone dei funghi d'argilla, una bella e generosa fontana ci disseta e incoraggia per affrontare gli ultimi cento metri di dislivello per raggiungere il bus al parcheggio prima del temporale.

Per rispondere al titolo "una giornata spesa bene": quando stai con i ragazzi e insieme ai giovani e li guardi con l'occhio dell'adulto, impari ad essere giovane; "fortunata": siamo riusciti a salire sul bus prima del temporale!

Accompagnatori squadra 4

Finalmente una giornata di sole! Domenica 14 maggio siamo partiti dal piazzale del mercato alle ore 8,00, destinazione Caglio, per salire al monte Palanzone. Eravamo davvero numerosi! La salita è stata impegnativa, lunga e ripida. Fin dall'inizio riuscivamo a vedere in lontananza la nostra meta: un obelisco in vetta al monte. Man mano si saliva eravamo avvolti dalle nuvole. Arrivati in cima verso mezzogiorno ci siamo seduti a mangiare. Di tanto in tanto il sole faceva capolino e ci permetteva di avere una vista sul lago e sul paesaggio sottostante.

Verso l'una siamo ripartiti avendo da percorrere ancora un lungo sentiero. Al castagneto di Rezzago ci siamo riposati e abbiamo fatto rifornimento di acqua nell'agriturismo vicino. Nel nostro scendere verso il pullman abbiamo potuto osservare i funghi di terra, fenomeni dovuti all'erosione degli agenti atmosferici. Appena saliti sui nostri mezzi ha iniziato a piovare. Tornati a casa eravamo stanchi ma contenti di aver trascorso una bella giornata. Noi ragazzi più grandi quest'anno aiutiamo gli accompagnatori e siamo contenti di questa opportunità.

*Stefano Longhi
e Maddalena Bassani*



21 maggio 2017: Premana, Premaniga, Solino

Domenica 21 maggio siamo partiti da piazza del mercato con il pullman: destinazione Valvarrone. La giornata già prometteva bene: cielo azzurro e un leggero venticello ci avrebbero accompagnati. Dopo un'ora e mezza circa siamo arrivati a Premana. Scesi dal pullman ci siamo radunati per gruppi e avviati per il sentiero. Il panorama mozzafiato non ci faceva sentire la stanchezza, dopo circa due ore ci siamo fermati a bere il tè offerto dall'O.S.A., era buonissimo. Dopo la sosta siamo ripartiti e giunti a Premaniga. Qui abbiamo pranzato e alcuni di noi hanno giocato a ruba bandiera. Verso le ore 13.30 ci siamo messi in marcia per andare a Solino. Arrivati ci siamo rilassati un attimo e Gigia ci ha raccontato la storia degli alpeggi che vennero costruiti con le pietre della cava nelle vicinanze. E' stata una giornata fantastica. Siamo rimasti immersi nella natura tutto il tempo. E' bellissimo condividere con altri ragazzi le meraviglie di questi paesaggi. Un'unica pecca il traffico al rientro che ci ha fatto tardare di un'ora!

Giuseppe Ratti

Siamo partiti da Valmadrera (piazza del mercato) alle ore 8,00 direzione Premana. Dopo un lungo viaggio siamo arrivati, da qui abbiamo camminato per un'ora abbondante fino all'alpeggio di Premaniga. Arrivati sul posto una signora dell'O.S.A. ha preparato il tè per tutti e dopo aver mangiato siamo saliti all'alpe Solino dove abbiamo ammirato il panorama e fatto una piccola pausa. Ci siamo poi incamminati verso il pullman che ci hanno riportato a Valmadrera.

Davide Corti e Mattia Butti



2 giugno 2017: Raduno dei corsi F.I.E.

Il 2 giugno "Festa della Repubblica". Siamo andati a Macugnaga, ai piedi del Monte Rosa (4634m). Circa alle 09:00 il pullman ci ha lasciato a Pecetto (1383m), dove la F.I.E. ci ha preparato la colazione che consisteva in un tè e in una brioches vuota o ripiena di albicocca. Poi ci siamo incamminati e una signora ci ha spiegato che Macugnaga non è un paesino solo. 15 anni fa, nel "2003", c'è stato molto caldo e ha sciolto molto ghiaccio e neve, facendo arrivare 50 000 metri cubi di acqua (52 campi di calcio "standard") nella valle. Proseguendo un signore ci ha spiegato che molti anni fa ci fu un incendio che bruciò tutte le case perché erano totalmente in legno e tutte attaccate; allora poi le rifecero ma distanti per sicurezza. Dietro la vecchia chiesa, col suo cimitero, si trova un albero secolare di circa 700 anni. Andando avanti nel nostro cammino abbiamo raggiunto la nostra meta, il raduno F.I.E.. Dopo i vari giochi e mangiate, la F.I.E. ha dato a Gigia e agli altri coordinatori di altri gruppi uno zaino con dentro degli opuscoli e per i ragazzi delle bende multiuso, gialle o bianche, "scalda collo, braccialetto, bandana..." Alla fine siamo saliti sul pullman, direzione Valmadrera.



Davide Rota



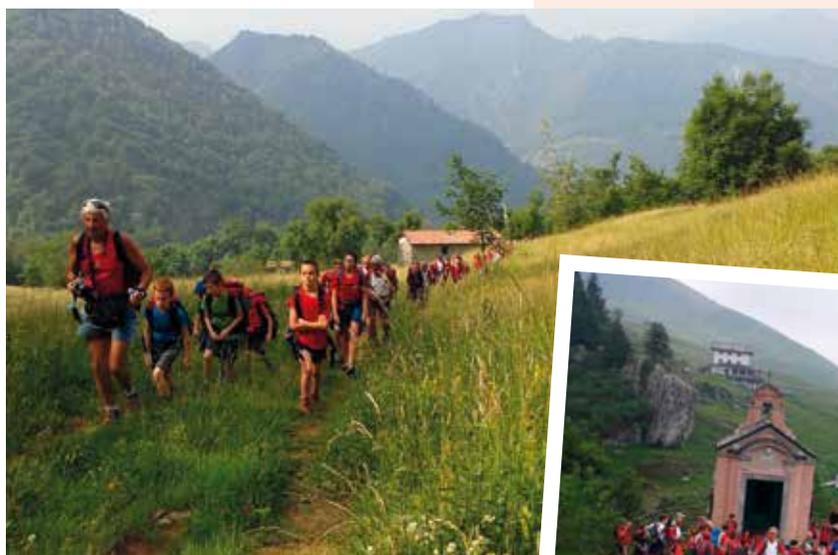
11 giugno 2017: Piani di Artavaggio

Domenica 11 giugno uscita conclusiva del corso di escursionismo ad Artavaggio. Anche in questa occasione si è avuta la conferma che il tempo per quest'anno è stato favorevole, clima ideale per trascorrere giornate piacevoli in compagnia dei nostri ragazzi.

L'escursione ad Artavaggio è stata la più impegnativa, non per quanto riguarda il percorso, ma il tempo di percorrenza. Siamo comunque arrivati per pranzo e ci siamo goduti un grande pianoro erboso dove si è potuto anche giocare, saltare, rotolare. Nel pomeriggio abbiamo raggiunto il Rif. Nicola a quasi 1900 m/slm.

È stata una bella esperienza condivisa tra gli accompagnatori al servizio dei ragazzi. Andare in montagna è lezione di vita; rispetto, ambiente, fatica, condivisione e tanta soddisfazione per la meta raggiunta. Al prossimo anno!

Sandra



Val Martello: la valle delle fragole!

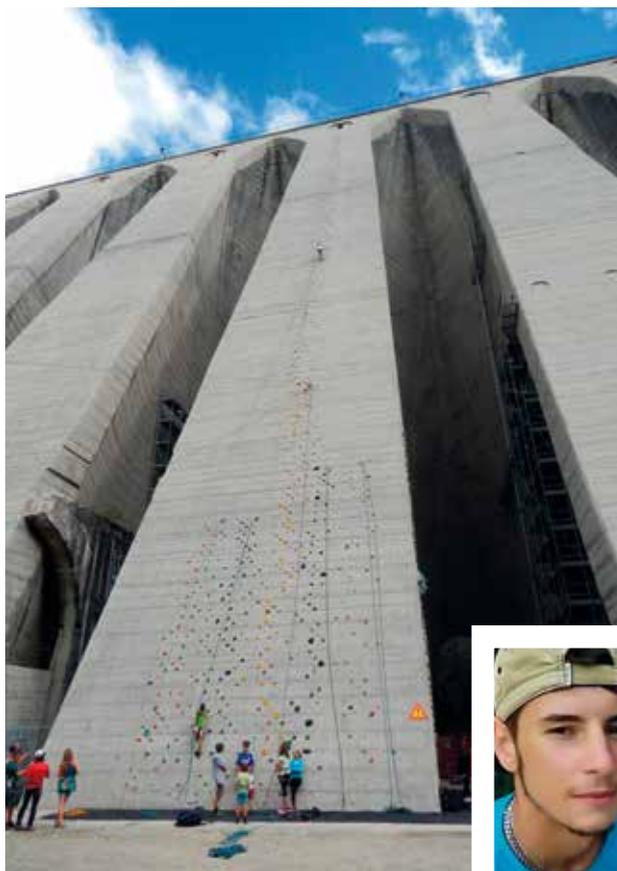
Carlo Tegiacchi

La Val Martello è una bellissima valle che si trova nel Parco Nazionale dello Stelvio con un'altitudine che va dai 900 ai 1800 metri s.l.m. Il suo clima è asciutto e secco e questo favorisce la coltivazione delle fragole. Risalendo in bicicletta sei avvolto dal loro da un profumo invitante. E questo ti porta ad acquistarne parecchie!!

La Val Martello è attraversata dal rio Plima che si alimenta grazie allo sciogliersi dei ghiacciai del Cevedale. Fu proprio questo a causare diverse alluvioni, la più famosa fu quella del 1891. Infatti risale a quell'epoca la costruzione di una diga, la cui imponente struttura è ancora oggi largamente visibile



formata da enormi blocchi di pietra, ad oggi tutti si chiedono come abbiano potuto trasportare questi blocchi. La diga alla sua base ha una grande



apertura rotonda; se il fiume si ingrossa, l'acqua ristagna e defluisce lentamente. Mentre l'altra diga più a valle, costruita nel 1956, laddove si esten-

de il lago artificiale del Gioveretto, serve ad alimentare la centrale idroelettrica di Lasa. Proprio qui su questi enormi muri lisci, sono state tracciate diverse vie di arrampicata con le prese artificiali. La via più lunga raggiunge gli 80 m, alla sommità della diga (ma non pensate di sbucare fuori, dovete ridiscendere in doppia!) Questa è stata la nuova località del campeggio. Un luogo nuovo e quasi incantato, la Val Martello, è una meraviglia



In vetta a Punta Lasa

di montagne, di verde e di fragole. Inizialmente sembra una vallata poco battuta dal turismo, invece c'è sempre un viavai di macchine e di ciclisti.

Il bello della vita da campeggio è il decidere giornalmente la meta per il giorno seguente. Qui puoi spaziare dalla semplice cima, ai 3769 m. del Cevedale, al giretto in mountain bike



senza annoiarsi. Quando ci sono gli amici, nulla serve. Ricordo, tra le tante avventure, la nottata in tenda alla Cima Tre Cannoni con i suoi 3269 m. con un vento terrificante e una stellata da cartolina. Questo è il mio campeggio! Sempre divertente e avventuroso. Qui le escursioni sono infinite! L'ideale sarebbe riuscire a trascorrere le quattro settimane, ma non sempre è possibile. Qualcuno però è riuscito: Simone, Luca e Chiara. Ora vi invito per il prossimo anno a partecipare al campeggio ma non come semplici turisti, come ospiti campeggiatori!



o bici da corsa, magari fino al Passo dello Stelvio, al pomeriggio rilassante arrampicando alla diga oppure visitando la ditta della Forst, la famosa birra della Val Venosta; per chi rimane in campeggio la classica partita a pallavolo. Qui non ci si annoia mai! Il tempo è quasi sempre bello, asciutto e non freddo.

Il campeggio Osa è da sempre un'attività giovanile e movimentata ed è attualmente una delle uniche attività in cui il 50% dei campeggiatori sono ragazzi giovani. È bellissimo vederli aiutare a montare e smontare il campeggio, hanno una passione che ti coinvolge e ti spinge a cercare nuove località solo per accontentarli. Loro sono il futuro della nostra società. Qui riescono a fare gruppo! Si trovano per una semplice serata in pineta, con una bella grigliata, oppure si inventano una tendata sulle rive del lago. Eravamo distanti dal centro, ma i ragazzi sono sempre riusciti a rimanere in gruppo



Al rifugio Martello

Escursioni 2017

Giuseppe Piloni

Nel programma di gite del tempo libero ci sono alcune località che sono ormai diventate mete fisse: il rifugio SEC, Saint Moritz in occasione della Skimarathon, il Bivacco Anghileri-Rusconi.

Quest'anno abbiamo avuto delle defezioni: gente in gran forma colpita all'improvviso da malanni abbastanza seri, operazioni, mal di schiena, disturbi di vecchiaia... E nonostante tutto è stato un anno positivo per la partecipazione. Siamo ritornati a organizzare le gite in autobus: sono andate molto bene quella al mare, in Liguria, e quella in Engadina, mentre per le altre abbiamo fatto un po' fatica.

Marzo

Gita in autobus: **Maloja - Saint Moritz**. Qualcuno si muove a piedi, ma è ancora tempo di sci di fondo. Percorriamo sugli sci tutto il lago del Maloja e Silvaplana. Facciamo tappa per visitare gli stand della Skimarathon. Di nuovo in Engadina. Dal Maloja an-



Sci di fondo in Engadina



Al Rifugio Longo



Piz Lunghin

diamo al **lago Cavloc** e proseguiamo fino a **Plan Canin**.

Sulle nostre montagne: partiamo da Camaggiore per raggiungere l'**Alpe Giumello**

Aprile

Il sentiero Dario e Willy ci porta al **Rifugio SEC** dove gli amici di Civate, capitanati

da Gaspare, ci preparano un buon pranzo.

Emigriamo in provincia di Bergamo. Da Carenno saliamo a **Boccio** e al **Pertus** e scendiamo per un bel bosco di faggi al **Santuario della Corna Busa**.

Gita in autobus: **Nervi - Camogli**. La traversata ci conduce per i borghi di Bogliasco, Sori e Recco, fino a Camogli, uno dei più bei borghi della Liguria: chi fa il bagno, chi prende il sole e chi fotografa!

Maggio

Uscita in autobus: prima meta **Rifugio Calvi**, per poi attraversare al **rifugio**



Traversata da Nervi a Camogli

Longo. Troviamo molta neve. È bello vedere posti nuovi, quelli delle Orobie che frequentiamo raramente.

Saliamo al **Grignone** dal versante del Cainallo. Troviamo parecchia neve e la salita al Brioschi si fa impegnativa.

Giugno

In Engadina puntiamo a un quasi tremila: sopra al villaggio di Grevasalvas verso i 2780 metri del **Piz Lunghin**.

Bivacco Anghileri-Rusconi. Ne approfittiamo per fare pulizia e sostituire le lenzuola. Un bel gruppo sale alla cima Osa (3080m) e di ritorno al Bivacco troviamo i nostri amici bergamaschi della Marinelli; facciamo la solita foto di rito.

Gita in autobus: torniamo in Engadina per la traversata **Maloja - Septimerpass - Casaccia**, passando per il lago Lunghin. Con molta neve, il lungo percorso mette a dura prova i meno allenati.

Le condizioni di buon innevamento ci spingono a salire il **Pizzo Scalino**, un classico tremila della Valmalenco. Al



Pizzo Quader

rifugio Cristina ci ritroviamo con un gruppo che si era invece diretto ai laghi di Campagneda.

Luglio

Piz Vadret, tremila dell'Engadina nelle vicinanze del Rifugio Segantini
Uscita in autobus: da **Madesimo al Rifugio Bertacchi**, quindi al **passo Nemiet**, al confine con la Svizzera. Un gruppo sale anche alla cima dello Spadolazzo; per scendere al lago Nero e alla diga di Monte Spluga prendiamo il sentiero del Cardinello che ci porta a Isola.

Il tempo è incerto e dirottiamo in Val Gerola con la salita al **Rifugio Benigni**. Ritorniamo in Engadina per salire il **Pizzo Albana**. Arriviamo quasi sulla cima ma troviamo le roccette con un po' di neve: sono bagnate, decidiamo di ripiegare. Andiamo al **Pizzo Surley**, la montagna sopra l'abitato

di Silvaplana. Mentre un gruppo punta alla cima, un altro va al rifugio che offre uno splendido panorama sul Gruppo del Bernina.

Settembre

Al ritorno da Santa Fosca la prima uscita è in **Valle Spluga**, al **Bivacco Cecchini** con salita alla cima di **Val Loga**. Tempo incerto dirottiamo sulle nostre montagne con il giro del **Resegone**.



Cima Val Loga



Nei pressi del Rifugio Segantini



Scendendo dal Pizzo Scalino

Dopo una bella nevicata in montagna saliamo al Diavolezza, puntando al **Pizzo Quader**: scenario invernale con quaranta centimetri di neve fresca. Grande soddisfazione per Giuseppe Riva che raggiunge il suo primo tremila dopo l'operazione.
In zona Chiavenna: da Olmo saliamo all'**Alpe Lendine**, quindi al **Bivacco Val Capra**. Da Uschione saliamo al **lago del Grillo**, un bellissimo laghetto, anche se piccolo. Nella discesa ci divertiamo nella raccolta delle castagne.

Ottobre

Ritorniamo al **Bivacco Anghileri-Rusconi**. Poi un gruppo prosegue al **Pizzo Fontana** (3070m), l'altro alla cima **Osa** (3080m) La **val di Mello** è sempre stupenda in autunno. Saliamo al rifugio **Giannetti** senza trovare neve e con grande sorpresa seguiamo una coppia di ermellini con il cucciolo che scorrazzano da un sasso all'altro.

Novembre

Alcune uscite sulle nostre montagne: **San Martino**, **Crocione** e **Sentiero dei Pizzetti**; rifugio **Griera**, sotto la cima del Monte Legnone. Chiudiamo con due gite sugli sci da fondo in **Engadina**.



In Valle Spluga

Moria di salmoni

Ancora qualche fake stories su salmoni⁽¹⁾ e cavedani⁽²⁾

Certo l'anno 2017 va considerato nefasto per i salmoni. Preciso subito che per moria non intendo la dipartita, per quella c'è ancora tanto tempo. Parlo invece di quelle lesioni fisiche che comportano una prolungata inattività alpinistica, quindi problematiche legate all'usura delle cerniere, ginocchia, spalle, anche, ernie e molto molto molto molto altro ancora.

"Si sta come d'autunno sugli alberi le pere". Questa è la poesia che reputo appropriata per descrivere cosa è successo nel loro mondo in questo ultimo anno. Vengono giù uno dopo l'altro, fanno il botto e fanno notizia. Da salmoni a salmonella!

A.G. - F.U. - R.S. - G.T. - C.T. - M.C. - A.T. - T.R. - S.A. - F.S. ... tutti salmoni autori del "salto quantico". Sono passati da un livello di alta energia a uno stato di energia quasi zero. Per la legge sulla conservazione, l'hanno fatto emettendo una serie di insulti irripetibili che ancora girano per la galassia.

Ho avuto la sfortuna di assistere in diretta ad alcuni dei decadimenti. I poveretti si sono pietrificati in posizioni bizzarre: un piede dietro l'orecchio, gambe

annodate, rotule che rotolano a valle, posizioni erotiche... Colpi della strega rovinosi e catastrofici!! Ma le ultime streghe non sono state arrostate qualche centinaio di anni fa?

Quando capita, e ultimamente capita sovente, nel GTL si è naturalizzata la procedura per il recupero:

- Il salmone appena sderenato deve essere coccolato, coperto e tenuto al caldo o al freddo (alla bisogna). Viene visitato da un nostro infermiere professionale che può dargli anche la consolazione del caffè.
- Due o tre omaccioni, i più prestanti, sono incaricati di sollevarlo, scaraventarlo delicatamente nel bagagliaio del pulmino OSA, assieme a zaini, scarponi profumati, sci ecc.
- Viene poi bloccato con cordini e moschettoni nella posizione di minor sofferenza fino al parcheggio della chiesa di Santo Spirito, luogo abituale di ritrovo.
- Sradicato fuori dal mezzo e consegnato ai parenti.

Nelle prime fasi del ritorno, ai primi sobbalzi, il tapino disturba il sonno dei passeggeri con ragli e latrati, ma poi si acquieta o sviene (chi lo sa?) e non rompe più.

Al parcheggio non è inusuale trovare un tignoso gruppetto di fisioterapisti che si azzuffano per chi deve spennare il pollo per primo. Qualche carognetta ha fatto la telefonata e riceverà i trenta denari.

Ho le mie teorie! Questi signori così prestanti sono "costruiti" con materiali particolarmente coriacei, duri, e questo è indubbiamente un vantaggio sotto l'aspetto sportivo, ma diventa un dramma quando

in una qualsiasi articolazione, per fatica, parte la cricca (sbrego). Non si arresta più e viaggia velocemente come un torrente di montagna impe-

tuoso, fino a far fuori l'organo colpito. Nei cavedani la propagazione di una cricca è meno traumatica. Noi siamo più morbidi, più pastosi, meno cattivi con noi stessi, e lo sbrego tende a disperdersi in rivoli, dividendosi per poi arrestarsi come il delta di un fiume in una foce fangosa, preservando così una parte dell'articolazione.

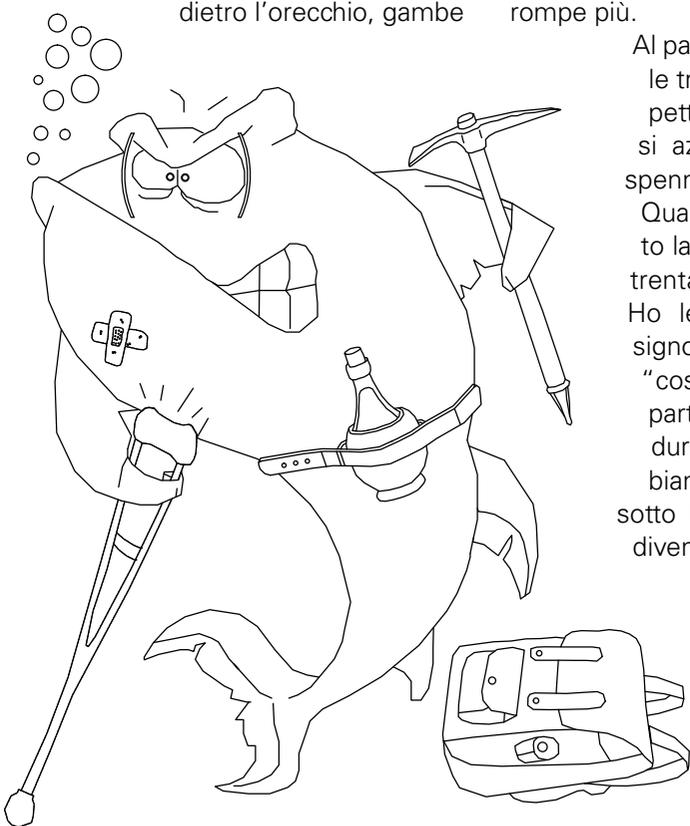
D'altronde cari salmoni non potete avere tutto.

Buona norma sarebbe che il povero disgraziato dopo un episodio del genere praticasse un po' di riposo. E invece no! Appena fuori dal divano, vuole ripartire alla grande, incurante di consigli medici e famigliari. Non può disperdere quel tesoro, quello stato di forma accumulato con sudore in tanti mesi. E allora? E allora ci prova: su di corsa per il Corno Birone per vedere come va. Purtroppo le ricadute sono deleterie: peggiori del primo episodio. Comincia così un percorso riabilitativo, pieno di patimenti fisici ma soprattutto mentali e attese estenuanti.

Si forma attorno al lamentoso un gruppo di fisioterapisti e santoni interessati al business. Il primo che lo accaparra al parcheggio del Santo Spirito, lo munge per bene poi lo passa al collega, il quale lo rimunge e lo passa all'altro collega. Sono ottimi palleggiatori, quasi come i centrocampisti del Barça. Il palleggio dura qualche mese, poi il salmone è "guarito" !?!?

Ci sono anche gli amici, prodighi di consigli. Ognuno ha il proprio luminaire da proporre, uno diverso dall'altro, tutti infallibili (oohhhh!) ma estremamente costosi. Anch'io vado dai luminari ma agli altri consiglio il Dott. Pazienza. Un medico molto imbranato che richiede settimane o mesi prima di diagnosticare e curare. Di solito è quello che guarisce meglio degli altri e lavora gratis.

Una volta che il salmone si è rimesso, rientra nel GTL e all'inizio è costretto a viaggiare con i cavedani. Che strazio, si vergogna, è imbronciato, ha il magone. Vorrebbe correre con il proprio branco verso la cima, l'istinto lo richiama, ma si ricorda del Birone e desiste. Salmone sì, ma non pirla del tutto!!!



Noi cavedani cerchiamo di coccolarlo, lisciargli il pelo, ma è sempre dura. A volte si arrende definitivamente e comincia ad apprezzare il nostro andamento lento in ordine sparso, il nostro chiacchiericcio, il nostro perder tempo per fare due gocce di rugiada. Pian piano quasi per miracolo avviene la mutazione: il salmone si trasforma in cavedano. Subito medaglietta identificativa del gruppo e santino a sua scelta. Ora è dei nostri e non dovrà più faticare. Sto tenendo d'occhio un salmone di razza, uno dei migliori. Mi sembra che abbia qualche difficoltà a seguire il branco. Arranca, sente l'usura degli

anni. Preferisce viaggiare da solo e poi si ricongiunge in cima. Non si perde di sicuro. Quello non si perde neanche con gli occhi bendati. Non è ancora maturo per diventare cavedano, ma la strada è segnata. Noi lo aspettiamo. Saremmo orgogliosi di averlo nel gruppo. Gli segnalo che sono già pronti medaglietta e santino.

Ai giovani intraprendenti consiglio di aprire una startup per apparecchiature sanitarie fisioterapiche, e collocare un punto vendita al mercato di Valmadre-ra il giovedì. Caricate la bancarella con tutori, tensori, corsetti, gessi, protesi, Brufen, Buscopan. Diventerete ricchi.

Fate una buona scorta di vertebre tipo L4-L5, L12-S1 e C3-C4 che van via come il pane.

Ora si è fatto tardi e vi lascio. Ho un appuntamento con il mio fisioterapista. Anch'io quest'anno ho contribuito al sostentamento della categoria. Ho messo nella mangiatoia una clavicola, e vi assicuro che è stata ben piluccata. Auguri a me, alla mia clavicola e a chi mi legge.

Ciao e buon anno a tutti da ZIO ZEP

1. *Salmoni alpinisti di qualità. Feroci nella conquista della vetta. Viaggiano solo in branco con i paraocchi.*

2. *Cavedani, alpinisti mediocri e basta!!*

Ancora un tremila

Giuseppe Piloni

Siamo a metà ottobre, in programma c'è la gita al Bivacco Anghileri-Rusconi. Le previsioni del tempo danno bello e caldo, invito mio cognato a partecipare: so che ci tiene a venire al bivacco che porta il nome di suo figlio. All'inizio è titubante "sono vecchio, faccio fatica...", poi mi conferma che verrà.

Arrivati alla diga di Campo Moro ci incamminiamo verso la meta, come sempre siamo scaglionati, così ognuno può tenere il suo passo. Carlo parte per primo, non vedendolo davanti comincio a preoccuparmi, spero non sia andato in Val Poschiavino...all'Alpe Cembre lo vedo arrivare e mi dice che ha fatto una piccola deviazione. Giunti al Bivacco, dopo una breve sosta, lo invito a salire al Pizzo Fontana. Teme di non farcela, mi chiede di salire insieme e io accetto. Partiamo con passo normale, superiamo i laghetti e arrivati al colle ci dividiamo in due gruppi: uno prosegue verso la cima Osa e noi al Pizzo Fontana. Iniziamo a trovare le roccette e la prima neve, che è anche gelata. Carlo è un po' in difficoltà ma sulla vetta scorgiamo i nostri amici che ci indicano il percorso per evitare il ghiaccio. Giungiamo in vetta e ci abbracciamo. Salire ancora un tremila a ottant'anni non è da tutti! Gli facciamo i complimenti e lui è abbastanza emozionato. Davanti a sé ha il Pizzo Palù dove è morto suo figlio e ancora ha il ricordo di quando abbiamo posato la



Due momenti dell'escursione al Bivacco Anghileri-Rusconi

madonnina sul Pizzo Fontana. Poi mi confida: "questo è l'ultimo tremila che faccio".

Scesi al Bivacco ricevo i complimenti degli amici osini; dopo una sosta abbastanza lunga ripartiamo verso le macchine. Giunti sul posto gli chiedo

come va e Carlo mi dice che è stanco morto ma si è preso una grande soddisfazione. Mi ringrazia perché sono rimasto assieme a lui nella salita.

Solo uno come lui, che ha sempre avuto una grande grinta, poteva fare una cosa così!

Santa Fosca 2017



Roberta Piloni

In vetta al Col di Lana

Le vacanze a Santa Fosca sono per noi la chiusura delle ferie estive.

Le belle Dolomiti, l'accogliente Casa Alpina, le succulenti cene preparate magistralmente da Giovanni e Gianfranco, la festa per l'anniversario di Lori e Paolo, la presenza di tanta gente con la quale è piacevole scambiare due chiacchiere o condividere una bella escursione sono i nostri punti fermi. Quindi non resta che impegnarsi per

rendere nuovamente speciale anche la vacanza di quest'anno.

L'ambizione è quella di percorrere sentieri e scoprire territori a noi ancora sconosciuti.

Libri, cartine e guide si consultano fin da casa, all'arrivo non resta che valutare le condizioni meteorologiche e stabilire di volta in volta l'escursione.

Quest'anno meteo: alta pres-



Sul sentiero "Durissini", Cadini di Misurina

sione, cielo terso e ottime temperature... :0

Quindi.. appurato che possiamo girovagare come vogliamo, zaino in spalla e via!!

Cima e Rifugio Rosetta, cima Vernale, giro intorno ai Cadini sono state tre nuove escursioni ricche di paesaggi spettacolari, flora e fauna alpina in abbondanza da ammirare e fotografare, percorsi impegnativi, non banali e per questo divertenti.

Segue Col di Lana, sopra casa per una facile escursione storico-paesaggistica con un bel panorama sulle montagne che circondano la Val Fiorentina.

E POI... e poi resta l'escursione che dovevamo fare l'anno scorso... Cima Conturines.



Lori e Paolo festeggiano l'anniversario

Una bella scarpinata al confine tra la Val Badia e la val di Fanes che termina con una breve ma non banale ferrata. Siamo in vetta. Una stretta di mano, il nonno Beppe che dà il nome a tutte le cime, foto di gruppo e tanta gioia e soddisfazione.

Già ... sono in cima con i miei genitori, marito e figli, in fondo tre generazioni che condividono la stessa passione, attorniate da amici che cercano le stesse gioie. Sono questi attimi, lontano dalla "quotidianità incalzante" che mi ricordano quanto sono fortunata!!! L'ultimo "caldo" dolomitico lo gustiamo a Pian dei Fiacconi con una divertente ferrata e tanto relax.

Ringrazio di cuore chi ha condiviso con noi questa bella vacanza dalla quale si torna sempre con la "valigia" piena di bellissimi ricordi.



In vetta alla Cima Rosetta

La placca del GIAU

Martedì 22 agosto. Siamo in vacanza a Santa Fosca. Anche oggi sole splendente come lo sarà nei prossimi giorni lo e l'amico Pèla decidiamo di percorrere l'anello attorno al massiccio Arau. Dal passo del Giau prendiamo il sentiero in senso antiorario; secondo i suggeritori questo percorso dovrebbe essere tutto pianeggiante con qualche saliscendi in realtà è l'esatto contrario. Arrivati alle 5 Torri facciamo una lunga sosta per ammirare il panorama e scattare fotografie. Riprendiamo la camminata e sul tratto finale, poco prima di arrivare nuovamente al passo del Giau, sostiamo per affrontare una bella placca, con delle vie di roccia attrezzate.

L'amico introbiese, per la verità, le sta già adocchiando da qualche anno. Oggi finalmente ci si cimenta. Proviamo a salire prima la via centrale che sembra la più semplice, pensando poi di spostare la corda e farci sicurezza sulle altre più impegnative. Con una certa fatica, gli acciacchi si fanno sentire, finalmente riusciamo a raggiungere la sosta e da lì poi ci permettiamo più comodamente di salire sugli altri tratti. Le salite sono almeno tre, dai 5 agli 8 metri, con difficoltà presumibilmente di sesto grado.

Abbiamo affrontato questa nuova piccola impresa con molta calma:



infatti tra una salita e l'altra ci siamo permessi dei lunghi sonnellini, visto l'ambiente particolarmente favorevole anche per questi momenti di recupero, insieme a quelli di fine giornata attorno alla tavola.

Piero Aioldi

La placca vicina al passo del GIAU



Le Cinque Torri

Attività alpinistica dei soci

Marco Rusconi

Anche quest'anno l'attività alpinistica è stata varia e di buon livello. Particolarmente intensa quella registrata in campeggio: dalla località di villeggiatura si potevano raggiungere facilmente numerose vette al di sopra dei 3000 metri. Tra di esse spicca in particolare modo l'Ortles, raggiunto da alcuni soci dalla cresta Hintergrat.

Altre ascensioni di rilievo sono quelle del Monviso dalla cresta Est e di alcune punte del massiccio del Monte Rosa. Come ogni anno non è mancata l'attività del Gruppo Tempo Libero al di sopra di quota 3000.

Rispetto all'anno precedente sono aumentate le gite scialpinistiche, nonostante la neve sia arrivata solo a stagione inoltrata; degna di nota la salita al Monte Bianco da parte di Leopoldo Bonacina.

ALPINISMO

MONVISO

Monviso (3841 m) – cresta est: M. Rusconi, M. Riva, A. Rusconi, A. Rusconi.

GRUPPO DEL MONTE ROSA

Punta Dufour (4634 m) – cresta Rey: P. Riva, L. Sala.

Castore (4228 m) – via normale: W. Sangalli, M. Sangalli.

Punta Giordani (4046 m) – cresta del soldato: A. Rusconi, A. Rusconi, L. Dell'oro.

Corno del Camoscio (3024 m): A. Rusconi.

GRUPPO MESOLCINA

Pizzo Quadro (3015 m): F. Mauri, G. Tessari, A. Colafabio.

Pizzo Tambò (3274 m): F. Mauri.

Pizzo Ferrè (3103 m): F. Mauri.

Cime di val Loga (3003 m): F. Mauri, M. Colombo, M. Corti, E. Magni, R. Martinelli, M. Sandionigi, A. Colafabio, G. Dalla Bona, D. Rusconi, F. Crimella, F. Tentori.

GRUPPO AVERS

Pizzo Stella (3163 m): A. Rusconi, A. Rusconi, F. Mauri.

Pizzo Emet (3209 m): F. Mauri, G.



In vetta al Pizzo Scalino

Tessari, A. Colafabio.

GRUPPO DEL BERNINA

Piz Surlej (3188 m): G. Piloni, G. Dalla Bona.

Sass Quader (3046 m): G. Piloni, G. Dell'oro, G. Riva, D. Rusconi, F. Mauri, M. Polti, E. Fornari, S. Perego, G. Brambilla, E. Magni, M. Sandionigi, R. Martinelli.

Cima OSA (3080 m): M. Anghileri, G. Dalla Bona, M. Polti, C. Gilardi, G. Piloni, G. Dell'oro, A. Mauri, C. Mauri, A. Fumagalli, F. Crimella, L. Nava, G. Riva, V. Molteni, E. Brusadelli, F. Mauri, A. Colafabio, V. Andreana.

Pizzo Fontana (3070 m): C. Gilardi, G. Piloni, G. Dell'oro, M. Anghileri, G. Dalla Bona, C. Anghileri.

Pizzo Scalino (3323 m): G. Piloni, G. Dalla Bona, A. Colafabio, M. Sandionigi, F. Mauri, R. Martinelli, F. Tentori, A. Fumagalli, S. Perego, R. Bolis.

ALPI DI LIVIGNO

Piz Vadret (3199 m): S. Perego, M. Sandionigi, R. Martinelli, G. Brambilla, E. Fornari, M. Anghileri, G. Dalla Bona, M. Polti, C. Gilardi.

Piz Languard (3262 m): G. Piloni, G. Dell'oro, R. Piloni, R. Brambilla, G. Brambilla, M. Sampietro, I. Stefanoni,



La salita al Piz dles Conturines



B. Stefanoni, S. Brambilla, R. Martinelli, M. Sandionigi.

OROBIE

Pizzo Coca (3050 m): A. Rusconi, M. Rusconi.

Pizzo Redorta (3038 m): A. Rusconi, A. Rusconi.

GRUPPO ADAMELLO

Adamello (3554 m) – via Terzulli: M. Rusconi, M. Riva.

GRUPPO ORTLES - CEVEDALE

Monte Cevedale (3769 m): C. Tegiacchi, S. Tegiacchi.

Fürkelscharte 3032: C. Tegiacchi, S. Tegiacchi, L. Valsecchi.

Terza Cima Venezia (3356 m): P. Riva, M. Riva, A. Rusconi, M. Rusconi, S. Tegiacchi.

Seconda Cima Venezia (3371 m): P. Riva, M. Riva, A. Rusconi, M. Rusconi, S. Tegiacchi.

Cima Venezia (3386 m): P. Riva, M. Riva, A. Rusconi, M. Rusconi, S. Tegiacchi.



Sci alpinismo al Monte Bianco

Cima Marmotta (3356 m): P. Riva, M. Riva, A. Rusconi, M. Rusconi, S. Tegiacchi.

Cima Rossa di Martello (3033 m): M. Rusconi, A. Rota, S. Tegiacchi, C. Tegiacchi, L. Valsecchi, M. Riva, L. Rusconi, C. Rota, P. Panzeri, D. Rota, A. Butti, T. Butti, M. Butti, G. Alghieri, M. Stefanoni, N. Dell'oro, M. Bongetta, S.

Riva, G.L. Riva, M. Dell'oro, S. Riva, F. Gerosa, M. Cesana, A. Rusconi, M. Magni, A. Cagni, L. Carrara.

Croda della Calva (3061 m): A. Rusconi, M. Magni, M. Magni, A. Valsecchi, M. Dell'oro, A. Cagni, L. Carrara.

Punta Beltovo di Dentro (3325 m): A. Rota, S. Tegiacchi, M. Riva, F. Piffari, C. Tegiacchi, M. Rusconi, G. Alghieri, L. Valsecchi, D. Rota, P. Panzeri, A. Rusconi, L. Dell'oro, A. Brambilla, N. Dell'oro, M. Valsecchi.

Cima Madriccio (3265 m): M. Rusconi, A. Rota, F. Piffari, S. Tegiacchi, M. Riva, C. Tegiacchi, L. Valsecchi, A. Rusconi, L. Dell'oro.

Lyfispitz / Punta Livi (3352 m): A. Rota, M. Riva, G. Alghieri, M. Rusconi, A. Brambilla, T. Butti, M. Butti, F. Piffari, P. Panzeri, D. Rota, A. Rusconi.

Punta Lasa (3305 m): D. Rusconi, L. Valsecchi, S. Tegiacchi, G. Rusconi, A. Brambilla, A. Finotti, A. Rota, M. Rusconi, A. Rusconi, G. Rusconi, L. Brivio.

Gioveretto (3439 m): M. Rusconi, A. Rusconi, A. Rota, S. Tegiacchi, C. Tegiacchi, L. Valsecchi, A. Rusconi, M. Magni, M. Dell'oro, M. Riva, E. Maniaci.

Ortles (3905 m) – via Hintergrat: P. Riva, D. Rota, M. Rusconi, M. Riva, A. Rusconi, G.L. Riva, A. Rota.

Zufallspitze (3757 m): L. Rusconi, C. Rota, L. Valsecchi, C. Tegiacchi, S. Tegiacchi, A. Rota, D. Rota, P. Panzeri, G. Alghieri, M. Dell'oro, F. Piffari.

ALPI VENOSTE

Punta della vedretta (3289 m): A.

Cagni, L. Carrara.

GRUPPO DEL SELLA

Piz Boè (3152 m): G. Piloni, G. Dell'oro, E. Maniaci, M. Corti, V. Molteni.

GRUPPO DELLE TOFANE

Piz Conturines (3064 m): G. Piloni, R. Piloni, R. Brambilla, G. Dell'oro, V. Molteni, M. Corti, S. Brambilla, N. Gritti, F. Tentori, F. Crimella, E. Maniaci, G. Brambilla, L. Perego.

Piz Lavarella (3055 m): M. Sandionigi, R. Martinelli, V. Molteni.

GRUPPO CRISTALLO

Cristallino d'Ampezzo (3008 m): E. Maniaci, M. Corti, V. Molteni.

Cristallo (3221 m): E. Maniaci, M. Corti, V. Molteni.

DOLOMITI DI ZOLDO

Civetta (3220 m) – ferrata Alleghesi: N. Gritti, Bellotti.

SCI ALPINISMO

ALPI MARITTIME

Enciastraye (2954 m): L. Dell'oro, G.L. Riva.

Cima del Bal (2700 m): L. Dell'oro, G.L. Riva.

Passo di Goretta (2660 m): L. Dell'oro, G.L. Riva.

GRUPPO DEL MONTE BIANCO

Monte Bianco (4810 m) – via dei Grands Mulets: L. Bonacina.

VALLE SPLUGA

Cime di val Loga (3004 m): M. Rusconi, M. Riva, A. Rusconi.

GRUPPO ALBULA

Piz D'Agnel Ost (3202 m): A. Rusconi, M. Rusconi, P. Riva, M. Riva.

Piz da las Coluonnas (2960 m): L. Dell'oro, G.L. Riva, M. Valsecchi, M. Butti.

Piz d'Emmat Dadora (2851 m): L. Dell'oro, G.L. Riva, A. Rusconi.

Col d'Agnel: L. Dell'oro, M. Valsecchi.

GRUPPO DEL BERNINA

Piz la Margna (3158 m) – canale Nord: L. Dell'oro, G.L. Riva.

Piz Chalchagn (3154 m) – canale Lavinier Grand: L. Dell'oro.

GRUPPO MASINO

Monte Disgrazia (3678 m): L. Dell'oro.

OROBIE

Cima delle Cadelle (2483 m): L. Dell'oro, G.L. Riva, M. Rusconi, A. Rusconi, A. Rota, D. Rota.

Passo Tartano (2108 m): L. Dell'oro, M. Valsecchi.



In vetta all'Ortles

Successo e insuccesso nell'alpinismo

Andrea Rusconi

Come si dice nel campo, ci vuole testa per andare in montagna, serve una grande forza di volontà. Una capacità innaturale di staccarsi dal divano con la pancia piena e partire, magari con le prime luci dell'alba.

Non siamo più obbligati a sforzarci nella nostra vita quotidiana, ora per compiere quello sforzo abbiamo deciso di praticare quelle che chiamiamo *attività sportive*.

L'andar per monti è tra queste; e in particolare l'alpinismo è una delle attività più complesse e di difficile definizione. Oltre alla fatica è presente una percentuale di pericolo molto alta. Per farlo bisogna giocare con quello che si chiama rischio, la probabilità che sia raggiunto il limite potenziale del danno. Il rischio appunto è soggettivo, dipende da noi.

Questa ricerca del pericolo è in qualche modo correlata al nostro bisogno di provare emozioni forti, di poter sentire il brivido, di portare il cervello al massimo impegno, di alzare i battiti, di ossigenare tutti i minimi capillari, di alzare la concentrazione di adrenalina nel nostro corpo.

Oltre a questo esiste qualcosa di più, qualcosa di più profondo e più difficile da capire. Si tratta di un imperfetto equilibrio che sfocia in un paradosso ancora più assurdo. Capiamoci meglio.

Facciamo di tutto per evitare il pericolo eppure noi lo ricordiamo con la massi-

ma chiarezza. Le difficoltà rimangono impresse meglio nella mente. Infatti ci ricordiamo più dei nostri insuccessi che dei nostri successi. Il problema rompe la nostra abitudine, mette in moto le nostre qualità, ci fa vivere più pienamente la vita. Il continuo successo diventa noioso.

Non sarà un caso che quando gli alpinisti parlano ricordano soprattutto quei momenti di estremo pericolo, in cui l'hanno vista brutta ma sono comunque riusciti ad uscirne. Quegli istanti assumono il livello "eroico".

Anche nella mia esperienza non è un caso che una delle gite che mi ricordo meglio è la ritirata dal Dente del Gigante, dove per attrezzare meglio la doppia ho dovuto donare alla montagna il mio cordino di kevlar. E dove, per fortuna coperti dalla stazione della funivia, abbiamo assistito ad una fortissima grandinata.

La mattonella base di quella cosa chiamata rischio è il fallimento. Sarà un'assurdità ma quando si va in montagna non si viene spinti dalla ricerca del successo, ma lo si fa per assaporare la vicinanza all'insuccesso. Il bisogno di assimilare pienamente l'emozione di quel momento. L'arrivo è quasi patetico, è il viaggio la cosa bella. Questo perché nei momenti di maggiore intensità è difficile comprendere le emozioni positive e negative; infatti sia il dolore che il piacere nascono nella stessa regione del cervello.

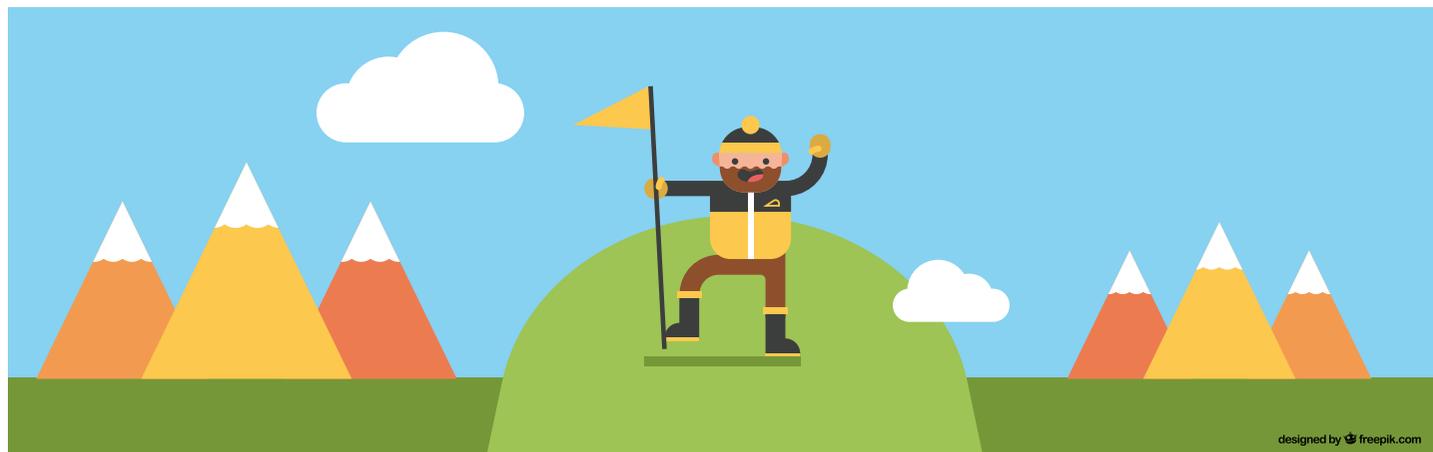
In questa fase d'esaltazione non c'è

più distinzione tra vincere e perdere, ecco che il paradosso prende forma: non si tratta di due estremi ma di due sensazioni in equilibrio precario.

Negli sport estremi questa condizione è al massimo livello. Tendiamo ad ambire all'insuccesso ma non possiamo mai toccarlo con mano. La partita di calcio al massimo si può perdere. Il completo fallimento nell'alpinismo non è ammissibile, in gioco c'è la vita. C'è sia un vantaggio che uno svantaggio in tutto questo. Avendo la comprensione del fallimento siamo capaci di dire basta: non si può andare oltre, meglio non rischiare più. Nello stesso momento però esiste lo svantaggio di andare avanti nonostante la difficoltà oggettiva, perché appunto aumenta sempre di più il livello e il bisogno di quell'intensità fortissima.

È difficile trovare una cura in questo, ma nel dubbio è meglio tornare indietro. Sarà per un'altra volta e la sconfitta ci renderà ancora più forti. Anzi genera più rimorso il fatto di non aver osato rispetto all'aver provato e poi abbandonato.

Nell'era della velocità nasce una nuova frontiera. Salire o percorrere un tragitto nel minor tempo possibile. Tutto ormai è stato provato, tutto è stato raggiunto; l'alpinismo esplorativo è finito lasciando il posto ad uno sport meno passionale ed eroico: la velocità. L'ebbrezza che questa provoca aumenta maggiormente l'intensità ricercata, si assume un apparente rischio



designed by freepik.com

maggiore. Alcuni invece sostengono che sia in realtà un aumento della sicurezza dell'andare in montagna. Appunto sicurezza perché obbliga ad essere sempre concentrati. A rimanere in quello stato di pieno coinvolgimento. Più libertà di movimento, più leggerezza e quindi meno tempo impiegato nell'ascesa significano anche possibilità più rapida di fuga, evitare il rischio che faccia buio oppure che il tempo si guasti. E soprattutto occorre ricordarsi sempre di avere la corretta attrezzatura e la preparazione fisica necessaria! Una delle peggiori iniziative che si possono intraprendere è cercare l'emulazione di quei fortissimi atleti capaci di superare record stratosferici e compiere imprese impossibili. L'impresa non è questione di successo e insuccesso, non è la ricerca dell'emozione, ma frutto di un allenamento intensissimo e focalizzazione mentale tale che rende l'attività qualcosa di normale, una semplice abitudine. Per loro basta avvolgere quel nastro già registrato nel proprio organismo.

Le statistiche dicono che il maggior numero di incidenti avviene poco sotto la cima o appena dopo il suo raggiungimento; si potrebbe dare la colpa alla fatica ma non è questa la principale motivazione. In quel frangente quell'equilibrio di cui parlavo prima è spezzato, tende così tanto al successo che la concentrazione cala. Appunto ci si è allontanati dalla possibilità del fallimento. Si può arrivare al punto di dire che conviviamo meglio con l'insuccesso; ci sentiamo più sicuri. Sempre concentrati!

Si arriva in cima alla montagna, si dà una stretta di mano ai propri compagni di cordata, si girano i tacchi e ancora concentrati, perché spesso la discesa è più difficile della salita, si ritorna verso valle.

A casa la salita viene segnata senza troppo sentimento su un pezzo di carta o su un foglio di Excel. Da parte all'anno, all'altezza e al nome della cima un flag per dire "già marcata". Ecco solo uno dei tanti obiettivi raggiunti, la vera emozione dell'ascesa ce la portiamo dentro e quella non può essere descritta.

In montagna ci vuole "testa", senza quella è difficile convivere in questo gioco di opposti ed entrare nella contraddizione. È completamente assurdo tutto ciò, eppure è la cosa che più attrae in assoluto, e tutto questo avviene in ogni ambito della nostra vita.

Sociale di arrampicata

Erik Dell'Oro

Sabato 18 novembre si è tenuta presso la palestra delle scuole medie di Valmadrera la seconda edizione della gara sociale di arrampicata. I 15 concorrenti che hanno aderito alla gara hanno dimostrato una preparazione e una energia non indifferenti di fronte alle varie prove preparate dai ragazzi della Valma Street Block. La gara si è svolta in tre fasi:

boulder, difficoltà e velocità. La prova di boulder ha visto i partecipanti sfidarsi su 4 blocchi da concludere in un'ora di tempo. Per ogni blocco completato sono stati assegnati 10 punti, mentre per coloro che hanno raggiunto la cosiddetta "zona" - una presa a metà boulder - sono stati assegnati 5 punti. La seconda prova ha visto i concorrenti affrontarsi su due prove di difficoltà che consistevano nella salita con la corda. Più in alto si saliva, maggiore era il punteggio assegnato. Infine si è svolta la prova di velocità che è

consistita nel salire una via nel minor tempo possibile. La classifica femminile ha visto vincere Laura Valsecchi seguita da Alessia Brambilla. Per la categoria amatori la vittoria è andata a Carlo Tegiacchi, unico partecipante. Nella categoria junior Luca Rusconi si aggiudica la vittoria seguito da Nicolò Dell'Oro, terzo Andrea Testa.

Infine nella categoria Senior ha vinto Erik Dell'Oro (1° classificato assoluto), al secondo posto pari merito Luca Brivio e Marco Rusconi, terzo Gionata Ruberto. La gara è stata molto avvincente, condita anche da un po' di sana

competizione agonistica ed è stato un modo per poter trascorrere un divertente pomeriggio insieme. Vi aspettiamo numerosi l'anno prossimo per la terza edizione sperando in una maggiore affluenza. Ricordiamo inoltre che il lunedì e mercoledì sera dalle ore 20:30 siamo sempre in palestra per allenarci e divertirci insieme!!!



Sotto il sole del Monviso

Marco Rusconi

Quando, poco prima di uscire dall'autostrada, scorgiamo la sua sagoma, il "re di pietra" incute quasi timore coi suoi 3841 metri d'altezza, una montagna rocciosa a forma di piramide che ricorda il Cervino. Si dice che sia la montagna raffigurata nel logo della Paramount Pictures.

È un sabato di fine agosto: io, Matteo, Andrea ed il "vecio" (mio papà, Alberto) vogliamo terminare la stagione con un'ascensione di rilievo, esplorando questa porzione di alpi a noi sconosciuta.

Arriviamo nel pomeriggio a Pian del Re, dove cerchiamo di caricare al meglio gli zaini,

che sono stracolmi: purtroppo il rifugio Quintino Sella è tutto esaurito, quindi dormiremo in tenda. Le due cordate sono già definite: la prima è composta da Andrea e Alberto, l'altra (soprannominata, dopo la salita all'Ortles, "cordata di punta e mazzetta") da me e Matteo.

Ci vogliono un paio d'ore per raggiungere il rifugio Quintino Sella, che sor-

ge vicino ad un lago sotto l'imponente parete est del Monviso. Piazziamo le tende poco prima del rifugio e passiamo la serata a leggere la relazione della via per capire i punti chiave: il



passaggio più ostico è un IV+ esposto, in prossimità del torrione Saint Robert. È da quando siamo arrivati a pian del Re che tentiamo di capire quale sia questo torrione, ma tutti e 4 abbiamo opinioni diverse. Lo scopriremo il giorno dopo. Forse. Poco prima delle 5 partiamo verso l'attacco, anticipando tre cordate che arrivano dal rifugio. Ci aspettano 1200 metri di dislivello, quasi interamente su roccia: infatti dopo un primo ripido ghiaione troviamo subito l'attacco della via. Procediamo per lungo tempo in conserva, si sale rapidamente senza un vero e proprio percorso obbligato, superando piccoli salti rocciosi (e pure il vecchio telaio di una bicicletta!).

Il sole è sorto sulla pianura padana quando arriviamo alla targa di marmo del torrione Saint Robert. Dopo 3 tiri di corda arriviamo sulla sua sommità, anche se al momento non siamo ancora convinti che sia proprio quello il Saint Robert. Scendiamo velocemente ad un colletto per sopravanzare una cordata francese: questi ultimi hanno

aggirato il torrione, evitando i passaggi chiave (ma anche uno dei tratti più belli della cresta). Andrea e Alberto si ritrovano in bagarre coi francesi, superandoli quando incrociamo la "via della lepre", un infido sentiero che riporta sulla via normale. Qui si supera un passaggio molto atletico, tra i più difficili della via. L'arrampicata si fa più divertente, anche se i chiodi scarseggiano e alcuni passaggi sono esposti. Io e Matteo procediamo velocemente, ormai vediamo la croce di vetta: dopo una serie di torrioni da aggirare o da risalire incontriamo la via normale, e da lì in cima. Poco dopo arrivano anche



Andrea e Alberto; la vetta è spaziosa ma affollata, tanto che l'attesa per fare la foto vicino alla croce dura alcuni minuti.

Dopo l'immane lemonsoda di Matteo, sciogliamo le cordate e iniziamo a scendere lungo la via normale, che si rivela lunga e pericolosa per via dell'affollamento.

Al colle delle Sagnette (2991 m) bisogna risalire 50 metri. Le difficoltà sono ormai finite, ma c'è chi se le va a cercare: vedendo un "invitante" canale

detritico, Andrea lo risale per una decina di minuti, forse pensando di raggiungere un'altra cima. Ovviamente non era il sentiero giusto, ed è costretto a ridiscendere fino ad incrociare la traccia segnata.

Dal colle percorriamo una ferrata in discesa, e in poco tempo arriviamo al rifugio. È veramente molto frequentato, in entrambi i giorni sul sentiero per Pian del Re incontriamo tantissima gente: alpinisti, escursionisti, cavedani e molte belle ragazze che alleviano

la nostra fatica.

Mentre smontiamo la tenda, guardiamo con soddisfazione la maestosa parete est del Monviso, che abbiamo conquistato in 4 ore e mezza di ascesa: le difficoltà della cresta non sono elevatissime, ma il dislivello e lo sviluppo sono notevoli. Concludiamo il tutto gustandoci la buonissima toma piemontese del vecchietto al parcheggio di pian del Re. Sicuramente il Monviso è una montagna che merita di essere salita!

#crestadelsoldato

Andrea Rusconi

Venerdì 14/07/2017
Entro in sede, Andrea domenica Monte Rosa?

Non so, impegnativa la cresta, livello alpinistico PD+, sono 3 anni che ormai non supero i 4000 metri.

Dring messaggio, tieni pronto lo zaino domani decidiamo.

OK sveglia alle 4 up e down in giornata.

Broooumm accendo la macchina, raccolgo il Team: brino cecco delloro piastre

Gressoney. Zaino: picca potrebbe non servire, ramponi? no se la cresta è pulita, casco non necessario...no quello obbligatorio! Nel caso meglio portare tutto. Cibo? 4 panini....4 panini? Forse ne mangi ½. Ok uno basta.

Funivia 1° troncone, passo dei Salati 2980slm, 2° troncone.

"Porta la corda non sono al top", altro peso da aggiungere. Circa +900 metri da salire.

Traversone poi salita sul ghiacciaio. *Gnac, gnac* la neve sotto gli scarponi. Sosta sicurezza.

Wow stesso tempo del delloro nella preparazione! *Click* foto con il cell, gnam gnam giù la barretta.

Crack Choom Choom dei sassi rotolano dall'alto *Chok* si fermano.

Attacco! Roccette facili e sfasciumi. Primo salto *Uff* sbuffo.

Ciao! Salutiamo guida e cliente.

Ahi! Ahia! sfrego contro una roccia. *Ah!* Bella placca di Il compatta, salita divertente.

Vai avanti tu a tirare! Alè duro!



Sosta *Glu Glu* bevo, *Click Click* foto, guardo il panorama...tentativo inutile.

Corda in tensione il delloro chiama *Let's go Puf Puf!* Affanno.

Secondo salto esposto sulla DX. *Fiiuuuuu* il vento soffia fortissimo.

Flash veloce a superarlo

Stic! corda incastrata, *Umpf!* Seccatura. Accorciamo la cordata.

Lo zaino pesante, il fiato corto...sono in forma sono in forma....devo autoconvincermi.

Gulp! Gasp! Il passaggio chiave, la placca dura.

Piastre risale per primo, *Eh?* Delloro sorpassa tutti. *Argh!* la corda finita si sale. Alè go up!

Wussh Wussh gli scarponi non trovano appiglio sulla placca liscia.

Ooh ooh! Incita lo zio. Brino mi indica un taglio. Cecco "a 4000 vale tutto".

OK A0

Ufff uff cerco ossigeno, gli ultimi saltelli da primo in cordata.

Hip hip urrà! Ecco la Madonnina. Pun-

ta Giordani 4046 m. Il mio ottavo quattromila.

Il tempo di ascesa un tabù, qualcuno dice poco più di 2 ore.

Mi copro, il vento spinge. Poco tempo per il mio ½ panino con prosciutto e maionese.

Salto di roccette in discesa facili. Una targa alla memoria sul posto.

Puntiamo alla Piramide? *Whooho!* Ecco la cresta che sale alla maestosa Vincent. No, sono esausto poi già marcata qualche anno fa.

OK run down.

2° troncone, restiamo al sole al Passo dei Salati. Funivia bloccata per pausa pranzo.

Secondo voi è un 3000? Indico una cima dall'altro lato. Sapete come si chiama? Cima dei Milanesi mi rispondono. OK vado e torno senza zaino di corsa. La gente mi guarda male. Arrivo in cima, guardo il tempo: impiegati 6 minuti dal passo. Altro che cima dei milanesi #corno3024delcamoscio.

Valma Street Block

Alice Murtas

Era ancora presto ma già si capiva che la luce era perfetta quel giorno per fotografare.

Le iscrizioni erano ancora aperte e gli atleti pian piano stavano arrivando. Molte facce non mi erano nuove, erano già state immortalate dal mio obiettivo l'anno scorso e avevano già testato il territorio della Valma.

L'obbiettivo era pronto, mancavano pochi minuti al via. I blocchi erano molti quest'anno, sarebbe stato molto più duro per gli atleti completare il giro.

Passando tra ogni iscritto sentivo le diverse strategie: chi preferiva partire dai più semplici e chi dai più duri e difficili.

Le maglie verdi degli atleti aumentavano a vista d'occhio e lo staff in maglia arancio era impegnato a sistemare le ultime iscrizioni prima di dare il via. Cartina alla mano, scatta l'ora di partenza.

Mi dirigo verso il blocco più vicino già pieno di gente che, oltre a provarlo, lo studia con gli amici.

Gli arrampicatori più esperti spiegano all'amico alle prime armi come muoversi su quelle pareti senza appigli.

Da blocco a blocco mi trovo a fotografare sempre più atleti e soprattutto a immortalare le mani esperte degli arrampicatori. Queste sono piene di magnesite e stringono con forza le prese e ogni minima fessura per cercare di arrivare al top.

La luce sta cambiando, i blocchi stanno piano piano finendo e il tempo è

quasi giunto al termine.

Gli atleti devono consegnare il proprio foglio gara entro le 17.00. Arrivata l'ora mi dirigo verso il blocco della finale. La facciata della chiesa.

Lo staff mi imbraga e mi porta verso quasi il top per riuscire a fotografare i finalisti durante la loro ultima prova. Ormai è quasi buio, gli atleti in finale sono pronti per partire, lo



staff ha preparato ogni tipo di attrezzatura e i riflettori puntano verso la facciata.

Al via della finale le fotografie sono sempre più spettacolari. Gli atleti con tutta la loro forza tentano di arrivare verso quel bottone rosso che blocca il tempo.

Al termine della finale, riportata a terra, tra un discorso di ringraziamento dello staff

verso il comune di Valmadrera per l'ospitalità e i saluti da parte degli organizzatori, arriva la premiazione. Ogni atleta viene ringraziato per aver partecipato e aver reso la giornata perfetta. Ma soprattutto il grazie va a chi è riuscito per il terzo anno a rendere questo evento sempre più spettacolare e soprattutto grazie alla Valma Street Block per aver portato lo sport dell'arrampicata tra le vie della città.



PIZZ-OSA o la pizzata delle donne

Luisa Colombo

Ecco l'occasione per conoscere più da vicino la quota rosa di questa organizzazione (io che sono esterna al gruppo penso fra me e me).

Un'ottantina di donne - due o forse tre generazioni - si incontrano ai tavoli dell'Oratorio di Civate. Si salutano allegramente, si informano sugli ultimi fatti chiacchierando fitto, fitto, ma si fa assoluto silenzio quando la Presidente Sig.ra Laura Valsecchi rivolge alle presenti il suo saluto. Una presidente, una donna a dirigere e coordinare tutte le attività, subito una bella sorpresa. Cominciano ad arrivare le pizze: primo giro. "prego, prego prendi tu prima", "E' proprio come piace a me: sottile e

saporita" Ascolto un po' le conversazioni e mi si apre un mondo: queste signore, tutte impegnate nei fatti di ogni giorno a casa o magari anche in più di una occupazione di lavoro esterna, guardano il quotidiano attraverso occhi che hanno visto orizzonti infiniti, paesaggi maestosi, vallate profonde. Avverto che la bellezza della natura è diventata riferimento e supporto per i loro sentimenti. Scopro che le mie vicine di tavolo sono atlete che praticano la marcia e la corsa in montagna. "Chissà quanti chilometri avete nelle



ganizzazione. Mentre continuano a servire tranci di pizza (no, no il salame piccante non lo voglio, non sai cosa ti perdi se non provi quella al gorgonzola) ho l'occasione di sfogliare il "Crociatino" e sono affascinata dalle belle foto che raccontano le diverse attività. A pagina 2 conto dieci nomi al femminile nell'organigramma. È la fedeltà all'Osa che chiede impegno, sacrificio. Visto dall'esterno tutto gira bene, con ordine ed allegria ma la preparazione richiede concertazione, confronto, decisioni. Mi chiedo anche però se ci saranno persone che anonimamente impegnano energie e tempo per il buon funzionamento del tutto. Il tempo spesso conta relativamente quando una iniziativa nasce da motivazioni profonde e condivise, radicate al punto da diventare una sentita consuetudine. La sensibilità femminile, l'esperienza trascorsa, la maturità dei soci pluriennali sono uniti come lo scorrere dell'acqua in un fiume che vuole portare sempre avanti la trasmissione dei valori su cui è sorta l'OSA.

La pizzata si conclude felicemente, esco con tanti spunti su cui riflettere. Ringrazio chi ha organizzato la bella serata e chi ha lavorato per renderla così "saporita".

Ps. Grazie a Fabiana Rapezzi che ha condiviso il gigantesco uovo di cioccolato.

Grazie a Natale e Mauro, gli unici uomini che quella sera hanno servito le donne.



La storia della cappelletta verso S. Tomaso La VARS, ovvero l'Osa in gonnella

Marco Magni

«**D**itemi qualche notizia in più sulla Vars, devo riempire uno spazio di un paio di righe». I tre soci Osa presenti in quel momento in sede fanno finta di non aver sentito. E chi ha posto la domanda, uno dei cinque ragazzi che sta sistemando il sito collegato al cartello digitale collocato proprio alla cappellina Vars, deve accontentarsi di una riga. Questo è quanto troviamo sul libro dei 50 anni dell'Osa, senza neanche un'immagine, fondamentale per un sito.

Da quell'incidente di percorso, è nato il desiderio di riempire questo vuoto, rivolgendoci all'anima della Vars, Maria Bonacina, prima e unica presidente del gruppo. La storia della "Valmadrera Associazione Ragazze Sportive", questo l'acronimo Vars, è stata alquanto breve, dal 1965 al 1969 circa, ma con protagonisti di spessore. Il regista è don Giacomo Cossa. Il suo nome è legato tra l'altro all'Osa: coniando di persona la stessa sigla di Organizzazione sportiva alpinisti, fu lui la sera del 20

dicembre 1951 a radunare sette giovani dell'oratorio maschile che firmarono l'atto costitutivo di quella che è oggi una società conosciuta ben oltre i confini della nostra città. Passato coadiutore dell'oratorio femminile, ripropose in pratica lo stesso modello dell'Osa, ovvero una società che all'interno dell'oratorio educasse attraverso la montagna, offrendo nuove occasioni di incontro e attività alle giovani generazioni vicine ad esplodere nel fenomeno sociale della contestazione. Allora gli oratori erano rigidamente divisi tra maschi e femmine e non era raro che il coadiutore con alcuni anni di esperienza sulle spalle, traslocasse dal maschile al femmini-



Don Arturo Pozzi con al fianco Don Giacomo.



Mirella, Luisa e Mariuccia col gagliardetto della nuova associazione, insieme a Carlo Cassin.

le. Capitò anche a don Eugenio Dalla Libera, una quindicina d'anni più tardi. È il dicembre 1965 quando il parroco don Arturo Pozzi benedice il gagliardetto del nuovo gruppo e un ospite speciale come il grande alpinista Riccardo Cassin, taglia il nastro della sede, al centro del portico dell'oratorio in via dell'Asilo. L'attività del gruppo è strettamente legata all'oratorio: si programmano uscite più o meno mensili: d'inverno sulla neve (Sestriere, Courmayeur, Livigno...) o in rifugi ad alta quota nelle altre stagioni; alcune domeniche ci si accontenta di una scampagnata sulle nostre montagne, solo dopo aver partecipato alla preghiera nel salone delle suore. Capitava altre volte che, sci in spalla, si salisse fino a Pianezzo dove si poteva trovare della neve quando gli inverni erano più rigidi.

Facile quindi individuare l'inizio del sentiero per Pianezzo come punto in cui costruire un'opera frutto dell'impegno del nuovo gruppo. Nell'ottobre del 1966 don Arturo Pozzi, con al fianco don Giacomo, tornava quindi a benedire la Cappella mariana che tutti oggi vediamo sulla mulattiera per S. Tomaso, poco sopra la frazione Belvedere. Un'opera semplice, frutto dell'impegno di artigiani valmadreresi e col contributo di generosi benefattori. Qui si svolgeva l'annuale festa del gruppo; i prati intorno si riempivano di persone per la celebrazione della Messa, il concerto della banda, il pranzo e l'allegria con canti di montagna e i classici giochi come il peso del salame. La cappellina divenne il punto di ritrovo per l'inizio delle escursioni, ma anche punto di partenza e/o arrivo per gare sportive, gare di marcia in particolare.



Il vulcanico don Giacomo mise mano ad un progetto ancora più arduo: costruire vicino alla cappelletta una baita, un ristoro sempre aperto come sostegno alle attività del gruppo e contemporaneamente un tetto per le varie attività che si stavano concentrando qui. Ma com'era innovativo, altrettanto intelligente fu a capire che i tempi stavano cambiando. Il pullman per le gite non aveva più il tradizionale tutto esaurito. Le ragazze preferivano accodarsi alle parallele gite dell'Osa, passare insomma una domenica coi propri "morosi", nonostante le ammonizioni severe del parroco. Si racconta che per le ragazze non fosse prudente presentarsi alla partenza delle gite in piazza, proprio davanti alla canonica, coi pantaloni, che per di più occorreva farsi prestare da fratelli o parenti.

Poco funzionale in fin dei conti avere due società escursionistiche in parrocchia: l'Osa aprì così le porte alla Vars costituendo al proprio interno nel marzo 1969 il Gruppo Femminile, ancor oggi attivo.

Se don Giacomo è stato il regista, molto merito è da assegnare alle Suore Sacramentine: a suor Luisangela che tenne curata la biblioteca del gruppo, a suor Federica Zambetti e ovviamente alla superiora di allora, suor Rosangela Ogliari, che seguivano le ragazze fin sulla neve. Un grazie speciale infine alla prima e unica presidente delle ragazze sportive, Maria Bonacina.



Quarant'anni fa le prime donne in Consiglio

Non potevano sfuggire a una presidente donna le poche righe a pag. 73 del volume pubblicato per il 50esimo di fondazione: "Nel 1977 l'ingresso di due donne come membri del consiglio generale mostra l'ormai piena considerazione del G.F. nell'attività decisionale dell'Osa".

Con alcuni soci, una sera in sede, la nostra presidente ha cercato di arricchire queste poche informazioni per celebrare al meglio l'anniversario, 40 anni fa. Tutto nasce da un articolo di Giovanna Bonacina sul "Crociatino", allora pubblicato più volte all'anno, che sottolineava l'avvenimento, rimarcando la necessità di dare spazio all'originalità di una presenza femminile nell'Osa, ma anche in generale nella società di allora.

Sempre da altri articoli sulla testata dell'Osa, si è arrivati alla conclusione che nel Consiglio furono invitati a partecipare due rappresentanti del Gruppo femminile, come di quello giovanile. Probabilmente si trattava della presidente di allora, Crimella Angelisa. Purtroppo i verbali ufficiali sono alquanto sintetici e lacunosi. Il documento più chiaro rimane sempre "Il Crociatino" con l'organigramma del Consiglio, che in quel periodo veniva rinnovato ogni anno. Ebbene solo dal 1981 appare come membro di diritto del Consiglio Paola Castagna, presidente del Gruppo femminile, mentre nel 1980 il delegato del Consiglio al gruppo femminile era un...uomo: l'instancabile e onnipresente Modesto Castelli.

Solo diversi anni dopo ritroviamo una donna tra i candidati al Consiglio che viene regolarmente eletta: Rosy Trusciello. Probabilmente con la presidente Castagna aveva diritto a partecipare al consiglio anche la segretaria del Gf, ovvero Alessandra Valsecchi. I verbali non riportano però i nominativi esatti e men che meno interventi specifici. I ricordi delle dirette interessate sono incerti: "Insieme - dicono - si discuteva soprattutto del programma delle gite e la contrapposizione maggiore era tra gli uomini che intendevano la giornata sui monti come occasione anche culinaria e per adeguati spuntini e invece noi donne più preoccupate di tornare subito a casa e...della dieta".

La storia dell'Osa sta diventando rilevante con ben 66 anni alle spalle e quindi è forse il momento di dotarci di un vero archivio e di qualche approfondimento storico.

MM

Foto gentilmente concesse da Maria Bonacina, Valsecchi Giuditta e Valsecchi Rita.

Gita del Gruppo Femminile a Rapallo

Delia

Accolgo l'invito della Presidente a descrivere alcune impressioni che riguardano la gita annuale di fine estate. Sono al quarto anno di questa esperienza, posso dire di essere sempre stata molto contenta di averla fatta. Malgrado non sia molto conosciuta nel gruppo, ho sempre riscontrato un'accoglienza che gratifica moralmente. Questo è un importante tassello per costruire opere più grandi. Entrando nel merito della gita c'è da complimentarsi per la scelta dei luoghi che, ho saputo, vengono visionati dai responsabili in precedenza per non lasciare nulla al caso. Scelte molto azzeccate sempre, luoghi ameni, panorami che anche se possono sembrare

comuni hanno quel qualcosa che appaga chi li percorre e li osserva. Così la fatica di queste ascese viene ripagata da tante bellezze.

Ora vorrei spendere due parole di elogio particolare a Giovanna, persona molto garbata, educata, attenta al suo ruolo e, quel che conta, molto disponibile per ogni necessità. Un elogio anche alla Presidente, che da donna apprezzo molto per il suo incarico, ben svolto a detta di tutti: in un momento come la gita, dove questo ruolo diventa marginale, lascia intravedere un pregio molto importante, l'umiltà. Un parola quindi ai compagni di viaggio del bus n.1: ben amalgamati hanno condiviso intesa e serenità per l'intero viaggio! Un in bocca al lupo a tutti, e che questi



Per noi la gita a Rapallo è stata una giornata diversa e un po' speciale. Volevamo passare del tempo insieme e goderci tranquillamente il mare.

Così è stato; una passeggiata fino a Portofino, per poi rilassarci sulla spiaggia di Santa Margherita Ligure e lasciare passare il tempo: un bagno veloce e tante chiacchiere.

La giornata è stata come ce l'aspettavamo.

Gita ben organizzata, sia per chi voleva seguire il percorso del Pellegrino, descritto in ogni passaggio, sia per chi, come noi, ha preferito fermarsi e godersi in pieno il mare.

Le amiche di Malgrate



momenti di socializzazione e interrelazione possano continuare per molti anni ancora e che possano fare di questa società, l'Osa, in questo caso specifico, ma anche in altri casi, un fiore all'occhiello dello stare assieme positivamente.

p.s. se mi fosse consentito un particolare ringraziamento va a Beppe Piloni che quest'anno (per noi la prima volta) ha voluto che godessimo della bella compagnia ed esperienza dolomitica a S.Fosca. Complimenti e grazie a tutti!

Campionato sociale di Mountain Bike

Alessia Brambilla

In una calda giornata di metà settembre si è svolta la seconda edizione del campionato sociale di mountain bike. Il tracciato, rispetto all'anno scorso, ha subito una modifica nella parte iniziale: partenza dalla località Belvedere, arrivo tenutosi nuovamente a S. Tomaso.

Dopo avere agganciato il numero sulla bici e messo gli zainetti sulla jeep guidata dal mitico Tino, i concorrenti si sono preparati ad affrontare l'ardua salita.

Quasi pronti al via, convinciamo a partecipare il 'piccolo' Filippo, che si stava gustando una tranquilla pedalata a S. Tomaso...così trasformata in gara!!!

Mario Maggi è il nostro apripista con la sua fantastica e-bike.

Pronti, partenza e via gridato da Dome. Si parte!! Start agguerrito per Davide Panzeri seguito da Andrea Rota... poi un problema fisico ha costretto Davide

a scendere dalla bici e spingerla per l'ultimo tratto di salita. I due leader, in prossimità dello strappo di Mondonico, sono seguiti a grande distanza da Andrea Testa, Luca Rusconi e Carlo Tegiacchi...poi Gabriele Alghieri, Maurizio Butti e Davide Crimella. Altri concorrenti, ripresi tra l'altro dalla cameraman



Augusta e dal fotografo Gigi: Mattia Dell'Oro, Stefano Brambilla e Laura Valsecchi.

A spuntarla è il giovane Andrea Rota, che precede Davide Panzeri. Completa il podio Andrea Testa. Una volta che tutti i concorrenti hanno tagliato il traguardo, ci attende una super merenda preparata dall'immane gruppo femminile capitanato da Giovanna.

A seguire le consuete premiazioni, e un arrivederci all'anno prossimo sperando in una maggiore partecipazione, visto tra l'altro che nel 2018 si svolgeranno le tanto attese Osiadi.

Classifica generale

POS.	CONCORRENTE	CAT.	TEMPO	DIFF. PREC.
1	ROTA ANDREA	J	13' 02"	
2	PANZERI DAVIDE	SEN	13' 45"	43"
3	TESTA ANDREA	J	15' 38"	1' 53"
4	TEGIACCHI CARLO	AMA	15' 46"	8"
5	RUSCONI LUCA	J	16' 06"	20"
6	BUTTI MAURIZIO	SEN	16' 11"	5"
7	CRIMELLA DAVIDE	SEN	17' 03"	51"
8	DELL'ORO MATTIA	J	17' 19"	16"
9	ALGHIERI GABRIELE	J	17' 47"	27"
10	BRAMBILLA STEFANO	J	18' 05"	18"
11	CORTI MASSIMO	AMA	18' 39"	34"
12	VALSECCHI LAURA	F	18' 48"	8"
13	BRAMBILLA ALESSIA	F	19' 20"	32"
14	DELL'ORO NICOLÒ	J	19' 46"	26"
15	DELL'ORO ERIK	SEN	21' 18"	1' 31"
16	DELL'ORO FILIPPO	RAG	25' 32"	4' 13"

Gita in montagna con l'associazione Oltre Noi: genitori e amici degli handicappati

Laura Valsecchi

Il primo giugno si è svolta la gita in montagna con Oltre Noi, un'associazione sul territorio che fornisce aiuto alle persone disabili quando le loro famiglie non sono più in grado di farlo.

In collaborazione con diverse associazioni del territorio, ogni anno portiamo i ragazzi che frequentano quest'associazione in montagna, cercando di farli vivere una giornata un po' diversa dal solito: ammirare la natura, respirare aria di montagna e, per chi riesce, assaporare un po' di escursionismo,

accompagnandoli per una breve passeggiata.

Da quando sono presidente, con alcuni soci sensibili a queste problematiche, mi reco personalmente ad accompagnare questi ragazzi meno fortunati di noi.

Ernesto dell'Oro Presidente dell'associazione "Genitori e amici degli handicappati", uno dei fondatori dell'Osa, nonché ottimo alpinista, ha una gran passione ed è un grande promotore di questo centro. Ogni volta che me ne parla mi commuove. Lui è un grande



appassionato di montagna e mi racconta sempre di questo amore e delle sue avventure all'interno dell'Osa, quando arrampicava o facevano le loro spedizioni in Val d'Aosta o in Trentino. Purtroppo ha dovuto abbandonare questa passione per dedicarsi interamente a suo figlio. I suoi occhi luccicano e anche i miei perché solo chi vive vicino a queste situazioni riesce interamente a comprenderle. Per fortuna ci sono molti volontari che frequentano questo centro per disabili e sono persone veramente speciali, perché lo fanno con una passione innata e con un amore indescrivibile. Noi dedichiamo una sola giornata all'anno per loro, lo so è poco, ma ne sono comunque felice. Ogni anno quando torno a casa dalla mia famiglia racconto ai miei figli di questi ragazzi, dei loro sorrisi e della loro semplicità, sono tutti molto teneri e sensibili, ma soprattutto sono sempre sorridenti e felici. Noi invece ci lamentiamo sempre di tutto, abbiamo la fortuna di essere sani ma a volte non lo sappiamo apprezzare o forse pensiamo che sia scontato.

Ho promesso a questi ragazzi che avremmo messo la loro fotografia sul nostro Crociatino. Eccola!

Ragazzi vi ringrazio per la vostra innocenza e per la vostra voglia di vivere, siete un dono del Signore.





Gir di Sant. Edizione 2017

Gigia

Sabato 24 giugno, un caldo torrido accoglie i cinquantuno partecipanti del cammino. Siamo a Civate.

Come consuetudine dopo il ritiro della credenziale per i relativi timbri e la consegna del campanello ai nuovi partecipanti, c'è offerta dagli amici della S.E.C. la tisana alle erbe.

Don Gianni, in piazza della chiesa, ci impartisce la benedizione con l'augurio di un buon cammino. Il caldo si fa sentire sempre di più. Raggiungiamo Valmadrera, il Santuario di San Martino per la visita, dove Giovanna alla tastiera e Rebecca col violino allietano con la loro musica. Saliamo a San Tomaso, alcuni partecipanti accusano fatica e caldo. Siamo prontamente ristorati dagli amici dell'O.S.A. con biscotti e del tè. Riprendiamo il cammino verso il "Funtanin dal Fo". Nei pressi del grande faggio siamo accolti dall'omaggio musicale di Samuele, con la sua antica tromba naturale. Ruggero Meles, voce narrante del documentario "Al Gir di Sant" ci invita a riflettere alzando lo sguardo verso la montagna per osservarla con occhi diversi, guardandola come luogo di spiritualità. - "Molti

hanno salito la montagna: Mosè sul Monte Oreb, eremiti, eretici, partigiani, ognuno di essi per salvare la propria libertà". Anche noi questa sera saliamo la montagna, il Cornizzolo, per la sua libertà: per vigilare che il Monte Cornizzolo sia liberato dalla cava. Ci spiega, la nostra casa non finisce con le mura che la racchiudono. La montagna è anche la nostra casa, la nostra libertà. Ruggero conclude augurando a tutti una bellissima camminata con una visione nuova. Si riprende il cammino oltrepassando Terz'Alpe. Il gruppo scende a Second'Alpe. La "cumpagnia di Nost" di Canzo ci attende per ristorarci col "brudin dal selvadigh". Il momento è di grande convivialità. Cantiamo insieme la canzone "Amici Miei". Si riprende a camminare verso Prim'Alpe passando per il "Sentiero dello Spirito del Bosco". Si scende nella Val Ravella, la campana della Chiesa di San Miro al Monte di Canzo ci accoglie per la visita. Continuando a scendere raggiungiamo la Chiesa di San Francesco dove Antonio, ideatore del Gir di Sant, sul sagrato all'ingresso della Chiesa disegna col gesso il logo del "Gir" e l'ora del nostro transito. Si prosegue costeggian-

do il lago del Segrino e si raggiunge la Chiesa di San Cristoforo di Eupilio. Ci aspetta un'amica che ci offre il pane del pellegrino, insieme visitiamo la chiesa di San Martino. Riprendiamo a camminare, saliamo ora alla Chiesa della Madonna della Neve di Pusiano. Gli amici del "Gruppo Difesa Natura" di Suello offrono a tutti la nostra tipica colazione. È ancora buio, nel cielo si vedono i bagliori dei lampi, preludio del temporale. Entriamo in Chiesa per la visita. Quando usciamo, comincia a piovere. Tanta, tanta acqua, scende su di noi. Andiamo avanti, troviamo riparo sotto una tettoia al Roccolo di Cesana Brianza. I nostri abiti si sono inzuppati. Li aspettiamo che il nubifragio si attenui. Decidiamo di interrompere il nostro cammino. Con un certo rammarico, viste le condizioni meteorologiche, in quel momento ci è sembrata una scelta inevitabile. Nella piazza di Cesana Brianza, sotto la pioggia, con un cielo carico di nubi ci salutiamo. Anche se quest'anno il cerchio intorno al Cornizzolo non si è concluso, l'esperienza del cammino notturno sui luoghi di fede del nostro territorio ha sempre un fascino indiscutibile. Ci riproveremo il prossimo anno.

S. Messa al Bivacco con tanti ricordi

Sandra Valsecchi

Mi hanno chiesto di scrivere un articolo sulla Messa al Bivacco e i miei ricordi. Ci provo e lascio che ognuno di voi possa ritornare con la mente a 28 anni fa ... Anche quest'anno il 9 luglio abbiamo celebrato la S. Messa al Bivacco "Anghileri e Rusconi" in ricordo dei nostri defunti, in particolare per i più giovani che ci hanno lasciato ormai da parecchi anni.

Padre Francesco, superiore del Seminario Pime di Monza, per la seconda volta ci ha fatto il dono della sua presenza tra noi, lasciando sempre delle riflessioni interessanti sul Vangelo e il Creato; infatti sulle montagne ci si sente più vicini a ringraziare il Creatore.

La montagna sa darti tanta gioia ma anche momenti di tristezza.

Ritornando indietro nel tempo, i ricordi riaffiorano alla mente: la disgrazia, la perdita di una persona amata, la difficoltà di affrontare la nascita del tuo bambino.

Il tempo passa inesorabile con le preoccupazioni ma anche le piccole gioie che ti aiutano a crescere con tuo figlio.

La ripresa è lenta, ma il passare del tempo aiuta a lenire le ferite.

Ricordo quando il consiglio O.S.A. ha deciso di dedicare un bivacco ad Angelo e Beppe.

Per me è stato un grande gesto di amicizia e fratellanza, ma anche un'impresa non facile da realizzare, soprattutto per la parte burocratica.

Ma finalmente nel settembre del 1992 l'impresa era stata completata. Il giorno dell'inaugurazione il Bivacco poteva essere raggiunto da qualsiasi persona grazie a un elicottero prenotato per l'occasione.

Tanta gente ha voluto essere presente alla S. Messa celebrata da Padre Ernesto, zio di Beppe e al taglio del nastro da parte di Andrea. Giorno di festa ma anche di ricordi dolorosi, le lacrime bagnano gli occhi, la voglia di urlare la propria disperazione ...



Qualche anno prima ero in vacanza con Padre Ernesto e i suoi ragazzi dell'oratorio di Como a Caspoggio. Organizzavamo escursioni e durante un'uscita ci siamo fermati all'Alpe Gembrè per la Messa. Per poter allattare Andrea sono stata ospitata nella baita della signora Eulalia, mi ha anche offerto un grappino come digestivo! Lei è ancora lì dopo tanti anni, attaccata alla sua montagna, curiosa di salutarci e pronta ad offrire un caffè.

Mi ricordo anche che quel giorno, non soddisfatta della camminata, ho coinvolto alcuni amici a salire dal sentiero che proseguiva verso il passo Confinaie, lasciando Andrea nelle braccia di Suora Attilia.

Forse è solo una coincidenza ma mi sono ritrovata nel luogo dove sarebbe iniziata la lunga storia che di anno in anno raggruppa i soci dell'O.S.A. per pregare e ricordare.

Ritornare nello stesso luogo a volte ti dà delle certezze, proprio quelle che sembrano scomparse nel giorno della tragedia.

Lavori di ristrutturazione a San Tomaso

Manovalanza gratuita

Le convocazioni per i lavori erano state fatte nei tempi giusti, ma negli ultimi giorni un paio di professionisti hanno rinunciato, così si è dovuto correre per trovare i sostituti (rivelatisi poi lavoratori di tanta resa e poca spesa).

I principali lavori previsti erano: rifacimento della cucina, tinteggiatura bar e



sala da pranzo, perlinatura dei muri perimetrali fino all'altezza dei tavoli, varie ed eventuali.

Mentre si iniziavano i lavori in cucina con il muratore e i manovali tuttofare, il pittore procedeva nella sala da pranzo con la nuova tinteggiatura. In cucina, tolte le piastrelle, i muri sono diventati un bel rebus quando si è cercato di dargli una dritta.

Anche gli autisti della Jeep avevano il loro da fare a caricare i secchi e portare in discarica le macerie oltre ad acquistare il materiale occorrente.

Tutti cercavano nel miglior modo possibile di risolvere i vari problemi che via via si presentavano.

L'idraulico, dopo qualche sopralluogo precedente, sistemava i vari collegamenti.

Terminati i lavori di muratura è arrivato il piastrellista che ha avuto la pazienza di ascoltare e suggerire come alternare i due colori delle piastrelle e quelli del mosaico posato nel tunnel di collegamento tra la cucina e il bar.

Nella sala da pranzo, dopo la tinteggiatura, è stata la volta dei posatori di perline di acero che hanno completato il tutto.

Sistemata anche la parte elettrica, dopo aver pulito e rivernicato il soffitto in legno e le pareti della cucina è cominciata la grande pulizia. Con molto olio di gomito e armati del potente vaporizzatore si è cercato in tutti gli angoli qualsiasi traccia di sporco, anche quello più resistente.

L'arrivo del nuovo lavandino



e della nuova lavastoviglie sono stati subito collaudati col lavaggio di tutto il possibile.

Si sa, un lavoro tira l'altro e anche fuori non sono mancati i ritocchi. I lavori sono durati una quindicina di giorni, una decina di soci si sono alternati ad aiutare; chi per una giornata, chi per tutto il periodo.

Non sono mancati la pasta e i panini di mezzogiorno ben preparati.

Sentendo anche i pareri dei diversi "geometri" di passaggio che si sono affacciati sulla porta e alla finestra, sembra che i lavori siano ben riusciti e il ristoro risulti più funzionale. (sperem!)

Su e giù per Preguda con un cellulare

Marco Magni

Tris di salite a Preguda per il progetto "Sentieri digitali", parte 2. Sempre all'interno dell'operazione Living land, coinvolgendo parrocchia e comune, sconfinando a chiedere supporto fin nella vicina Malgrate, l'Osa ha deciso di digitalizzare anche il sentiero che sale a Preguda. I finanziamenti sono garantiti dal successo della vendita dei panettoni, ma anche da nuove iniziative come l'Apericena in oratorio programmata per giugno. La Fondazione ambrosiana attività pastorali, collegata all'Azione cattolica, è pronta a garantire la copertura del 50% dei costi.

Così, ad inizio primavera, un sabato pomeriggio, ci si ritrova in via del Donatore: cinque ragazzi, un informatico, un'educatrice, una responsabile di Ac e tre soci Osa. È la prima salita di perlustrazione del sentiero che si vuole digitalizzare. Lo scopo è quello di raccogliere materiale, soprattutto foto, sensazioni, dati da riversare nel sito a cui ogni escursionista potrà collegarsi avvicinando il suo smartphone ai cartelli che si devono realizzare. Non ci si nasconde un altro obiettivo più sottile: appassionare questi cinque giovani ad un sentiero, ad un ambiente, ad un'at-



Arrivati in cima c'è il momento che sorprende tutti. Dopo aver fotografato ogni angolo, ci si siede, ci si ferma con lo sguardo rivolto alla città di Lecco e a ruota libera i cinque ragazzi si confidano, lanciano idee. Se ci fossimo trovati attorno ad un tavolo, non sarebbe stata la stessa cosa, avremmo parlato di meno.

Il lavoro prosegue in sede Osa e si creano cinque cartelli con relativo qr code che rimanda ad altri contenuti: prima tappa alla svolta da via Preguda per via del Donatore, possibile parcheggio per le auto, poi all'imbocco del sentiero vero e proprio in Piazza Rossè e successivamente di fronte



tività come l'escursionismo per far sì che il sito nasca già vivo e attraente. La via è già spianata; i nostri cinque neet, ovvero giovani con storie ancora incerte di scuola e lavoro, hanno risposto positivamente al primo laboratorio realizzato sul sentiero per S. Tomaso. Si sono incuriositi per un lavoro innovativo e creativo.

Sandra fa da guida, Davide ci aiuta con la sua esperienza di sentieri, Giacomo e Silvia studiano già soluzioni innovative multimediali, mentre Sabrina si muove con sicurezza nell'immaginare il lavoro da svolgere coi ragazzi.



alla grotta della Madonna di Lourdes. Qui c'è la possibilità di ascoltare dei canti e di rileggere le parole di Papa Francesco sull'ambiente tratte dall'enciclica "Laudato sii". Un altro pannello è a Pradello e poi due all'arrivo, sistemati su una bacheca realizzata dal gruppo volontari S. Isidoro.

Alberto, Dario, Jesse, Madjidou e Nicola sono stati protagonisti della giornata di sabato 27 maggio. Per la tradizionale S. Messa nella festa del santo, hanno illustrato i cartelli da loro realizzati. All'arrivo, oltre a don Adelio, ad accoglierli il sindaco Donatella Crippa con gli assessori Tentori Giampietro e Vassena Patrizia, mentre non è voluto mancare il presidente della Comunità montana Carlo Greppi. Questa pre-

Uno di quelli che... c'erano!

Domenico Rusconi

Gia quarant'anni... mi sembra ieri (1977) che un gruppetto di ragazzi del G.G. OSA., sotto l'egida maestria di chi le mani le sapeva muovere con competenza e passione (vale a dire i soci più anziani), si è messo alla prova per ristrutturare una sorgente ricca di acqua. "Ul funtanin del Tof", ed per posizionare una panchina sul sentiero che porta al "Bevesco", in ricordo del 20° di fondazione del gruppo.

Nella mente affiorano tanti ricordi. Noi ragazzi eravamo adibiti alla pura manovalanza: la ricerca e il trasporto dei sassi dell'attuale rivestimento del fontanino. Il lavoro era poco qualificante ma fatto con gioia e allegria, in un contesto dove ci sentivamo parte integrante di una Società piena di energia, in cui la differenza generazionale non si avvertiva: direi una fusione perfetta, una ricchezza di esperienza e di valori che ci hanno condotto fino ad oggi.

E poi nel pomeriggio, tutti a S. Tomaso a massacrarci le gambe nelle interminabili partite di pallone!!!

Nessuno di noi ha avuto un futuro in tale disciplina in quanto fummo "rapiti", già in età giovanissima, dagli spazi liberi e dalla bellezza che la natura, e in particolar modo la montagna, sa offrire. Qui abbiamo imparato che anche la fatica può essere un valore fondamentale per la crescita umana.

In questi giorni in ricorrenza del 40° abbiamo provveduto alla sostituzione della panchina ormai logora, ed in primavera è in previsione un intervento di messa a punto del "funtanin".

Delle due bocche d'acqua presenti, una è essicata mentre per la restante bisognerà sostituire il tubo oramai logoro e convogliare a valle l'acqua in eccesso.

Work in progress!!!!



senza plurale è il segreto del progetto "sentieri digitali" e di Living land: un progetto collettivo che unisce tante realtà per aiutare alcune individualità di giovani in ricerca.

L'inaugurazione non è stata la conclusione di tutto, a dimostrazione che questo progetto ha molti sviluppi possibili. In una serata di luglio un gruppo di soci ha ripercorso lo stesso sentiero, su... richiesta. Sono stati la rivista Orobie, il giornalista Carlo Caccia e il fotografo Diego Panzeri, a chiederci di ripetere l'itinerario per un servizio che la prestigiosa rivista ha poi pubblicato nel numero di ottobre 2017.

Conclusione in amicizia nel baitello dei volontari con un grazie speciale al loro responsabile, Massimo Cariboni.

"Sentieri digitali" non si ferma. È già stata aperta la terza fase. Direzione Pianezzo.

NOTIZIE FLASH

Solidarietà per Norcia

Pubblichiamo qui i ringraziamenti ricevuti dal comune di Norcia per il contributo che abbiamo inviato in favore delle popolazioni terremotate del Centro Italia.

I soldi erano stati raccolti durante la giornata "amatriceana e polenta taragna" del 15 ottobre 2016, organizzata dall'OSA in collaborazione con il Corpo Musicale S.Cecilia e con il Patrocinio del Comune di Valmadrera. Alla cifra raccolta durante questa giornata era stato sommato anche il ricavo della marronata presso S.Tomaso, e della tombolata natalizia del 2016.




Comune di Norcia
 IL SINDACO

Norcia, 6 novembre 2017

Gentilissima Presidente,

a nome personale, dell'Amministrazione comunale e della comunità nursina così duramente colpita dai devastanti eventi sismici dello scorso anno, sono a ringraziare Lei e tutti membri dell'organizzazione per la vicinanza e la generosità dimostrate: sono gesti come il vostro che hanno permesso e permetteranno di realizzare le strutture polivalenti di cui la nostra città ha assolutamente bisogno in questo momento.

Troverà in allegato la foto del primo padiglione del Centro Polivalente "Norcia 4.0" che, dallo scorso giugno, ha già ospitato numerosissimi eventi ed iniziative, come pure il progetto che questa Amministrazione ha in animo di realizzare nel più breve tempo possibile.

Ringraziando ancora per la solidarietà nei confronti di NORCIA, vi aspettiamo presto nella nostra amata città.

Con i più cordiali saluti.





Pranzo Sociale

Domenica 26 novembre, a chiusura di un anno di attività, si è svolto il pranzo sociale al Ristorante l'Antico Borgo di Annone di Brianza.

Come da tradizione l'appuntamento ha consentito di consegnare le targhe ai fedelissimi dell'Osa, i soci cinquantennali Giuseppe Canali, Alberto Dell'Oro, Andrea Rusconi, Mario Sandionigi e venticinquennali Clara Dell'Oro, Luca Longhi, Giacomo Nasatti, Giuditta Valsecchi e Marco Valsecchi.

OSIADI 2018

Ci siamo: dopo l'edizione "zero" del 2016, stanno per tornare le Osiadi. La formula è la stessa di due anni fa: sette gare sociali ognuna delle quali assegnerà i punti che, sommati, stabiliranno la classifica finale. Ovviamente l'invito a partecipare è aperto a tutti i soci, dai più agguerriti, che si daranno battaglia senza esclusione di colpi, ai più pacifici, che incarnano alla perfezione lo spirito olimpico: "l'importante non è vincere, ma partecipare". Ed è proprio con questo spirito che vorremmo tutti alla partenza delle gare sociali, le quali sono anche un modo per condividere tra osini la passione per uno sport: dalle gare sulla neve di questo inverno a quelle di mtb, corsa, marcia e arrampicata, che si svolgeranno da settembre a novembre.



Il regolamento è lo stesso di due anni fa, nel caso ci siano novità vi aggiorneremo al più presto. Vi aspettiamo numerosi!!

Antivigilia di Natale a S. Tomaso

La sera del **23 dicembre**, come ogni anno ormai da parecchio tempo, la trascorriamo nel ristoro di S. Tomaso con un gruppo di amici che aumenta di volta in volta.

Ci ritroviamo tutti insieme, appena scende il buio, alle ultime case della frazione Belvedere. Con una gioiosa armonia natalizia che accompagna i nostri passi, saliamo verso la meta. Intorno, sui versanti montani che circondano il nostro comprensorio, fiaccole luminose si arrampicano verso il cielo, per fondersi insieme alle stelle che, in questa notte, sembrano ancora più splendidi.

Un po' di tempo per decidere i posti da commensali, poi insieme ad altre persone ci ritroviamo avvolti dal profumo invitante della "trippa della tradizione", cucinata con tanta pazienza e servita da un gruppo di volontari "osini" che, ogni anno, dedica il proprio tempo per far partecipare a questa serata gente che ama la convivialità, le tradizioni, lo star bene insieme, cantando, divertendosi e, perché no, brindando in prossimità del Natale.

Poi, per finire la serata e scambiarsi gli auguri, ci ritroviamo all'interno del lavatoio, allestito con fiaccole che creano una calda atmosfera, e lì ci scaldiamo con il profumatissimo vin brûlé del nostro amico Renzo. Ognuno di noi serba nel proprio cuore le emozioni di questa "notte di attesa" e, quasi silenziosamente, lasciamo alle spalle questa oasi di pace e ci incamminiamo per tornare alle nostre case, non senza prima darci appuntamento per il prossimo anno.

Grazie a tutti i volontari per la riuscita, sempre ottima, di questo immancabile appuntamento.



Grazie a tutti i volontari per la riuscita, sempre ottima, di questo immancabile appuntamento.

Rita

Camminando verso Santiago

Gigia e Gigi

Valmadrera, 8 Settembre 2017, ore 4,00 del mattino: siamo pronti per la partenza.

Da mesi abbiamo programmato questo viaggio. Tutto ha avuto inizio nel mese di febbraio, in una domenica in cui prestavamo turno di servizio a San Tomaso. Desideravamo percorrere IL CAMMINO DI SANTIAGO. Diverse le motivazioni che ci spingevano ad intraprendere questo viaggio: religiose, culturali e sportive.

Il nostro gruppo è composto da me, mio marito Gigi, Giovanni e Mario; tutti "osini", a cui si aggregano altre tre persone, Emilio (bergamasco), Francesca e Mariolino (piemontesi). La nostra comitiva è alla prima esperienza, decidiamo quindi di percorrere il classico "Cammino francese". Il mezzo di trasporto per arrivare a Saint Jean Pied de Port, paesino alle pendici dei Pirenei Francesi, è il pulmino di Giovanni. Vi giungiamo, dopo aver viaggiato senza problemi, nel tardo pomeriggio. Cerchiamo subito un posto dove pernottare. Il piccolo paese circondato da mura medievali offre una buona ricettività turistica.

L'atmosfera è festosa, si vede e si sente la presenza di persone provenienti da tutto il mondo.

La mattina di sabato 9 settembre finalmente si parte per attraversare i Pirenei, ma sotto una pioggia insistente che ci accompagnerà per tre giorni consecutivi.

La prima tappa del percorso viene descritta dalle guide come la più impe-

gnativa. L'entusiasmo e l'allenamento dei mesi precedenti ci consentono di arrivare a Roncisvalle senza difficoltà. Alloggiamo presso la Collegiata, storico hospitaes del pellegrino, o albergue, (paragonabili ai nostri ostelli) che troveremo in tutti i paesi e città attraversati dal percorso. Nelle prime ore di cammino, procedendo nel buio, siamo costretti a utilizzare il frontalino fino alle ore 8. In Spagna l'alba e il tramonto sono posticipati di quasi 2 ore rispetto all'Italia, essendo situata più a ovest.

Da secoli, gli spagnoli che risiedono in questi luoghi, augurano Buen Camino alla moltitudine di viaggiatori che transitano, parole divenute quotidiane e usate tra tutte le persone che percorrono la via per Santiago.

Lungo il cammino incontriamo davvero persone provenienti dai 5 continen-

ti: Argentini, Brasiliani, Statunitensi, Canadesi, Europei, Australiani, Asiatici e qualche Africano. Nonostante la diversità di linguaggio riusciamo a costruire rapporti di amicizia e solidarietà, l'obiettivo da raggiungere è comune: camminare verso la cattedrale di Santiago de Compostela. Ogni giorno percorriamo in media 30 km, camminando 6/7 ore. Per visitare città storiche come Pamplona, Burgos, Leon, Astorga, Ponferrada, incrementiamo il chilometraggio nei giorni che precedono questi luoghi, così facendo abbiamo a disposizione quasi un'intera giornata senza modificare la tabella di marcia.

Le nostre giornate di cammino incominciano presto, la sveglia è tra le 5.30 e le 7.00, a seconda delle esigenze personali. Dove è possibile si consuma la colazione in albergo, altri-





menti ci si incammina per fermarsi in seguito, nel primo bar aperto. Durante la giornata effettuiamo 2/3 pause per pranzare e far riposare piedi e spalle per il peso dello zaino.

Lungo il percorso, sempre ben segnalato con frecce gialle e l'inconfondibile conchiglia, troviamo tavoli con frutta e bevande senza tariffa, solo una cassetta per un'offerta. Capita di vedere fuori dalle case cibo donato dagli abitanti per rifocillare i viandanti. Poter osservare queste realtà non ci lascia indifferenti, percepiamo l'ospitalità della gente di queste terre nei confronti dei pellegrini. A metà pomeriggio si arriva nel luogo prestabilito, ognuno col proprio passo, senza la fretta di chi vuole arrivare per primo. Il cammino va vissuto, passo dopo passo. Si riposa o si passeggia curiosando tra le vie dei paesini.

Le strutture di accoglienza nel corso degli anni si sono moltiplicate, offrendo tipologie diverse alle oltre 200.000 persone che ogni anno percorrono Il Cammino francese.



Una costante che si ripete ogni sera è il "menu del pellegrino", composto da piatti tipici, che ad ogni cena ci vengono proposti. E' il momento in cui il nostro piccolo gruppo si ritrova per raccontare la giornata trascorsa e programmare i successivi giorni.

Dal quarto giorno le condizioni meteo migliorano, transitiamo sull'Alto del Perdon dove si eleva il "Monumento al pellegrino", eretto dagli Amici del Cammino Navarrese.

Dopo due giorni entriamo nella Rioja, regione famosa per i vigneti e l'eccellente produzione vinicola.

Continuando, tra Burgos e Leon, si incontrano le Mesetas, altopiani tra gli 800 ed i 900 metri. Tra un villaggio e l'altro le distanze sono davvero notevoli (fino a 17 km). I terreni sono bruciati dal forte sole estivo. L'unica compagna in questo "deserto" è la propria ombra che ci scorta silenziosa per tutto il giorno.

Entrati in Galizia il paesaggio cambia, più verde e lussureggiante. Questa regione abitualmente è piovosa, ma non quest'anno. Gli abitanti ci raccontano che le coltivazioni stanno soffrendo la siccità. Attraversiamo boschi di castagni, querce, eucalipti, campi coltivati e numerose fattorie. Per giorni e giorni il nostro cammino ha solcato prati e colline con centinaia di capi di bestiame al pascolo, lasciandoci immersi in un



mondo contadino lontano dai nostri ritmi.

L'ultimo giorno saliamo sul Monte di Gozo, è ancora buio e c'è una fitta nebbia. Questo ci impedisce di avvistare le luci di Santiago; l'aria umida del mattino oggi è diversa, solo pochi chilometri ci separano dalla nostra meta. Giunti alla periferia, la luce del giorno ci permette di scorgere la città. Velocemente ci incamminiamo verso la cattedrale per essere puntuali all'incontro con Padre Fabio, per un momento di riflessione. A mezzogiorno partecipiamo alla "Messa del Pellegrino" dove il gigantesco Botafumeiro oscilla sopra le nostre teste. Nel pomeriggio, dopo ore di coda ritiriamo la Compostela, l'attestato ufficiale dell'avvenuto pellegrinaggio, quindi ritorniamo nella cattedrale per scendere nella cripta dove riposano le spoglie di San Giacomo Apostolo. Personalmente è stato il momento più atteso, intenso ed emozionante del viaggio.

Nei 27 giorni di cammino abbiamo condiviso con i compagni momenti di gioia, riflessioni, fatiche. Abbiamo sperimentato l'essenza delle cose ma soprattutto condiviso le profonde motivazioni per intraprendere questa avventura. I ricordi resteranno indelebili nelle nostre memorie, più delle numerose foto che abbiamo scattato.

Il cammino di Santiago è un'esperienza unica, la consigliamo a tutti coloro che amano camminare, che desiderano trascorrere un periodo di tempo fatto di semplicità, dimenticando i ritmi serrati del nostro tempo.

La mia Marathon des Sables

Matteo Amigoni

Le storie più belle cominciano con 'c'era una volta' e questa per me è più di una storia, questa è un'esperienza di vita.

C'era una volta un ex canottiere.

C'era una volta un ingegnere che decide di tenersi in forma correndo nei ritagli di tempo e, perché no, di andare in Groenlandia a disputare la Polar Circle Marathon 2015: una maratona più una mezza maratona che si corre in due giorni consecutivi al circolo polare artico nel mese di ottobre. Questo è stato l'inizio di un sogno. Tornato

dal gelido nord avevo già ben chiaro il prossimo obiettivo: Marathon Des Sables 2017.

Ma come si arriva a una gara così estrema? Io il coraggio l'ho trovato il 20 dicembre dello stesso 2015, in un bicchiere di buon vino rosso...un clic di

mouse ed è andata. Mi volto verso la mia compagna, sul divano, e confesso subito: "mi sa che ho fatto una cazzata" ed è stato come un sollievo.

Nei mesi successivi comincio a documentarmi sulle difficoltà della gara che, trattandosi di una competizione a tappe della durata di 7 giorni, prevede che ogni atleta sia completamente autosufficiente: unica eccezione vale per l'acqua e per la tenda nella quale passare la notte. Diventa subito chiaro che mi concentrerò su tre cose: lo zaino, lo zaino e ancora lo zaino.

I mesi scorrono veloci con la preparazione e qualche gara su strada, qualche trail e tanti, troppi, chilometri. In un batter d'occhio mi trovo all'arena di Milano, è il 19 marzo e con la Stramilano avevo programmato di chiudere la preparazione ed iniziare con lo scarico; solo qua mi accorgo che manca

davvero poco.

Le settimane che precedono la partenza sono una continua prova di preparazione dello zaino e di controllo del peso. Alla fine mi arrendo e smetto di pesarlo, porto un totale di 16.200 calorie (da regolamento bisogna avere un minimo di 2000 cal per giorno, per un totale di 14.000) più sacco a pelo, materassino, pentolino, bracere per il fuoco, crema solare, dotazioni obbligatorie come bussola e pompa anti-veleno, coltellino, forchetta e caricabatteria solare per l'orologio.

Il 6 aprile è il giorno previsto per la partenza alla volta del Marocco, Ouarzazate e il 7 mattina tutti i 1200 partecipanti vengono portati nel deserto con un viaggio di 7 ore di bus.

Fortunatamente in questa fase, nonostante si dorma già nelle tende berbere, i pasti sono distribuiti dall'organizzazione che ci lascia anche accesso ai nostri bagagli.

Il giorno successivo svolgiamo le operazioni di registrazione e di ritiro pettorali; inoltre tutti gli zaini vengono ispezionati per verificare la presenza della dotazione obbligatoria e del cibo necessario per terminare con il peso dello zaino: il mio peserà 9,8kg, senza acqua, e questo mi spaventa.

La prima tappa prevede soli 30km intervallati da due check point, in ognuno dei quali dobbiamo ritirare 1,5 litri di acqua.

Questa per me sarà la tappa 'rivelatrice': abituato a non preservare le energie, a dare sempre il massimo, dovrò fare i conti con la sabbia e con il caldo. Avevo sentito parlare del pericolo di disidratazione e prima di partire imposto sul garmin un avviso che, ogni 8 minuti, mi ricordi di bere.

Parto forte e subito mi accorgo che i quasi 12 kg sulle spalle pesano, come macigni; come se non bastasse già verso le 11 di mattina il caldo è insistente e mi costringe a rallentare il passo.

In 4 ore arrivo al campo, ma la sensazione è quella di essere andato fuori

giri.

Consumo il mio pranzo che prevede 100gr di prosciutto crudo, 50gr di taralli, 40gr di parmigiano e 30gr di noci. Passo le ore successive cercando di capire come gestire la tappa del giorno successivo, studiandone le difficoltà sul roadbook (una sorta di mappa distribuita la prima giornata di gara sulla quale sono riportate in modo dettagliato tutte le tappe con descrizione dei vari passaggi su dune, della presenza di salite ecc...).

Finalmente è ora di cena, io e i miei 6 compagni di tenda recuperiamo un po' di legna che, con l'aiuto delle pastiglie comburenti che ci portavamo nello zaino, utilizziamo per scaldare l'acqua necessaria alla cottura dei cibi liofilizzati. Opto per la pasta alla carbonara, non sa di niente ma placa la fame.

La seconda tappa la affronto con più rispetto: la distanza è maggiore e la consapevolezza acquisita il giorno prima mi convince a non spingere troppo sull'acceleratore.

In sostanza corro solo quando il terreno è sufficientemente duro e se non ci sono salite impegnative. Cammino per il resto del percorso.

Arrivo al campo dopo 6h e 30' e nel giro di un'ora la nostra tenda è quasi al completo. Un ragazzo di 38 anni non si vede arrivare e ci preoccupiamo, finché altri partecipanti ci tranquillizzano dicendo che era stato male, ma avendo raggiunto un check point era stato fermato per fare una flebo di sali minerali. Arriverà al campo dopo quasi 10h dalla partenza, con una penalità di 1h per aver usufruito dell'aiuto dei medici.

Nella terza tappa il copione si ripete, gestisco la gara consapevole che potrei spingere di più, ma i chilometri rimanenti sono ancora tanti e riesco a trattenermi. Chiudo in 5h e 20' e proprio come la sera precedente uno dei sette compagni di tenda tarda ad arrivare. Si tratta di Maurizio, milanese di 54 anni che aveva palesato prestazioni



eccellenti nei due giorni precedenti. Il deserto non ha risparmiato neanche lui che, nonostante abbia concluso la tappa, non riesce ad accettare l'aiuto prestatogli dai medici sottoponendogli una flebo integrativa. Si ritirerà la mattina successiva, prima della 'grande tappa'.

Ci siamo, il giorno della 'Long stage' è arrivato e mi sento più in forma che mai.

Finalmente lo zaino comincia ad alleggerirsi e l'aver gestito al risparmio i giorni precedenti mi dà sicurezza di gambe ancora non affaticate...o almeno credo.

Le esperienze dei due compagni di tenda caduti prede della disidratazione mi convince a ridurre il timer che mi ricorda di bere a 5 minuti.

Con gli altri ragazzi della tenda decidiamo di correre in solitaria e così sarà per i primi 25km, quando in un tratto veloce sul 'lago asciutto' raggiungo Federico. Continuiamo assieme fino al 40esimo km dove siamo raggiunti dal lecchese dei Falchi Alessio Stefanoni. Purtroppo il caldo asfissiante mette a dura prova il mio fisico: mi fa male la testa, ho la gola sempre asciutta e non riesco a camminare a buon ritmo. Federico aumenta il passo e invece Alessio resta con me e mi aiuta a superare questo momento di crisi: vorrei fermarmi, lui invece mi convince ad aprire i 100 grammi di speck sottovuoto e a mangiarli con calma, mentre camminiamo. Questo passaggio sarà fondamentale e con l'avvicinarsi del crepuscolo la temperatura scende dandomi finalmente tregua.

Al passaggio dal check point 5 (sito al km 56) comincia la fase più dura della gara: 10km ininterrotti sulle dune e ormai è notte. Con Alessio avevo condiviso parecchie uscite su terreni sterati ma veloci (Monte Barro, sentiero Rotary, San Martino, ecc...) e senza accorgercene andiamo forte, fortissimo!!!

Nel buio scorgiamo una figura familiare: è Federico che arranca sulla sabbia. Lo raggiungiamo e con lui arriviamo al sesto check point, al km 65, dove ci fermiamo circa 20 minuti per recuperare energie.

Ripartiamo veloci, ma altre dune sabbiose rallentano il nostro passo. Sono già 15 ore che camminiamo e corriamo e la fatica si fa sentire. Ci raggiunge un italiano, un mito di 68 anni partito 3 ore dopo di noi, con i TOP50. È stanco e lamenta che in questa tappa ci sia

troppa sabbia e troppe dune; gli dico in tono ironico: "Dai Marco (Olmo) tanto mancano solo 30km"...lui non coglie l'ironia, mi ringrazia per l'informazione e riparte a correre. Arriverà con un tempo di 6 ore inferiore al mio. Tolgo l'orologio per metterlo sotto carica; mi domando: "ma se anche l'orologio è stanco, ha bisogno di caricarsi, io cosa diavolo sto facendo?"...ma ovviamente continuo!

Alessio è in difficoltà e vuole fermarsi: è stanco, nervoso, e un fastidio al muscolo tibiale lo tedia ormai da diversi chilometri. Con lui arrivo fino all'ultimo check point, al km 76, dove decide di fermarsi a dormire qualche ora, mentre io e Federico dopo esserci curati le vesciche ai piedi ripartiamo per gli ultimi 10km.

Alla una di notte, dopo 18h e 40', arriviamo finalmente al campo: siamo stanchi, soprattutto mentalmente, ma abbastanza lucidi da capire che è fondamentale preparare la cena e rintegrarsi.

Il giorno successivo, fortunatamente, sarà di riposo per consentire ai più lenti di completare la tappa.

Finalmente la tappa che tutti aspettavano, la maratona, l'ultima!

Studio il roadbook e noto subito che sarà veloce: ci sono due passaggi di 3km ciascuno sulle dune intervallati tra loro da solo 1km di terreno duro; a parte questi non ci sono salite significative e sembra che si possa correre quasi per tutto il percorso.

Lo zaino è veramente leggero e questo è un gran sollievo.

Parto forte correndo a 5'30" al km e sono nel gruppo dei primi 70 atleti. Al 15esimo chilometro comincia a sanguinarmi il naso, ma con l'adrenalina che ho in corpo continuo a correre senza variare il ritmo, mentre con una mano tengo tappato il naso che in pochi minuti si placa.

Arrivo al chilometro 28 dove ahimè cominciano le dune di sabbia; passo quasi indolore i primi 3km, corro nell'intermezzo e attacco di buon passo il

nuovo passaggio sabbioso. Con mia grande sorpresa scopro l'esistenza di un muscolo fino ad allora ignorato: il muscolo tibiale dx sembra strapparsi ad ogni passo che compio sulle dune. Il dolore è lancinante e la sensazione è quella di avere rotto la tibia. Vorrei piangere, vorrei urlare, ma manca così poco!!!!

Continuo zoppicante fino all'ultimo check point, appena fuori dalle dune, al km 33,7.

Riparto camminando, ma poi la voglia di concludere è tanta e riprovo a correre.

Percorrerò gli ultimi 10km maledicendo il mondo conosciuto e anche tutti gli altri, intervallando qualche centinaio di metri di corsa ad altrettanta strada percorsa camminando; riesco a malapena a correre l'ultimo chilometro finché finalmente taglio il traguardo dove Patrick Bauer (patron e fondatore della MDS) aspetta tutti i concorrenti per premiarli.

E' FINITA!!!

La sesta tappa è una tappa di beneficenza che, fortunatamente, è di poco meno di 8km...già possono sembrare pochi, ma sono un'eternità se da percorrere sulle stramaledette dune di Erg Chebbi, alle porte di Merzouga.

Il muscolo tibiale sembra sempre ad un soffio dallo strapparsi e anche camminare è faticoso.

Ci metto due ore a percorrere la distanza, ma ho un pensiero fisso in testa...DOCCIA!!!!

Alla fine della tappa ci aspettano gli autobus che ci riporteranno a Ourzazate, dove finalmente riavremo i nostri bagagli. Il viaggio dura 7 ore e sembrano infinite, ma una volta in hotel è tutto passato e la doccia che da ormai 9 giorni era solo un miraggio ora è reale, e non è mai stata più bella!!

Nel deserto ho imparato il rispetto: il rispetto per l'ambiente che stiamo attraversando, il rispetto per il mio corpo ed il rispetto per gli altri concorrenti.

Nel deserto ho goduto del silenzio e della solitudine più estrema, ed è stato stupendo non avere a disposizione alcuna tecnologia per 7 interi giorni (è stata una mia scelta lasciare il cellulare nel trolley).

Nel deserto cercavo la fatica, e l'ho trovata.

Nel deserto ho scoperto i miei limiti, e li ho spinti oltre!!!

Non dobbiamo passare la vita inseguendo i nostri sogni, i sogni vanno resi reali per essere vissuti!!!



Maratona sulla grande muraglia cinese

Lucilla Nava

Dopo varie avventure come la 100 km di Seregno, quella del Passatore, alcune Monza-Re-ségone dove Sergio corre ed io lo talono in bicicletta, anche stavolta pensavo a qualcosa di simile e gli chiedo: "Allora? Dove si va quest'anno?" e lui mi risponde: "Cina! A maggio c'è una maratona sulla muraglia cinese." Metto in moto il cervello, muraglia cinese = gradini = niente bicicletta. Come farò a seguirlo stavolta? Guardo il sito, c'è anche la 10 km e la 21 km. Beh, se

giorno! C'è sempre aria e di notte rinfresca, ma in pieno giorno fa molto caldo. Anche qui dovrebbe essere primavera come da noi, pure per loro l'estate è arrivata troppo presto. Ma così è, e la visita alla muraglia il giorno prima della corsa è estenuante, fare quei gradini col caldo è proprio dura. Come faremo domani? Arriva il gran giorno, i primi concorrenti partono alle 8,30, quando ci avviamo noi sono già le 9 passate e il sole è caldo. Saluto Sergio che se ne va a lunghe falcate mentre

io mi avvio corricchiando a ritmo lento ma costante, mi aspetta tanta strada da fare. I primi chilometri sono in salita su una strada asfaltata a tornanti con ancora un pochino di aria. In cima inizia la muraglia, meravigliosa, cielo azzurro, arietta, si corre sempre in cresta con una fila infinita di corridori tutti colorati davanti a me e tanti anche dietro; una bellissima emozione! Sergio chissà dove sarà? Starà già scendendo. La bellissima muraglia infatti ora scende a picco nella valle con gradini sconnessi e di differenti misure in quanto segue il profilo della montagna. Per me è facile, sono una "donna da discesa" e supero parecchi atleti. Ora però arriva il brutto, il caldo aumenta ogni chilometro e si corre su una strada appena asfaltata che ancora puzza di catrame. Ecco un bel ristoro, bevo un paio di bicchieri di sali minerali, sono dolci, al mirtillo, ma si potrà con questo caldo distribuire dei sali dolci? Mi prendo anche una bottiglietta di acqua da portarmi appresso, non si sa mai. Poco dopo noto che tutti si portano la bottiglietta d'acqua, e sarà così per tutto il percorso, una o due bottiglie in mano intanto che si corre, non è possibile farne a meno. Intanto scorrono i chilometri in mezzo



mi alleno magari riesco a fare 21 km. Poi mi scappa l'occhio sulla maratona, per fare 42 km danno un tempo massimo di 8 ore. Ce la farò a fare 42 km in 8 ore? Camminare per otto ore non è un gran problema, ho provato a camminare per molto di più su e giù per i monti, ma per fare tutti quei chilometri dovrò correre un bel po'. Da febbraio incomincio ad allenarmi un paio di giorni alla settimana, su per i gradini di San Girolamo e del San Martino, speriamo non mi venga qualche dolore al ginocchio. Sergio, imperterrito, corre anche tre volte la settimana e molto più di me.

È maggio e si parte, le previsioni danno un gran caldo laggiù. Arriviamo a Pechino e si boccheggia, 42 gradi di





a paesini rurali dove l'ombra è un'utopia, solo bassa vegetazione intorno a noi. Bello il tifo dei locali che si sono vestiti a festa per l'evento e hanno portato i loro bimbi lungo il percorso

a fare il tifo, fanno a gara per farsi "battere il cinque". Mi fanno compagnia tanti altri "finti atleti" come me di tutte le nazionalità, tutti alternano tratti di corsa a tratti di camminata per cui ci si sorpassa ma siamo sempre tra di noi e ci si incoraggia a vicenda. Al 25° km la temperatura si fa insopportabile, il sole a picco sul cervello sembra far evaporare i neuroni, un tratto in mezzo a una piantagione su una strada bianca mi dà il colpo di grazia, metto insieme le forze per far funzionare le sinapsi e passo al piano

B: al trentesimo chilometro dovrebbe esserci la navetta che porta all'arrivo. Continuare vorrebbe dire tornare ad affrontare l'asfalto che puzza di cartrame. Forse è meglio arrivare integri

che distesa in un'ambulanza cinese con una flebo nel braccio. Mi trascino camminando mesta continuando a bagnarmi la testa con l'acqua che evapora all'istante. Sono passate 6 ore dalla partenza e ho fatto 30 km, basta così, di più non ce la faccio proprio. Per essere un cavedano sono anche stata brava... Spero tanto che Sergio ce l'abbia fatta ad arrivare alla fine. E infatti è così, praticamente nel momento in cui io salivo sulla navetta lui tagliava il traguardo dei 42 km e 195 metri della maratona, tempo ufficiale 5 ore 55 minuti. Bravo! Bravo davvero! Con questo caldo esagerato più di così non si poteva proprio fare. Devo dire che se metto su un piatto della bilancia i patimenti del gran caldo e sull'altro l'emozione della corsa in cima alla muraglia decisamente quest'ultima pesa molto ma molto di più! Proprio una bella esperienza! Grazie Sergio.

I laghi della Brianza

Mario Calzà

Sei gemme da salvare!!! Le loro origini fanno pensare ad immensi ghiacciai che si sciolgono al sole e lasciano dietro di sé gioielli incastonati fra verdi colline. Essi sono i laghi di Garlate, Annone, Pusiano, Alserio, Segrino e Montorfano.

Dalla sommità del Monte Barro si riesce a scorgere tutti i laghi, tranne quello del Segrino. A Eupilio, sulla sinistra si eleva il Monte Cornizzolo, zona molto cara al pittore Giovanni Segantini, maestro del divisionismo, che su queste verdi balze iniziò il suo dialogo con la natura. A Carella di Eupilio e a Pusiano egli dipinse almeno due delle sue opere più celebri: "Le due madri" e "Ave Maria a trasbordo".

Scorci panoramici si scoprono su tutti i laghi: il lago di Pusiano appena velato di "bruma": in primo piano la sagoma del campanile del paese caro a Segantini. Sulla riva opposta il campanile di Bosisio Parini (luogo di nascita del poeta Giuseppe Parini) e, sullo sfondo, i colli della Brianza. Sulle acque tranquille scivola lenta la barca di due pescatori: è quella a fondo piatto sulla

quale si rema stando in piedi.

Dal lago di Annone si può arrivare fino a Civate e quindi compiere una camminata di un'oretta per salire a San Pietro al Monte, una importante chiesa romanica nota per gli stucchi e i rilievi, con affreschi ancora dei tempi della Regina Teodolinda.

Sullo sfondo del lago di Annone si disegnano "l'ombra dell'isolino dei cipressi" e, più in là, il profilo inconfondibile del Resegone illuminato dai bagliori rossi e oro del tramonto! Soprattutto in autunno: avanzato e proprio al crepuscolo, si coglie appieno il fascino di questi luoghi.

Ho avuto la fortuna di sperimentare queste meraviglie e mi piacerebbe fossero riviste anche da tante altre persone.

La cosiddetta civiltà industriale ha però inciso con una traccia troppo profonda il bel volto di questa regione con



capannoni, troppe costruzioni abitative, supermercati, ecc. che ne hanno deturpata la bellezza naturale.

Ci sono, però, molte zone che conservano ancora un poco di quella originaria purezza: accostarsi a questi luoghi vuol dire non avere fretta, percorrere, a piedi, le stradine che penetrano dentro i canneti e nei boschi circostanti e, non dimenticate il binocolo per godersi un incontro con gli uccelli migratori. Sembrano spiccioli del Lago di Como questi piccoli specchi d'acqua dell'Alta Brianza là dove la grande pianura va ad incontrare le montagne del triangolo lariano e che riflettono il manzoniano "Cielo di Lombardia".

12° International Mountain Running Youth Cup a Gagliano del Capo

Andrea Rota

21 Maggio 2017 Caddo di Crevoladossola **CAMPIONE ITALIANO DI CORSA IN MONTAGNA.**

04 Giugno 2017 Lanzada **CAMPIONE ITALIANO DI CORSA IN MONTAGNA A STAFFETTA.**

È fatta, dopo tanto sacrificio, sarò nella nazionale italiana allievi di corsa in montagna e il prossimo 24 Giugno correrò in Puglia al dodicesimo International Mountain Running Youth Cup (il Mondialino per i giovani per intenderci).

Che soddisfazione, che gioia batte nel mio cuore, tante sono le cose che pensavo quando ho iniziato a correre, ma mai avrei pensato di arrivare fino a qua; indossare la maglia azzurra e rappresentare l'Italia, il mio paese!!!

Tanta, anzi moltissima l'emozione, ma anche tanta, tanta paura, la paura di sbagliare e di deludere le aspettative, sento gli occhi di tutti puntati su di me, di chi crede in me e mi vorrebbe vedere sul gradino più in alto del podio.

Non lo so, speriamo bene, ci saranno 16 nazioni presenti, i migliori corridori al Mondo, dico al Mondo!! Aiuto che responsabilità!!

Mille pensieri sfiorano la mia mente, ma uno solo è quello che conta: devo



solamente correre, correre per me stesso e per quelli che mi vogliono bene e che credono in me, nelle mie capacità e nelle mie forze, senza dimenticare che essere arrivato fino qua è già una conquista, una conquista enorme se pensiamo che è solo un



anno e mezzo che corro; quindi Andrea guarda avanti, testa alta e sii fiero del tuo risultato.

Ed eccoci finalmente al 24 Giugno 2017.

Gagliano del Capo, Spiaggia del Ciolo, bellissima località del Salento, sulla punta più estrema del tacco d'Italia, a pochi chilometri da Santa Maria di Leuca, sono le 11.45 e il termometro segna 38 gradi o poco più (sapremo poi che sarà una delle giornate più calde dell'estate).

Siamo tutti pronti alla partenza; il percorso si articola in due fasi: una prima salita e discesa sulla scogliera sopra il ponte del Ciolo (ponte famosissimo per gli amanti dei tuffi, 40 metri di altezza che si impongono su una profonda gravina a picco sul mare), per poi

procedere su asfalto verso il centro del paese di Gagliano del Capo.

Sarà molto dura, il caldo picchia sulla testa e le tempie cominciano a pulsare. I favoriti sono i turchi, hanno due squadre e sicuramente sono abituati a correre a quelle temperature. Noi italiani siamo in quattro, una bellissima squadra, siamo forti, siamo i migliori d'Italia e faremo di tutto per tenere alto l'onore della maglia che indossiamo. Otterremo infatti un fantastico secondo posto a squadre!!

L'unica perplessità e stupore per noi ragazzi è la scelta di quella località: stiamo per correre un Mondiale di



corsa in montagna e ci troviamo a correre a picco sul mare del Salento, a mezzogiorno con 40 gradi e un tasso di umidità che, se siamo fortunati, non finiamo tutti in ospedale; come è successo alla nostra cara amica e azzurrina Samantha Bertolina (campionesa del Mondo di sci alpinismo - Alta Valtellina) collassata poco prima del traguardo finale (la squadra femminile arriverà prima).

Maaa... pazienza, oramai venire: prendiamo l'asfalto e purtroppo perdo posizioni, andrà bene chi è abituato a correre in pista e in piano. Chiudo in settima posizione, un po' amareggiato e con le lacrime agli occhi, ma con il cuore e il corpo ricco, ricco di un'esperienza che mi ha fatto crescere come persona e come atleta e pieno di soddisfazione perché, comunque sia andata, potrò sempre dire che quel giorno, quel 24 giugno 2017 a Gagliano del Capo al dodicesimo International Mountain Running Youth Cup, io ero lì e con onore ho corso per l'Italia.

partire... Tre, due, uno si parte! Come previsto i turchi partono fortissimi, i primi sei sono solo loro, poi vengo io e di seguito gli altri; nella prima salita sullo scoglio recupero posizioni, in discesa do il massimo, sono terzo. Dai Andrea che ce la puoi fare, mi dico dentro di me; il caldo è terribile, soffocante direi, al primo ristorante ci dicono di bagnare la testa, ora sono completamente bagnato, il che

non mi aiuta e il peggio deve ancora venire: prendiamo l'asfalto e purtroppo perdo posizioni, andrà bene chi è abituato a correre in pista e in piano. Chiudo in settima posizione, un po' amareggiato e con le lacrime agli occhi, ma con il cuore e il corpo ricco, ricco di un'esperienza che mi ha fatto crescere come persona e come atleta e pieno di soddisfazione perché, comunque sia andata, potrò sempre dire che quel giorno, quel 24 giugno 2017 a Gagliano del Capo al dodicesimo International Mountain Running Youth Cup, io ero lì e con onore ho corso per l'Italia.



Traguardi

Estratto dal diario di un 60enne

60 anni, un passaggio importante, uno di quei momenti a cui dedicare qualcosa in più di un semplice saluto, andando un po' fuori misura magari...

Anche 50 però non sono da meno: mezzo secolo! Si dice che compiere 50 anni è un'occasione per riflettere. Guarda caso 60 li compio io e 50 un amico.

Perché allora non condividere la coincidenza dei due eventi?

Detto fatto. Facile trovare un punto d'incontro che possa garbare ad entrambi visti gli interessi in comune.

Pensiamo in grande (io e la moglie del 50enne): una bella sciata fuori porta e fuori stagione.

Metepapabili: Australia, Nuova Zelanda o Argentina.

Bene, è ora di cominciare a pianificare. Periodo, destinazione, budget.

Contatto agenzia, prima bozza.

Qualche colpo di lima e l'ipotesi prende forma.

Attesa: per il 50enne si tratta di una sorpresa, un regalo sotto l'albero di Natale.

Il dado è tratto. Il regalo piace e dopo un po' di "pensamenti" prende corpo. La meta: Nuova Zelanda.

Il periodo: fine agosto-inizio settembre
Budget: concordato.

Si può procedere.

Cominciamo a leggere e informarci; avremo 10/12gg di tempo per rubare tutte le immagini di una Nuova Zelanda misteriosa e affascinante; un pensiero va anche a quella fantastica realtà chiamata All Blacks e al mondo dei maori (un amore ormai di lunga data quello per il rugby).

Man mano che i giorni passano crescono interesse e curiosità ma anche consapevolezza che a qualcosa bisognerà rinunciare.

Difficile prendere decisioni ad escludere, più raccogliamo informazioni e più cose vorremmo vedere.

È fatta, si può passare a rendere concreto il progetto.

Passano solo alcuni giorni edriin driin driin driin.....

due convenevoli, un attimo di esitazione e subito dopo la notizia; immagine in dissolvenza con la Nuova Zelanda che se ne va e una nuova vita che fa capolino al fondo di una strada lunga 9 mesi che il mio compagno di viaggio e la sua compagna si predispongono a percorrere.

Passano i mesi e questi 60 anni cerco di viverli al meglio consapevole della loro unicità.

Dopo diversi anni, a luglio torno anche in campeggio dove vivo una splendida settimana in buona compagnia.

Vorrei rallentarlo questo tempo, ma in ogni luogo un

orologio scandisce inarrestabile ore, giorni e settimane.

Un po' però mi sembra di riuscirci durante le lunghe camminate in solitaria che faccio, mi permettono di pensare, di provare a tracciare un bilancio anche parziale.

Agosto e poi settembre.

Come dice Guccini: "settembre è il



mese del ripensamento sugli anni e sull'età, dopo l'estate porta il dono usato della perplessità. Ti siedi e pensi e ricominci il gioco della tua identità,

come scintille bruciano nel tuo fuoco le possibilità."

Ed eccomi qui a rispondere ad una telefonata in cui mi si chiede di partecipare ad una gara di marcia.

Qualcosa come: dimentica la Nuova Zelanda e vieni con noi sul Grappa a percorrere i sentieri della grande guerra.

Ma io una gara di marcia non l'ho mai fatta; un po' di perplessità ci sono ma la scintilla è lì da prendere al volo.

Due giorni a Crespano del Grappa dove il gruppo, a fine competizione, consolida un primato ormai storico; per l'ennesima volta si aggiudica il campionato di marcia per società.

Condivido la gioia del momento non senza lasciarmi prendere da qualche forte emozione quando penso a quanto successo da quelle parti 100 anni fa.

50 anni, un momento di riflessione, una vita alle spalle ed una gran parte davanti.

60 anni, qualcosa fuori misura è proprio accaduto; l'impetosa classifica della gara individuale del primo giorno a Crespano: un numero indecente di penalità!





Calendario appuntamenti

2018

GENNAIO

6 sab. e 14, 21, 28 dom.	Corso sci di fondo in Engadina. 1ª, 2ª, 3ª e 4ª lezione. Info: sci.fondo@osavalmadrera.it
13, 20 sabato	Corso sci alpino e snowboard a Chiesa Valmalenco. 1ª e 2ª lezione. Info: sci.alpino@osavalmadrera.it
26 ven. - 28 dom.	Fine settimana sci alpino a Naz Sciaves (Bz). Per info: sci.alpino@osavalmadrera.it

FEBBRAIO

3, 10 sabato	Corso sci alpino e snowboard a Chiesa Valmalenco. 3ª e 4ª lezione. Info: sci.alpino@osavalmadrera.it
4 domenica	Corso sci di fondo in Engadina. 5ª lezione.
4 domenica	Prova Criterium in Val Formazza (VB)
11 domenica	Camp. sociale ed intersociale sci di fondo e Prova Criterium in Val Vigizzo (VB) (1ª prova OSIADI 2018). Per info: sci.fondo@osavalmadrera.it
18 domenica	Camp. sociale ed intersociale di sci alpinismo (2ª prova OSIADI 2018). Info: sci.alpino@osavalmadrera.it
23 ven. - 25 dom.	Fine settimana sci fondo a Naz Sciaves (Bz). Per info: sci.fondo@osavalmadrera.it

MARZO

3 sabato	Gita sci di fondo Maloja - Zernez. Per info: sci.fondo@osavalmadrera.it
4 domenica	Camp. sociale ed intersociale di sci alpino. (3ª prova OSIADI 2018). Info: sci.alpino@osavalmadrera.it
10 sabato	Assemblea annuale dei soci e rinnovo del consiglio direttivo Dalle ore 20.00 sarà possibile votare presso la sede Osa. Alle ore 21.00 inizierà l'assemblea
11 domenica	Prova Criterium a Bionaz (Val d'Aosta)
14 mercoledì	Pizzata del Gruppo Femminile
16 venerdì	Serata di premiazione dei sociali ed intersociali di sci. Alle ore 21.00 presso il fatebenefratelli.

APRILE

6 venerdì	Corso di escursionismo , serata di apertura, ore 20.45 presso la sala del Fatebenefratelli.
7 sabato	Valma street block. In caso di pioggia 14 aprile. In collaborazione con CAI VALMADRERA e NIRVANA VERDE
8 domenica	Corso di escursionismo - Festa dell'amicizia al Roccolo di Cesana Brianza (in collaborazione con l'oratorio)
15 domenica	8° Trofeo G.E. Ratti - valevole come prova di campionato regionale di marcia alpina di regolarità
22 domenica	Corso di escursionismo - San Martino, Rifugio Piazza
25 mercoledì	Corso di escursionismo - Sentiero degli spiriti del bosco, Canzo
28 sabato	Mini vertical trofeo "Dario e William a.m." - gara di skyrace

MAGGIO

1 martedì	14° Trofeo "Dario e William a.m." - gara di skyrace
6 domenica	Corso di escursionismo - Rifugio Bogani, Cainallo
19 sab. - 20 dom.	Corso di escursionismo - Rifugio Tavecchia, Val Biandino

GIUGNO

2 venerdì	Corso di escursionismo - Raduno dei corsi F.I.E.
8 venerdì	Corso di escursionismo - Lucciolata a San Tomaso con proiezione foto
10 dom. - 17 dom.	Settimana escursionistica. Per info: escursionismo@osavalmadrera.it
30 sabato	Giir di Sant

LUGLIO

7 sabato	Gita al bivacco
dal 22...	Campeggio estivo. Per quattro settimane

AGOSTO

... fino al 18	Campeggio estivo. Per quattro settimane
18 sab. - 25 sab.	Settimana a S. Fosca di Cadore (BL) - organizzata dal Gruppo Tempo Libero

SETTEMBRE

8 sabato	Concerto a S. Tomaso "Note tra i Monti" in collaborazione con Cai Valmadrera
15 sabato	Campionato sociale di mountain bike con arrivo a S. Tomaso (4ª prova OSIADI 2018).
22 sabato	Gita del gruppo femminile

OTTOBRE

21 domenica	Campionato sociale di marcia alpina di regolarità e marronata (5ª prova OSIADI 2018).
27 sabato	Campionato sociale di corsa in montagna (6ª prova OSIADI 2018).

NOVEMBRE

14 mercoledì	Campionato sociale di arrampicata presso la palestra delle scuole L.B. Vassena (7ª prova OSIADI 2018).
23 venerdì	Serata di chiusura attività con proiezione di foto e premiazione Osiadi, presso la sala del Fatebenefratelli
25 domenica	Pranzo sociale

DICEMBRE

14 venerdì	Scambio degli auguri con tombolata, presso la sala del Fatebenefratelli
23 domenica	Trippa "natalizia" a S. Tomaso

IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE VARIAZIONI

Tutto sull'O.S.A.

- Siamo vicini alla socia Nadia Bolis per la perdita della madre Amalia
- Le nostre sentite condoglianze alla socia Rosy Silveri per la perdita della madre Teresa
- Felicitazioni al socio Davide Vassena per la nascita della figlia Alice
- Congratulazioni ai soci Gianluca Castagna e Francesca Sandionigi per la nascita della figlia Cristina
- Condoglianze a Patrizia Rossi per la scomparsa del padre Angelo
- La società si rattrista per la perdita del socio Paolo Giovari
- Siamo vicini a Ornella Pellegatta per la morte della madre Fausta
- Anche al socio Giuliano Ronati vanno le nostre condoglianze per la scomparsa della madre Valente
- Condoglianze ai soci Luigi e Giovanni Rusconi per la perdita del fratello, Padre Angelo
- Venerdì 3 novembre, presso la Cappella dell'Oratorio, è stata celebrata la S.Messa a suffragio dei soci defunti
- L'Osa è vicina a Giusy Riva per la morte del padre
- Condoglianze al socio Alberto Chiapati per la perdita del padre Ilia-no
- Anche ai soci Luigi e Mauro Dozio vanno le nostre condoglianze per la scomparsa del padre Angelo
- Grande gioia a casa del socio Luca Longhi per la nascita della figlia Anna
- Siamo vicini al socio Giuliano Rusconi per la perdita della madre Antonietta
- Tanti auguri al socio Matteo Valsecchi per la nascita del figlio Alessandro
- La nostra vicinanza a Letizia Parravicini per la morte della madre
- Fiocco azzurro in casa dei soci Gianluigi Rusconi e Barbara Dell'Oro: felicitazioni per l'arrivo del figlio Diego
- Si sono uniti in matrimonio Marco Mainetti con Beatrice Alfaroli: a loro le nostre congratulazioni
- Felicitazioni vivissime per la nascita di Vera, figlia del socio Paolo Valagussa
- Tanti auguri a Fabio Vassena e Mara Manzoni per la nascita della figlia Viola
- Condoglianze a Isa Cisini che quest'anno ha perso la madre Barbara
- Ci uniamo alla felicità di Dario Rigonelli per l'arrivo del figlio Pietro
- Congratulazioni a Stefano Agostoni e Laura Gnechi per l'arrivo della figlia Alice
- La Società porge le sue condoglianze al socio Mimmo Mazzitelli per la perdita della madre Nicolina
- Siamo vicini anche a Fabrizio Capelli per la scomparsa del padre Davide
- Sentite condoglianze al socio Valerio Butti per la morte del fratello Achille
- È venuto a mancare Albino, figlio di Carlo e fratello di Miriam Campagnari. A loro va la vicinanza della Società.
- Venerdì 24 novembre si è svolta, presso il Centro Fatebenefratelli, la Serata di chiusura attività con la proiezione delle fotografie dell'anno e le premiazioni del campionato Italiano per Associazioni
- La società piange la scomparsa del socio Mario Rusconi, condoglianze alla moglie Carla e ai figli Gianluigi, Alberto, Michela e Alessia
- È nato Matteo, figlio della socia Claudia Bussola: felicitazioni!
- In prossimità del Natale, Venerdì 15 dicembre i soci si sono ritrovati presso il Salone del Fatebenefratelli per la tombolata e lo scambio degli auguri
- 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 esserci giunta notizia



**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