



CLUB ALPINO ITALIANO



CON IL PATROCINIO DI
Scuola Nazionale
Sci Fondo Escursionismo
Intersezionale ADDA



ATTIVITÀ E GITE 2023-24

Postosicuro



Riservato ai soci "Fedelissimi" che desiderano seguirci per tutta la durata del Corso SFE1, avendo la garanzia del posto riservato sul bus.

La quota di iscrizione comprende n. 6 spostamenti A/R in autobus granturismo per le giornate del 3, 10 e 17 dicembre 2023, 7, 14, e 21 gennaio 2024. Gli eventuali recuperi sono previsti per i giorni di domenica 28 gennaio e 4 febbraio 2024.

N.B.: in caso di disdetta del posto entro le ore 21,00 del mercoledì antecedente l'uscita, la quota relativa verrà rimborsata solo in caso di sostituzione nominativa.

In caso di mancata sostituzione nominativa, è possibile recuperare l'uscita, sino a un massimo di 3, partecipando ad una escursione in programma versando la differenza di € 10,00.

Alle stesse uscite su neve del Corso SFE1, nelle date sopraindicate e compatibilmente con i posti autobus disponibili, potranno partecipare soci non iscritti al corso, o non in possesso della formula "Postosicuro", dietro pagamento della quota viaggio di € 25,00.

Presciistica per lo SFE

La ginnastica presciistica è finalizzata ad acquisire un allenamento di base propedeutico all'attività dello sci di fondo escursionistico. Il programma prevede un'ora e trenta circa di attività all'aperto, alternata tra camminata veloce con bastoncini (tipo nordic walking), corsa leggera, esercizi a corpo libero e stretching finale.

Le lezioni si terranno domenica 29 ottobre, 5, 12, 19, 26 novembre e 3 dicembre 2023 dalle ore 9,30 alle ore 11 in località da definirsi (Parco del fiume Brembo, Treviolo - Parco dei Colli, Sombreno).

Per gli iscritti ai nostri corsi invernali la partecipazione è gratuita.

Presentazione

venerdì 20 ottobre 2023
alle ore 21 presso la sede CAI di
Trezzo sull'Adda
via P. Benigno Calvi 1 - Villa Gina

Pre-iscrizioni Postosicuro

Sono aperte a tutti e si ricevono durante la serata d'inaugurazione



disponibile al link:



All'atto della pre-iscrizione non è dovuta alcuna quota e non è vincolante ai fini dell'iscrizione

Iscrizioni Postosicuro

Sono riservate ai soli soci CAI fino ad esaurimento dei posti disponibili e vanno formalizzate entro il 24/11/2023

Quota iscrizione: € 120,00

La quota di iscrizione comprende: assistenza di nostri istruttori qualificati, utilizzo dell'attrezzatura "comune" (scioline, tamponi, puliski) per sei uscite in ambiente ed i trasferimenti nelle località di svolgimento del Corso SFE1 in autobus da granturismo

Iscrizioni Presciistica

Sono riservate ai soli soci CAI e si ricevono durante la serata d'inaugurazione o tutti i giovedì successivi dalle 21 alle 22

Quota iscrizione: € 10,00



CLUB ALPINO ITALIANO



CON IL PATROCINIO DI
Scuola Nazionale
Sci Fondo Escursionismo
Intersezionale ADDA



Gite Sci Fondo e Ciaspole

Le iscrizioni alle gite sono accettate previa compilazione del Modulo Iscrizione Gite (scaricabile dal sito web) sino ad esaurimento dei posti disponibili.

I costi sono indicati su ogni singolo volantino ed il trasferimento presso la località prescelta avverrà con autobus da granturismo. Qualora non venga raggiunto un numero minimo di iscrizioni, i trasferimenti avverranno con mezzi propri e non sarà richiesta alcuna quota di partecipazione.

Domenica 28 gennaio 2024 *
Riale Val Formazza (VB) – 1.700 m

Domenica 4 febbraio 2024 *
Cogne (AO) – 1.544 m

Domenica 11 febbraio 2024
Saint Barthélemy (AO) – 1.633+1950 m

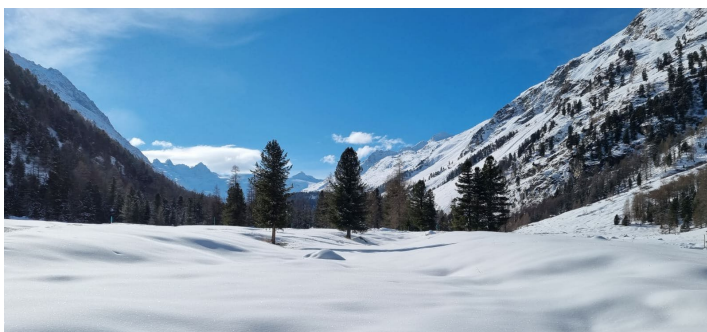
Sabato 17 febbraio 2024
Traversata Maloja-Zernez (Svizzera)

Week end 24-25 febbraio 2024
Passo di Lavazè (TN) – 1.808 m

Domenica 3 marzo 2024
Folgaria Passo Coe (TN) – 1.610 m

Domenica 10 marzo 2024
Splügen/Rheinwald (Svizzera) – 1.457 m

Domenica 17 marzo 2024
Rhêmes-Notre-Dame (AO) – 1.725 m



* eventuale recupero uscita su neve corso SFE1, M-PAN e Postosicuro in Engadina
Le mete delle escursioni potranno subire variazioni in base all'innnevamento ed alle previsioni meteo.

Le fermate del Bus

Le fermate del bus saranno preventivamente indicate sul nostro sito web.

Per le uscite in Engadina è prevista la fermata a Merate presso il parcheggio del Parco "le Piramidi".

Per le uscite in Val d'Aosta, a richiesta è prevista la fermata nei pressi del casello autostradale di Agrate Brianza (fermata autostradale).

Gite Sci Escursionismo

Da marzo ad aprile 2024 saranno organizzate gite di Sci Escursionismo in collaborazione con la Scuola Silvio Saglio della Sez. SEM di Milano. Il programma dettagliato delle gite sarà disponibile presso le sedi della scuola o scaricabile dal sito web www.scuolasfeadda.it.

Per informazioni telefonare al +39 378 0832270 dal martedì al venerdì dalle ore 19,30 alle ore 21,00

Le escursioni vengono effettuate in ambiente alpino e di conseguenza possono presentare un margine di rischio non del tutto eliminabile del quale i partecipanti devono essere consapevoli.