



Due parole dal Presidente

La Passione, la Montagna, Insieme



PENSIERI DOLOMITICI

Sto scrivendo qui da Olang in Val Pusteria, dal "mio rifugio in Tirolo", sempre poco solitario... infatti domani arriverà un gruppo di amici, tutti falchetti. Arriveranno con l'obiettivo di fare delle belle salite... e discese con gli sci, su e giù dalle più fantastiche montagne al mondo: le Dolomiti.

Le condizioni della neve non sono delle migliori, anzi... i bollettini e le telefonate fatte impongono prudenza, molta! Sono assai dubbioso sull'itinerario per domani, mentre studio e analizzo freneticamente le molte informazioni che internet e i cellulari mettono oggi a disposizione e... ad un tratto mi blocco e mi pervade una piacevole sensazione: ho la consapevolezza di star vivendo tutte le condizioni che sono tipiche del nostro, di noi della GEFO, operare.

Il piacere di metterci la passione, nel cercare, nell'immaginare nuove mete, nuove salite, oppure come in questo caso nel vagliare salite più "tranquille" fatte magari molte volte ma che il pericolo di slavine ripropone come mete "obbligate". E poi la voglia di condividere con gli amici una bella esperienza, il desiderio di arrivare comunque su una cima, anche fosse (se le condizioni non permettono altro) quella di una collinetta, perché avremo comunque fatto tutto quanto possibile per arrivarci, e magari... ci si arriverà con uno sprint finale, giusto per non arrivare secondi! Senza dimenticare il pregustarsi della festa che poi faremo sicuramente al ritorno, fosse solo un brindisi con il sempre ottimo cartizze.



Tutto questo mi fa stare bene, perché è l'essenza del nostro modo di vivere la montagna, INSIEME. Con la passione di cercare nuovi posti e fare nuove salite, condividendo la nostra fatica con i nostri amici.

Banale? Troppo semplice? Roba vecchia? Per quanto valga, personalmente credo proprio di... no!

A me tutto questo fa star bene, e a voi?

Oscar Lambrughi

In copertina: 4 luglio 2010, zio Enry e Andrea in vetta al Finsteraarhorn (foto Oscar)
Ultima di copertina: 17 maggio 2010, in discesa verso Tellaro - Lerici (foto Diego)

Hanno collaborato: Antonino, Carlo, Diego, Giovanni, Maria, Nicolò, Oscar

Impaginazione ed ideazione grafica Diego



😊😊 Domenica 25 Aprile Passo del Fò m 1.248

Ritrovo: Passo del Fò

Tradizionale festa di apertura della stagione escursionistica. Distribuzione gratuita di pane e salame a tutti gli Ospiti. Alle ore 11.15 la Santa Messa in ricordo dei Soci scomparsi.

Punto per rinnovo tessere GEFO.



A tavola con gli amici

😊😊 Domenica 16 Maggio Chiavenna - Agoncio m 1.348
"il Chilometro verticale"

Partenza: ore 7.00 P.za Volontari del Sangue

Accesso: Olginate - Chiavenna

Percorso: Palazzetto dello Sport (m 325), Pianazzola, Dalò (m 1.066), Agoncio (m 1.348)

Dislivello: m 741 a Dalò

Tempo: ore 2.30 a Dalò
(m 1.023, ore 3.30 ad Agoncio)

Difficoltà: Facile

Un sentiero speciale, una lunga scala puntata verso il cielo ci porterà alla conca di Dalò o, per chi avrà ancora fiato, al Lagunc in località Agoncio. Tutti proveremo, sotto i nostri piedi, come l'arte costruttiva delle scale qui sia espressa ai massimi livelli.

Informazioni in sede



Panorama da Agoncio

ATTENZIONE! tutte le proposte **sono riservate ai Soci** in regola con il tesseramento 2010

- 😊 Gita elementare, indicata per gruppi familiari con soste intermedie richiede attrezzatura per escursioni
- 😊😊 Gita facile, richiede attrezzatura per escursioni e passo sicuro
- 😊😬 Gita impegnativa, richiede allenamento e corretta attrezzatura escursionistica/alpinistica
- 😊😬😬 Gita alpinistica, richiede allenamento, competenza ed attrezzatura (corda, piccozza, ramponi)

😊😊 Domenica 30 Maggio Val Darengo, Cap. Como m 1.790

Partenza: ore 7.00 P.za Volontari del Sangue

Accesso: Olginate, Colico, Sorico, Gravedona, Peglio, Livo

Percorso: Livo, Dangri m 642, Baggio, Rifugio Pianezza, Alpe Darengo, Rif. Avert Darengo, Cap. Como

Dislivello: m 1.148

Tempo: ore 3.30 - 4.00

Difficoltà: Facile

La Val Darengo è una valle bellissima, solitaria e poco frequentata. Ci riserverà piacevolissime sorprese come le piscine naturali, di acqua cristallina, nelle vicinanze di Dangri e la semplice bellezza del lago Darengo con la vicina Capanna Como.

Informazioni in sede



Testata della Val Darengo con l'omonimo Lago

😊😊😊 Domenica 13 Giugno Sasso Canale m 2.411 Cresta SSE della Corvegia

Partenza: ore 7.00 P.za Volontari del Sangue

Accesso: Olginate - Gera Lario - Alpe Zocca

Itinerario: Alpe Zocca (m 1.272), Alpe Prato (m 1.358), Cima della Corvegia (m 2.282), Cima Sasso Canale (m 2.411)

Dislivello: m 1.139 **Tempo:** ore 3.30

Difficoltà: Facile tranne alcuni passaggi su roccia (II)

Il Sasso Canale costituisce (verso Est) l'ultima cima di un certo rilievo della Catena dei Muncech, che si alza immediatamente a Nord del Lago di Como. Tra queste montagne aspre e solitarie ha l'indiscutibile pregio, grazie alla sua posizione, di offrire un panorama straordinario verso Sud dove si allunga il bacino del Lago di Como con tutte le montagne che gli fanno da corona.

Informazioni in sede.



"Termerone" con vista lago, salendo al Sasso Canale

☺ Da Giovedì 24 a Domenica 27 Giugno

Il fascino di Gastein, la magia della montagna, la potenza dell'acqua.

Gita in bus granturismo: Olginate, Krimml, Bad Gastein

Nel cuore del Parco Nazionale degli Alti Tauri, Bad Gastein gode di una posizione privilegiata a m 1.000 di altitudine dove il cielo è sempre cristallino e l'aria sempre pura. Relax e riposo, aria salutare ed ottima altitudine climatica, combinati con gli effetti benefici dell'acqua termale in una località dal fascino singolare sono le premesse giuste per una vacanza perfetta!

▣ **Giovedì:** Partenza alle ore 4.00 dalle scuole di via Campagnola ad Olginate. Prima meta del viaggio sarà il villaggio di Krimml per visitare le sue bellissime cascate, qui consumeremo il "tipico pranzo al sacco GEFO" (pane, salame e Cartizze). Partenza per Bad Gastein intorno alle 14.30, arrivo e sistemazione all'Hotel Europaeischerhof ****.

▣ **Venerdì:** Partenza alle ore 8.45 per un trekking di circa 6 ore che ci porterà sullo Schuhflicker. In alternativa al trekking tante altre possibilità, visita e shopping a Bad Gastein, passeggiate in mezzo alla natura per tutti i gusti e per tutti i livelli, relax alle terme dell'hotel.

▣ **Sabato:** Ore 8.00 partenza per Obertraun per visitare le grotte di ghiaccio più belle delle Alpi, nel massiccio del Dachstein. Costo delle grotte e della funivia per raggiungerle € 30. Intera giornata.

▣ **Domenica:** Partenza ore 8.45 per un tour in mountain bike (prestito gratuito in hotel). Intorno alle 16.30 partenza per Olginate con arrivo previsto intorno alle 22.00.

▣ **Costo:** € 370,00 comprende: bus, pranzo del giovedì, 3 notti e mezza pensione in hotel 4 stelle con terme e tantissime altre facilities.

▣ **Prenotazione:** obbligatoria, caparra all'iscrizione € 250,00 saldo entro il 18 Maggio.

▣ **Iscrizioni** dal 13 aprile. **Informazioni:** Maria Pirola



☺☺ Da Venerdì 9 a Domenica 11 Luglio

Gross-Grunhorn "la montagna ideale" m 4.044

Questa montagna offre tutto ciò che è più prezioso per un'alpinista: lontananza, storia, magnifici panorami, bella arrampicata. Il Gross-Grunhorn è una bella vetta che ha eleganti creste di roccia che dominano da grande altezza ghiacciai particolarmente selvaggi... signori e signore: si ritorna nell'Oberland Bernese!

Difficoltà complessiva: salita riservata ad alpinisti esperti ed allenati.

Attrezzatura: indumenti da alta montagna, casco, imbraco, corda, piccozza, ramponi.

Accesso: Olginate – Milano – Passo Sempione – Briga – Fiesch m 1.049

▣ **Primo giorno - venerdì 9 - Si arriva al rifugio**

Partenza: ore 5,00 Piazza Volontari del Sangue (Olginate) **Arrivo:** Konkordiahütte m 2.850

Dislivello: m 750 (partenza da quota m 2.221) **Tempo:** ore 5-6 ore

▣ **Secondo giorno - sabato 10 - Salita alla vetta**

Partenza: Konkordiahütte m 2.850

Arrivo: Cima Gross-Grunhorn m 4.044 **Dislivello:** m 1.400 **Tempo:** ore 5-6

Difficoltà: PD+. Nell'avvicinamento neve fino a 40° e arrampicata (tratti di I). Cresta sommitale con passaggi esposti di I e III-

Si rientra alla Konkordiahütte per il secondo pernottamento.

▣ **Terzo giorno - domenica 11 - Si rientra a casa**

Partenza: Konkordiahütte 2.850 m

Arrivo: percorso a piedi Kuhboden (m 2.221)

Tempo: ore 6-8

Prenotazione: obbligatoria entro e non oltre il 28 maggio 2006.

informazioni: Oscar Lambrughì



A destra il Gross-Grunhorn

Tesseramento GEFO 2010

Vi aspettiamo in sede per iscrizioni e rinnovi.

Quota tessera **Euro 10,00**

da giugno Nuova Sede in P.za Roma 6 (primo piano) 23854 Olginate LC

Apertura: martedì e venerdì non festivi dalle 21.00 alle 22.30

Tel. 333 9187101

info@gefo.it

www.gefo.it

😊😊 Giovedì 22 - Venerdì 23 Luglio
Rifugio Fanes m 2.060
Col Becchei di Sopra m 2.794

Partenza: ore 6.00 P.za Volontari del Sangue

Accesso: Olginate - Bolzano - Uscita Bressanone - bivio Val Badia - Longega - San Vigilio di Marebbe - Rif. Pederù

1° giorno: Rif. Pederù - Rif. Fanes
Tempo previsto ore 2.00
Dislivello m 550
Pernottamento con trattamento a mezza pensione.

2° giorno: Rif. Fanes - P.so del Limo - Col Becchei di Sopra e ritorno al Rif. Fanes
Tempo previsto ore 4.00 - 4.30
Dislivello m 734

Dal Rifugio Fanes alle auto
Tempo previsto ore 1.00 - 1.30



Veduta verso il Col Becchei

Informazioni: Alfredo Aldeghi, Carlo Pirola

Prenotazione: obbligatoria entro il 10 giugno, caparra all'iscrizione € 10,00

Commento

L'altipiano di Fanes è uno dei luoghi più incantevoli delle Dolomiti, il Col Becchei è considerato la cima con il panorama più vasto del Gruppo di Fanes.



Alpe di Fanes

😊😊😊 Sabato 11 - Domenica 12 Settembre

Baite di Ron m 2.176 - Vetta di Ron m 3.136 Rifugio GEFO m 1.210 in Val Fontana

Partenza: sabato ore 7.00 P.za Volontari del Sangue

Accesso: Olginate - Ponte in Valtellina - San Bernardo

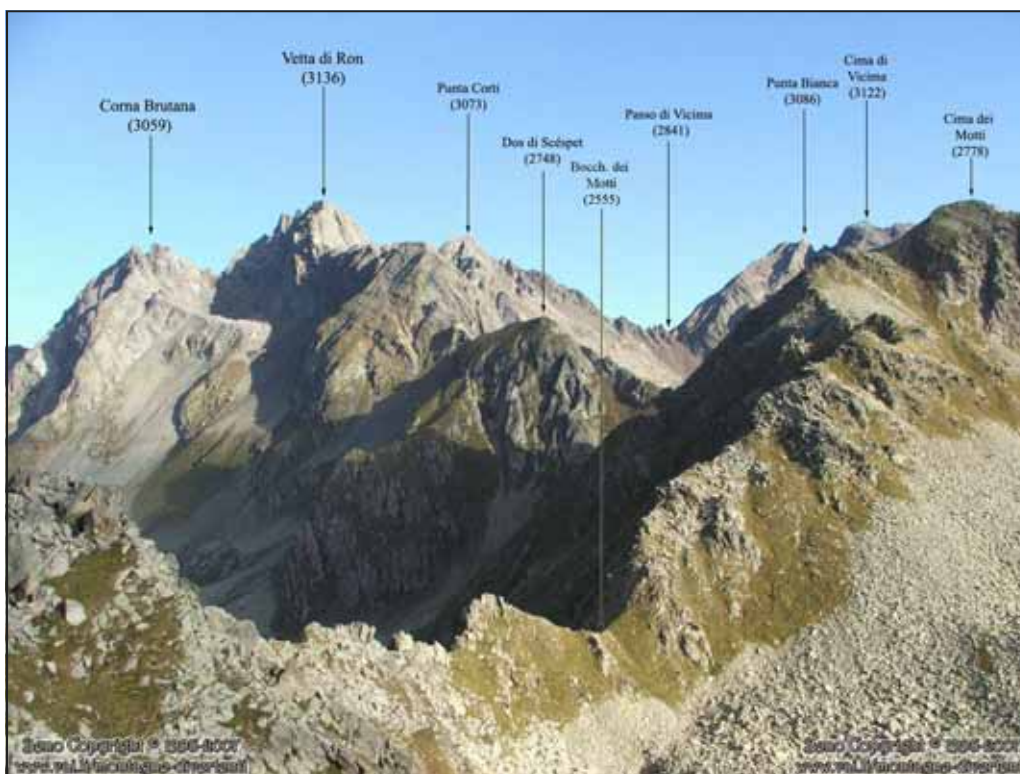
Itinerario: da San Bernardo (m 1300) a piedi su carrozzabile si giunge a Campo (m 1.800) e si prosegue fra i boschi fino alle baite di Ron (m 2.176). Il sentiero ora sale per pascoli e pietraie, taglia la parete S per un cengione fino ad un poggio panoramico, infine risale la semplice fascia rocciosa sotto la Vetta di Ron (m 3.136).

Alla sera al Rifugio GEFO "*cudegot e fasoi*".

Dislivello: m 876 alle baite, m 1.836 alla vetta

Tempo: ore 2 - 2.30 alle baite, ore 4.30 - 5 alla vetta

Difficoltà: alpinistica facile, richiede allenamento, informazioni in sede.



La Vetta di Ron e le cime al contorno

☺ Giovedì 14 venerdì 15 Ottobre **Gara di bocce**

Iscrizioni in sede dal 3 settembre al 12 ottobre, alle ore 21.30 formazione delle coppie per sorteggio.

☺ Sabato 23 Ottobre **Cena sociale Ristorante “La Brace”**

Ristorante La Brace a Forcola di Morbegno (SO) www.labrace.it

Partenza: ore 18.15 Piazzale di Via Campagnola (Palestra Comunale)

Prezzo: soci € 45,00, non soci € 55,00

Il costo è comprensivo del bus fino ad esaurimento dei 54 posti disponibili.

Informazioni: Maria Pirola **Prenotazione:** obbligatoria entro il 16 Ottobre, saldo all'iscrizione

MENU'

Cocktail analcolico alla frutta - Vino bianco
 Segalini Valtellinesi Misti
 Focaccine Farcite
 ...
 Crudo di Parma
 Bresaola di Manzo con Scaglie di Formaggio d'Alpe
 Petali di Lardo - Timballo di Polenta con Fonduta di Porcini
 Melanzana alla Piastra
 Risotto Valtellinese
 Ravioli di Cervo con Fondutina di Formaggio e Timo
 ...
 Arrosto di Vitello all'Antica - Tagliata alla Brace
 Contorni Misti
 ...
 Gelato alla Crema di Nostra produzione Mantecato al Braulio
 ...
 Torta Foresta Nera di Nostra produzione
 ...
 Vino, Caffè



Immagini della Cena Sociale 2009

GEFO Sci & Snowboard

Lo **SCI CLUB GEFO** organizzerà i corsi di **Sci e Snowboard** per principianti e perfezionamento nei mesi di **gennaio e febbraio 2011**. Bambini ed adulti potranno imparare e migliorare il proprio stile sfruttando le rinnovate piste dei Piani di Bobbio.

Il corso è tenuto dai Maestri di Sci di Bobbio ed è articolato su 5 sabati ed 1 domenica. Maggiori dettagli in sede da novembre 2010 oppure su www.gefo.it

Direttore dei corsi: Maria Pirola



Immagini dai corsi 2010





Falchetti on the Rock 2009

La Passione, la Montagna, Insieme



Oscar sulla via dei Sassoni alla Grande di Lavaredo.



Gigi



Gigi sul traverso della "pinna di pescecane" sulla via Kuffner al Mount Maudit m 4.465, salita in coppia con zio Enry.





3 - 5 luglio 2009 Finsteraarhorn m 4.273

Abbiamo "goduto" nelle nostre gambe il leggendario isolamento che ha reso famose le cime dell'Oberland Bernese. E' stata grande la gioia nel conquistare tutti insieme la cima.



14 partecipanti con alle spalle la vetta del Finsteraarhorn



4 "peones" sul ghiacciaio durante il lunghissimo avvicinamento al rifugio

Jack e Lele finalmente in vetta ⇒





Maria e Oscar "on the ice"



Carluccio abbraccia la croce di vetta



Gigi e Alex sulla cresta finale



In sede si festeggia la cima

L'attività 2009

La Passione, la Montagna, Insieme



Passo del Fo'



Bocche di Magra - Lerici





L'attività 2009

La Passione, la Montagna, Insieme



Alpe Scermdone m 2.103



Monte Cevedale m 3.769





L'attività 2009 La Passione, la Montagna, Insieme



Rif. Locatelli alle Tre Cime di Lavaredo



In vetta al Picco di Vallandro

Ciaspole e Scialpinismo alla Rocca Nera in Valmalenco



Pietro





Gita al Pizzo Combolo in Val Fontana

Alessandro il nuovo "falchetto"



Scialpinismo alle Tre Cime di Lavaredo in vetta al Sasso di Sesto



Roberto in Engadina

Convenzioni

GEFO ha stipulato per tutti gli iscritti alcune convenzioni con negozi di particolare interesse.

■ Con **DF Sport Specialist** (Sirtori - Barzanò) compilando il modulo per la Tessera Vantaggi Prestige ed indicando come **codice società di appartenenza 298**, riceverete sconti e promozioni con la raccolta punti.



■ Con **Sole, Vista, Sport** (ottico in Pescate Via Roma 51) sconto del 15% per tutti i soci GEFO.



Consiglio GEFO

Consiglieri per il biennio 2009-2010: Airoldi Glauco, Aldeghi Alfredo, Bonfanti Gianfranco, Castelli Adriano, Castelli Ombretta, Colombo Cristiano, Lambrugh Oscar, Manenti Antonino, Marini Nicolò, Pirola Carlo, Pirola Maria, Redaelli Diego, Rigamonti Alessia.

Le cariche attuali sono:

- **Presidente**, Lambrugh Oscar
- **Vice Presidente**, Redaelli Diego
- **Segretario**, Manenti Antonino
- **Tesoriere**, Pirola Maria



I Consiglieri per il biennio 2009 - 2010

Rifugio GEFO m 1.210, Sant'Antonio in Val Fontana

Il Rifugio GEFO è situato nella splendida Val Fontana, una delle ultime valli rimaste pressoché intatte e selvagge della Valtellina. E' raggiungibile in poco più di un'ora di auto da Olginate. **Il Rifugio è per uso esclusivo dei soci GEFO** ed è punto di partenza per numerose escursioni e dispone di circa 30 posti letto. Per l'utilizzo della struttura è necessario prenotare per tempo in sede e seguire poi le norme d'uso riportate nel regolamento esposto.

Prezzi pernottamento

Estivo (da aprile a novembre) **Euro 7,00**

Invernale (da dicembre a marzo) **Euro 9,00**



Il Rifugio GEFO

Novità 2010

Un gruppo volenteroso di Soci, a cui va il nostro ringraziamento, ha ristrutturato parte degli interni e ridipinto le imposte, la struttura risulta abbellita e più funzionale. Per un riposo più confortevole nelle camere sono stati sostituiti i materassi.

Tutti i soci in regola con il tesseramento 2010 possono utilizzare la struttura seguendo le norme esposte.

Nuova sede

A causa degli imminenti lavori di ristrutturazione dell'edificio comunale, la nostra sede **sarà trasferita il prossimo giugno** presso l'edificio in Piazza Roma che ospita altre associazioni come AVIS e AIDO.

Con entrata da P.za Roma al civico 6, avremo a disposizione due salette al primo piano e la possibilità di utilizzare la spaziosa Sala Civica nel caso di serate (proiezioni, assemblea, etc.). Dobbiamo ringraziare ancora una volta l'Amministrazione Comunale per la sensibilità dimostrata nella soluzione del problema sede.

Vi aspettiamo per il rinnovo tessere e per tutte le informazioni sulle attività.

