



Venerdì al Palamonti la presentazione del corso: lezioni teoriche e uscite pratiche in cavità Con lo Speleo Club l'avventura del sottosuolo

■ Far avvicinare le persone ad una delle ultime frontiere dell'ignoto, introdurre in mondo che apparentemente non esiste, forse l'ultimo che l'uomo deve ancora esplorare. È l'obiettivo del Corso che lo Speleo Club Orobico presenterà venerdì sera al Palamonti, proponendo un viaggio virtuale - fatto di fotografie e filmati - in quel mondo che sta sotto i nostri piedi. Il corso vero e proprio prenderà il via l'8 ottobre, per concludersi il 14 novembre; cinque gli incontri teorici, che si terranno sempre al Palamonti il venerdì sera, e altrettanti quelli pratici, la domenica, con uscita finale presso un importante punto speleologico italiano. Età minima richiesta i 16 anni e nessun requisito particolare, neppure in termini di attrezzatura, visto che gli organizzatori metteranno a disposizione quanto serve. Perché di Corso di introduzione alla speleologia si

tratta e molto ancora poi ci sarà da apprendere, con la pratica e l'esperienza; qui sarà l'occasione per imparare - fra gli altri - l'uso pratico dei materiali, quelli i discensori e i bloccanti, ma anche per acquisire i principi base di geologia e carsismo, di biospeleologia e speleogenesi. Si tratterà naturalmente del soccorso in grotta nonché della storia della speleologia, che nella nostra terra così tanto deve allo Speleo Club Orobico, le cui origini vanno rintracciate agli inizi degli anni Settanta. Una quindicina in tutto gli allievi che verranno accettati: un limite numerico imposto dalla progressione in grotta. Perché sotto, naturalmente, si scenderà, e la prima esperienza avrà come obiettivo il cosiddetto Buco del Castello, a Capovalle di Roncobello, cavità fra le più profonde della Lombardia.

Dove è ancora possibile l'esplorazione. Il corso, per soli 15 allievi, avrà inizio l'8 ottobre



Pa. Va.

Nei rifugi orobici tante famiglie con bambini

Nella stagione estiva sulle nostre montagne sensibile aumento di presenze, merito anche dei prezzi convenienti. Il ruolo importante della qualità dell'accoglienza e dei servizi, con particolare attenzione agli ospiti più piccoli

■ Merito del bel tempo. E ci si metta pure la ricerca di una vacanza alternativa, vicino a casa, con l'obiettivo di risparmiare. Sta di fatto che la stagione estiva 2010 si chiude con un bilancio positivo per i rifugi delle Orobie.

Il merito è dei giovani e dei giovanissimi. Lo si intuiva già da alcuni anni, ma l'estate che sta per concludersi ne è stata la conferma: alle nuove generazioni andare in montagna piace. Sì, la vacanza in rifugio - nella formula mordi e fuggi o residenziale che sia - piace anche ai ragazzi e alle famiglie con bambini al seguito, già un po' grandicelli da potersi arrivare sulle proprie gambe o ancora in spalla a mamma o papà.

«Ce lo eravamo augurato a inizio stagione e ora lo possiamo constatare - commenta il presidente della sezione Cai di Bergamo, Paolo Valoti - in quest'estate montanara, anche a seguito del costante lavoro di promozione del Cai e il nostro convinto impegno per i ragazzi e le famiglie in montagna, abbiamo registrato un notevole aumento di presenze di giovani e nuclei familiari nei nostri rifugi, sia in quelli più accessibili quali Gherardi, Alpe Corte, Gemelli, Longo, Calvi, Curò e Albani, sia in quelli più impegnativi da raggiungere quali Coca, Baroni e Tagliaferri».

L'analisi si spinge oltre: «Gli ingredienti base sono stati una stagione meteorologica favorevole e la bellezza delle montagne appena fuori la porta di casa; buona la convenienza dei costi contenuti e gradite le diverse promozioni e combinazioni economiche; non ultima la qualità dell'ospitalità e dei servizi ai bambini». Ovvero, un'attenzione ai più piccoli che un po' tutti ormai offrono, partendo da piatti a misura di bambino, compreso un bel cono gelato.

Lo offre ormai da qualche anno Maurizio Nava al Gemelli, che spiega: «Dobbiamo avere un occhio di riguardo per i giovani perché sono il nostro futuro. Soprattutto nei fine settimana abbiamo ospitato gruppi di 20 persone composti da alcune famiglie con bambini al seguito. Oppure gruppi di giovanissimi a spasso con l'intenzione di coprire il Sentiero delle Orobie».

Analoghe considerazioni al Tagliaferri, dove ad accogliere gli escursionisti c'è da sempre, ovvero dalla sua costruzione, Francesco Tagliaferri, fratello di Nani, a cui il rifugio è intitolato: «Nei venticinque anni del nostro rifugio ogni estate va meglio di quella precedente. Escursionisti di tutte le età e tanti bambini ma meglio andar cauti: manca ancora la fascia degli adolescenti e una grossa mano ce l'ha data il bel tempo». Ma è anche merito di buone pratiche, come il pernottamento gratuito ai bambini, deciso in accordo con il Cai, e - perché no - della buona cucina.

Escendendo un po' più in basso come quota, vero boom di presenze all'Alpe Corte. «Abbiamo avuto giornate - spiega Filippo Ubiali, coordinatore dei volontari che gestiscono il rifugio - in cui abbiamo avuto ben 700 bambini, saliti in valle con 13 pullman. Merito dei cre, naturalmente».

Da non trascurare le presenze straniere: olandesi e tedeschi, che non mancano mai, ma anche turisti dell'est; oppure escursionisti - per così dire - insoliti, come quel gruppo di ragazze comasche che all'Alpe Corte ha festeggiato l'addio al nubilito. E intanto già una coppia ha chiesto informazioni per il banchetto di nozze nel giugno prossimo.

Paola Valota



A sinistra, dall'alto: il rifugio Alpe Corte e il concerto che Bergamelli, Trovesi e Montanari hanno tenuto al rifugio Tagliaferri. A destra: Francesco Tagliaferri con un piccolo ospite. A fianco: meritata sosta durante una escursione e, sopra, folla al rifugio Laghi Gemelli

La montagna, strumento di salute e di riabilitazione Un convegno nazionale per novembre al Palamonti

■ Andare in montagna fa bene. Aria pura, tanto verde, splendidi panorami, quiete e serenità, per non parlare poi del movimento, da cui trae beneficio tutto l'organismo. Insomma, uno strumento di salute. A c'è anche un aspetto poco conosciuto dell'andare in montagna. La «montagnaterapia» come ambiente e metodo riabilitativo.

Quest'ultimo aspetto non è una novità, e non mancano le esperienze in materia con risultati di grande interesse e valore. Per questo si preannuncia di notevole importanza per argomenti e contenuti, oltre che per qualificate presenze, il convegno nazionale «Sentieri di salute - La montagna che cura», in programma il 12 e il 13 novembre prossimi al Palamonti.

«Il convegno - è detto nella presentazione - offre la possibilità di portare alla luce e di permettere il confronto sulle esperienze realizzate, di condividere progetti e ricerche sul cam-

po in diverse aree tematiche; dalla salute mentale alle dipendenze, dall'handicap ai minori». L'organizzazione è a cura del Cai di Bergamo - Commissione medica sezionale, dell'azienda ospedaliera Bolognini di Seriate Dipartimento di salute mentale - U.F.A. di Psicologia, del coordinamento gruppi operativi di Montagnaterapia, di cui fanno parte operatori della sanità ed esperti del settore montagna.

I lavori avranno inizio la mattina di venerdì 12 novembre con la registrazione (ore 9) dei partecipanti, cui faranno seguito i saluti delle autorità. Il convegno sarà introdotto dalla «Lectio magistralis» di Annibale Salsa, past president generale del Club Alpino Italiano. Nei due giorni sono in programma interventi di psichiatri, psicologi, terapeuti, tecnici, infermieri con particolari esperienze e qualifiche; è pure prevista la presentazione di esperienze dall'estero.



NOTIZIE CAI

Sezione Locatelli

- **Gita alpina.** Questo fine settimana due giorni nelle Alpi Noriche, Gruppo Aurine.
- **Val Roseg.** Domenica escursione in Val Roseg, Capanna Tscherva.
- **Alpinismo giovanile.** Domenica gita in Grigna Settentrionale, con salita al rifugio Brioschi.
- **Sci Cai.** Fino al 30 settembre iscrizioni alla Fase A: Base prescistica del piano di allenamenti in palestra. Fotografia. In sede le iscrizioni allo stage di fotografia di montagna (sede: via Pizzo della Presolana 15, Bergamo, tel. 035.4175475; segreteria: lunedì-martedì-mercoledì ore 9-13 e 14,30-18,30, giovedì-venerdì 14,30-20,30, sabato 9-13 e 14,30-18,30, web: www.caibergamo.it).

Sottosezioni

- **Alzano Lombardo.** Questo fine settimana, gita di due giorni in Dolomiti: domani dal Falzarego al rifugio Pomedes, domenica escursione alla Capanna Alpina, in alternativa, via ferrata Olivieri alla Tofoana di Mezzo (sede: via G. Paglia 11, Alzano Lombardo, c/o Parco Montecchio; aperta martedì e venerdì, ore 21-22,30; tel. 035.511544).
- **Gazzaniga.** Domani e domenica in Dolomiti, con salita delle Torri del Violet; mercoledì col gruppo Anziani al pizzo Moren, per i meno preparati escursione al rifugio San Fermo (sede: via Europa 25, Gazzaniga; aperta martedì e venerdì, dalle ore 21; tel. 035.720651).
- **Nembro.** Domani al rifugio Coca e domenica salita in vetta; con il gruppo Escargot: martedì gita in bicicletta a Romano di Lombardia e Ghisalba; giovedì escursione da Tezzi Alti al Vigna Soliva e al Vigna Vaga (sede: via Ronchetti 25, Nembro; aperta martedì e venerdì, ore 20,30-22,30, tel. 035.523107).
- **Ponte San Pietro.** Fine settimana nelle Dolomiti di Brenta: oggi dal Tukett al rifugio Alimonta, domani: Vedretta degli Sfulmini, Spallone di Masodi, bocca di Tukett. Domenica, festa al monte Linzone, con Messa in vetta (sede: via Trento e Trieste 8a, Ponte San Pietro; aperta martedì e venerdì, ore 21-23; tel. 035.615660).
- **Trescore-Valcavallina.** Per la Settimana della montagna tutte le sere, ore 20,30, in piazza Cavour arrampicata su parete artificiale per i più piccoli; questa sera, ore 20,45, convegno «Una montagna di pascoli» all'oratorio San Giovanni Bosco (sede: via Mazzini 13, Trescore Balneario; aperta martedì e venerdì, ore 21-22,30; tel. 360.449397).

Sezioni

- **Treviglio.** Questo fine settimana due giorni in Dolomiti, domenica salita del Sasso Piatto (Sede: via dei Mille 23, Treviglio; aperta martedì e venerdì, ore 21-22,30; tel. 0363.47645).
- **Romano di Lombardia.** Da oggi giro delle Orobie per festeggiare i 40 anni di vita della sezione: staffetta di 40 tappe in 40 ore (sede: via Giovanni Paolo II n.37, Romano di Lombardia; aperta martedì e venerdì, dalle ore 21; tel. 0363.902616).
- **Piazza Brembana.** Domenica gita al passo del Verrobbio (Sede: Via B. Belotti 54/b, Piazza Brembana; aperta il venerdì dalle ore 21, tel. 0345.82244).
- **Lovere.** Uscite gruppi senior di mercoledì: da passo Aprica a rifugio Valtellina (coordinamento Benaglio e Guizzetti, cell.: 338.8439581), da Sant'Antonio al colle di San Fermo (coordinamento Biolghini, tel. 338.7070171) (sede: via Matteotti 3, Lovere; tel. 035.962626, aperta martedì e venerdì, ore 20,30-22). Sottosezione Darfo: domenica salita del monte Frisozzo da Val Paghera (sede: via Bazziche, Darfo, aperta giovedì, ore 20,30-22,30, tel.338.4303123).

Escursionismo

- **Uoei.** Domani e domenica gita nel gruppo Orties/Cevedale, con pernottamento al rifugio V Alpini (sede: Largo Porta Nuova 10, Bergamo; aperta martedì ore 16,30-18,30, negli altri giorni, ore 21-23; tel. 035.239405).
- **Sas.** Questo fine settimana due giorni in Val Pusteria, con salita dalla ferrata alla Croda Rossa (sede: via Decco Canetta 50, Seriate; aperta venerdì, dalle ore 21 alle 23; tel. 035.298032).
- **Alpina Excelsior.** Domenica gita nel Mantovano, con navigazione da San Benedetto Po ai laghi di Mantova (sede: via Celestini 4, Bergamo; aperta martedì e giovedì, ore 20,30-22; tel. 035.242933).

Pa. Va.