

Due parole dal Presidente



PAROLE INCORNICIATE

Settimana scorsa mi sono recato da un caro amico che stimo molto e che non vedevo da tempo. Girolamo, che ha la sua bella età, mi attendeva seduto su una poltrona di cuoio scuro nel suo studio. Dietro le sue spalle si faceva notare una cornice dorata che racchiudeva una frase scritta in nero su fondo bianco.

Queste parole le ricordavo perché sono di *Martin Heidegger*, un pensatore tedesco che mi piace molto. Ma nel rivederle così "incorniciate" mi si sono accavallati in testa un sacco di pensieri. Pensieri che mi si sono ripresentati oggi nel momento in cui ho acceso il computer per scrivere queste poche righe. Allora cerco di prenderne uno al volo e di buttarlo sulla tastiera. Il primo che afferro è "che il ricercare è un poco come viaggiare".

Non è importante dove si sia diretti, magari non si è neppure fissata la meta, ma l'importante è viaggiare, vedere, annusare, ascoltare ... emozionarsi.

Questa è la condizione sublime del viaggiatore. Ma qualcuno insisterà dicendomi, RICERCARE cosa? Non è importante COSA si ricerca, ma invece è fondamentale INIZIARE e CONTINUARE a farlo!

Che si ricerchi la condivisione tra amici nel raggiungere le cime delle MONTAGNE, il bello nell'ARTE, la propria soddisfazione nel LAVORO, la poesia nello stare immerso nella NATURA, i risultati nello SPORT, gli affetti nella FAMIGLIA, le nuove scoperte nella SCIENZA, il tutto nella speranza anzi, nella certezza di trovare, magari solo di tanto in tanto, il risultato di questa ricerca. Il risultato sono le EMOZIONI. Senza una ricerca e senza "trovare" le EMOZIONI, scusate la crudezza, non è vita. Sarebbe come vivere come i sassi, come le capre ... E purtroppo ho l'impressione che di "capre" ce ne siano in giro moltissime. Troppe. Quindi per evitare di passare la vita esclusivamente a "brucare rovi" ... si deve essere COSTANTEMENTE alla RICERCA.

Si lo confesso queste righe sono la mia "solita" ... *Ode all'irrequietezza*. Si mi avete beccato ancora una volta con le mani nella marmellata. Irrequietezza che tutti noi dobbiamo avere, ognuno a modo suo, nel cercare di "assaporare" questa vita e non di "subirla" stando fermi ad osservare il monotono passare dei giorni.

In conclusione: parola d'ordine EMOZIONI. Ricerchiamole con INSISTENZA ... troviamole!

Un abbraccio a tutte e a tutti.

Oscar

In copertina: 10 marzo 2010, Maria con Carlotta (6 mesi) alla Cima di Pozzo (foto Oscar)
Ultima di copertina: 16 maggio 2010, foto di gruppo ad Agoncio, arrivo del Kilometro Verticale (foto Diego)
Hanno collaborato: Alfredo, Antonino, Carlo, Diego, Giovanni, Maria, Nicolò, Oscar
Impaginazione ed ideazione grafica: Diego

Proposte 2011

☺☺ Lunedì 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.

Sarà attivo il Punto per rinnovo tessere GEFO.



La preparazione dei panini per tutti gli ospiti

☺☺ Domenica 15 Maggio Arquino - Marsciana m 1.231

“L’otto della scala dei Pizzi”

Partenza: ore 7.00 P.za Volontari del Sangue

Accesso: Olginate - Sondrio - Arquino

Percorso: Arquino (m 475), Gualtieri (m 624), Cà Ceschina (m 630), Involto (m 701), Cagnoletti (m 723), Pra Scervera (m 934), Marsciana (m 1.231), Pizzi (m 1036), La Masun (m1.004), scala dei Pizzi (m 900), Guzzun, Bressia, Involto, Cà Ceschina, Arquino.

Dislivello: m 756

Tempo: ore 4.00 per il giro completo

Difficoltà: Facile

Per incominciare la stagione un giro panoramico ad “otto”. L’itinerario prende il nome dalla famosa scala in pietra che supera un salto roccioso tra Cagnoletti e contrada Pizzi. Il percorso ci regalerà quadri di rara bellezza nelle diverse frazioni e stupendi panorami dal balcone naturale di Marsciana. Informazioni in sede



Panorama sulle Orobie da Marsciana

- ☺ 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)

Proposte 2011

😊😊 Domenica 29 Maggio Zucco di Manavello m 1.113

Partenza: ore 8.00 P.za Volontari del Sangue

Accesso: Olginate, Mandello Lario, Rongio

Percorso: Rongio (m 390), Sentiero 13B, Zucco di Manavello (m 1.113)

Dislivello: m 723

Tempo: ore 2.30

Difficoltà: Facile

Ci sono cime che qualcuno definisce "piccole ma sincere", lo Zucco di Manavello è decisamente una di queste, la sua modesta quota non impedisce di regalare a chi le fa visita delle "sincere" emozioni.

Informazioni in sede



Baitello allo Zucco di Manavello con vista sulla Grigna

😊😊 Domenica 12 Giugno Monte Legnone m 2.609

Partenza: ore 7.00 P.za Volontari del Sangue

Accesso: Olginate, Bellano, Dervio, Vestreno, Introzso, Tremenico

Itinerario: Rifugio Roccoli Lorla (m 1.436), Alpe d'Agrogno (m 1.358), Cà de Legn (m 2.146) Cima Monte Legnone (m 2.609)

Dislivello: m 1.146

Tempo: ore 3.30

Difficoltà: Facile

Il Legnone è la cima più alta fra quelle che circondano il Lago di Como, la sua salita nonostante l'altezza è molto facile e una volta arrivati in vetta si può godere di un panorama a 360° sul lago, sulle montagne della dorsale che separa la Valtellina dalle Valli Bergamasche e sui gruppi montuosi verso la Svizzera.

Informazioni in sede



Il Monte Legnone in tutto il suo splendore invernale

Proposte 2011

☺ Da Giovedì 23 a Domenica 26 Giugno Barcellona e il monastero di Montserrat

Gita in bus granturismo Olginate, Barcellona

Barcellona città cosmopolita, da sempre aperta alle tendenze straniere, approdate grazie ad un porto attivissimo e alla vicinanza dei confini nazionali. Città culturalmente vivace e protagonista di un vertiginoso progresso economico, la capitale catalana è anche espressione concreta di una continua volontà di rinnovamento.

▣ **Giovedì:** Partenza alle ore 2.00 dalle scuole di via Campagnola ad Olginate. Sosta per la colazione nei pressi di Marsiglia e per il *"tipico pranzo al sacco GEFO"* (pane, salame e cartizze), a Montpellier. Arrivo a Barcellona previsto per le 16.00, sistemazione all'*Expo Hotel Barcelona*****.

▣ **Venerdì:** Partenza ore 8.30 per la visita guidata alla città della durata di 3 ore. Il resto della giornata a disposizione così che ognuno conosca la città negli aspetti che preferisce. Cena libera.

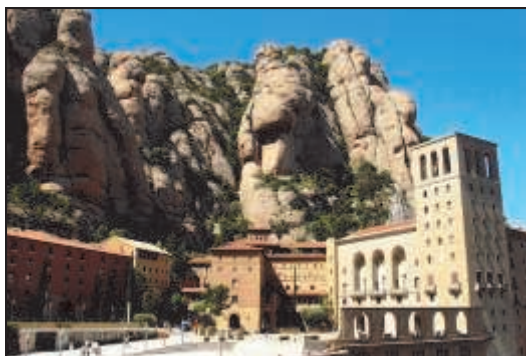
▣ **Sabato:** Ore 8.00 partenza per il Monastero di Montserrat. L'eremo dei Monaci Benedettini offre una delle viste più spettacolari delle montagne della Catalunya. Saliremo al monastero con la funicolare e da lì possibilità di trekking sui sentieri vicini. Intera giornata. Ore 21.30 cena al ristorante 7 Portes.

▣ **Domenica:** Partenza ore 8.30 per ritorno a Olginate, previste sosta per il pranzo e un bagno al mare sulla costa azzurra, arrivo intorno alle 22.00.

▣ **Costo:** € 390,00 comprende bus, pranzo del giovedì, 3 notti in hotel 4 stelle con piscina, 2 cene e la funicolare per Montserrat.



Barcellona, la Sagrada Família



Il monastero di Montserrat e le sue rupi

▣ **Prenotazione:** obbligatoria, caparra all'iscrizione € 250,00 saldo entro il 20 Maggio.

▣ **Iscrizioni** dal 15 aprile. **Informazioni:** Maria Pirola

Proposte 2011

😊😊 Sabato 9 - Domenica 10 Luglio

Aiguille de Rochefort m 4.001 “la cresta delle creste”

E' la cresta più elegante di tutte le Alpi, quasi ovunque stretta ed esposta, decorata in modo impressionante dalle forme eleganti delle cornici, tali da offrire una interminabile serie di magnifiche visioni. Una scala celeste in orizzontale, la “cresta delle creste”!

Difficoltà: AD. Neve e ghiaccio fino a 50°, con qualche passaggio di I e II grado.

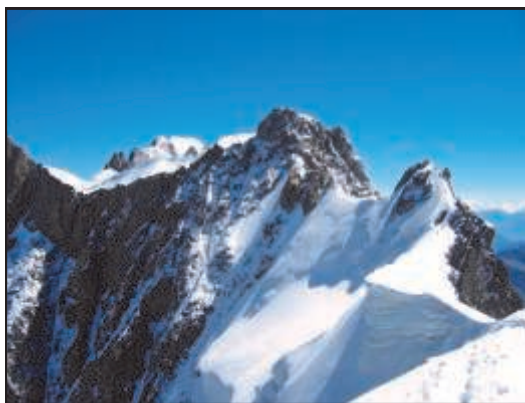
Salita riservata ad alpinisti esperti ed allenati (indispensabile curriculum adeguato, che sarà valutato dal responsabile).

▣ **1° giorno Sabato**, si arriva al rifugio

Partenza: ore 9.00 da Sede Gefo
Accesso: Olginate - Aosta - Courmayeur
Arrivo: Rifugio Torino 3.372 m
Dislivello: nessuno, si arriva in funivia

▣ **2° giorno Domenica**, salita alla vetta e ritorno

Partenza: Rifugio Torino
Cima: Aiguille de Rochefort 4001 m
Dislivello: circa 1050 m
Tempo: 8 - 10 ore



La cresta

Equipaggiamento: indumenti ed attrezzatura da alta montagna. Casco, imbrago, corda, piccozza tecnica, ramponi.

Prenotazione: obbligatoria entro il 27 maggio

Informazioni: Oscar Lambrughi

Tesseramento GEFO 2011

Vi aspettiamo in sede per iscrizioni e rinnovi.

Quota tessera **Euro 10,00**

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

Proposte 2011

☺☺ Giovedì 21 - Venerdì 22 Luglio

Rifugio Sennes m 2.126 - Croda del Becco m 2.810

Partenza: ore 6.00 P.za Volontari del Sangue

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

▣ **1° giorno:** Rif. Pederù - Rif. Sennes

Tempo previsto ore 2.30

Dislivello m 606

Pernottamento con prima colazione

▣ **2° giorno:** Rif. Sennes - Rif. Biella - Croda

del Becco e ritorno al Rif. Sennes

Tempo previsto ore 4.00 - 4.30

Dislivello m 684

Dal Rifugio Sennes alle auto

Tempo previsto ore 1.00 - 1.30



La Croda del Becco dal Lago di Braies

Informazioni: Alfredo Aldeghi, Carlo Pirola

Prenotazione: obbligatoria fino ad esaurimento dei 41 posti disponibili e comunque entro e non oltre il 10 giugno, caparra all'iscrizione € 10,00



La Croda del Becco e Rif. Biella



La Croda del Becco in veste invernale

Proposte 2011

😊😊😊 Sabato 17 - Domenica 18 Settembre

Pizzo Canciano m 3.103 Rifugio GEFO m 1.210 in Val Fontana

Partenza: sabato ore 7.00 P.za Volontari del Sangue

Accesso: Olginate, Ponte in Valtellina, Rif. GEFO, Alpe Campiascio in Val Fontana

Itinerario: Alpe Campiascio m 1.680 m, Alpe di Forame, Rif. Cederna-Maffina, Pizzo Canciano

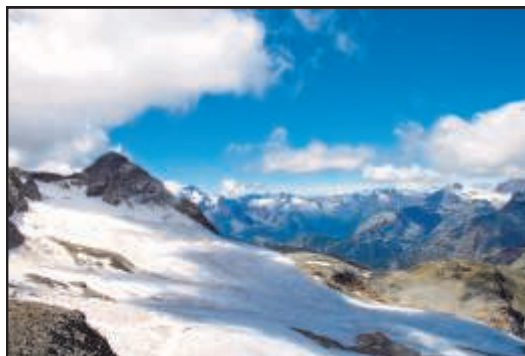
Dislivello: m 1.430 alla vetta

Tempo: ore 5.30 salita, ore 10.30 totale

Difficoltà: alpinistica facile con traccia su roccette, passaggi su roccia, richiede allenamento.

Il Pizzo Canciano è un importante punto orografico che si trova sulla catena di confine fra Italia e Svizzera, poco ad E del Pizzo Scalino.

La salita dall'Alpe Campiascio al Rifugio Cederna prende circa 3 ore. Dal rifugio si sale in direzione NNE al laghetto di (q. 2673 m), dopo averlo raggiunto si traversa verso E, si supera la sella a monte della (q. 2682 m). Proseguendo verso NNE per sfasciumi, risalti di rocce e morene si arriva ad una conca, innevata ad inizio stagione, che si trova sotto la



Panorama dalla vetta del Pizzo Canciano

vetta. Volgendo ora verso NW per sfasciumi e residui di neve si guadagna l'ampia sella di (q. 3019 m). Da qui seguendo la cresta in direzione NE si raggiungono le ripidi ma facili rocce rotte del tratto finale e la vetta, in circa h 2,30 dal rifugio.

La discesa ripercorre la strada seguita per la salita.

Alla sera al Rifugio GEFO "cudegot e fasoi".

Disponibilità al Rif. GEFO 30 posti.

Informazioni in sede

😊 Giovedì 13 Venerdì 14 Ottobre Gara di bocce

Iscrizioni in sede dal 4 al 7 ottobre, alle ore 21.30 formazione delle coppie per sorteggio.

Proposte 2011

😊 Sabato 22 Ottobre Cena sociale in Franciacorta

Dopo la Valtellina ritorneremo in Franciacorta, terra di ottimo vino e buon cibo.

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

Prezzo: da definire (costo comprensivo del bus fino ad esaurimento dei 54 posti disponibili)

Informazioni: Maria Pirola **Prenotazione:** obbligatoria entro il 14 Ottobre, saldo all'iscrizione



Cena sociale 2010 a "La Brace"



GEFO Sci Club

GEFO Sci & Snowboard

Lo **SCI CLUB GEFO** organizzerà i corsi di **Sci e Snowboard** per principianti e perfezionamento nei mesi di **gennaio e febbraio 2012**. 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 e Snowboard di Bobbio ed è articolato su 5 sabati ed 1 domenica. Maggiori dettagli in sede da novembre 2011 oppure su www.gefo.it

Direttrice dei corsi: Maria Pirola



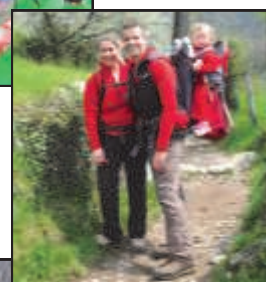
Immagini
dai corsi
2011



L'attività 2010



25 aprile, Passo del Fò

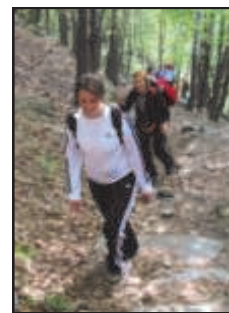


16 maggio, il Kilometro Verticale



L'attività 2010

16 maggio, il Kilometro Verticale



13 giugno, anticima del Sasso Canale



L'attività 2010

13 giugno, anticima del Sasso Canale

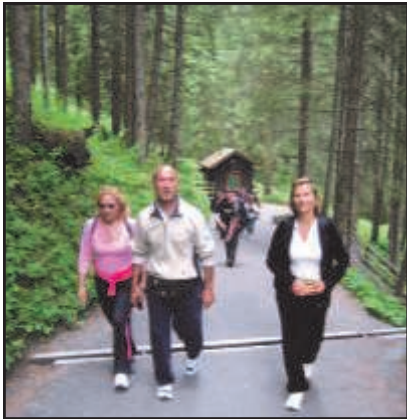


24 - 27 giugno, Bad Gastein, Austria



L'attività 2010

24 - 27 giugno, Bad Gastein, Austria



L'attività 2010

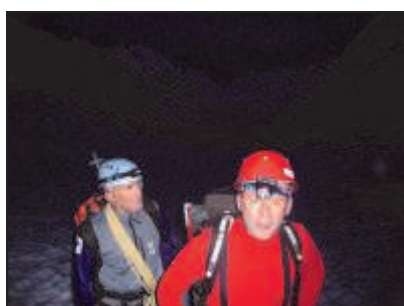


11 - 12 settembre,
Vetta di Ron m 3.136



L'attività 2010

9 - 11 luglio, Gross Grunhorn m 4.044



L'attività 2010



Alla fine tutti in vetta!



GEFO news

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 2011-2012: Aldeghi Alfredo, Bonacina Giovanni (Vanni), Bonfanti Gianfranco, Castelli Adriano, Castelli Ombretta, Colombo Cristiano, Lambrughì Oscar, Manenti Antonino, Marini Nicolò, Pirola Carlo, Pirola Maria, Redaelli Diego, Sala Giovanni.

Le cariche attuali sono:

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



I Consiglieri per il biennio 2011 - 2012

GEFO news

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 in uso esclusivo ai 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

Tutti i soci in regola con il tesseramento 2011 possono utilizzare la struttura seguendo le norme esposte.

Nuova sede GEFO

La nostra nuova sede è situata in Piazza Roma al civico 6, abbiamo a disposizione un ufficio ed una sala riunioni al primo piano e la possibilità di utilizzare la spaziosa Sala Civica nel caso di attività (proiezioni, assemblea, etc.). Vi aspettiamo per una serata in compagnia e per tutte le informazioni sulle attività programmate ed il rinnovo delle tessere.

In sede è attivo un collegamento WiFi ad Internet e sono disponibili numerose guide e pubblicazioni sulle nostre montagne.



5x1000 a GEFO

GEFO è un'associazione sportiva dilettantistica riconosciuta ai fini sportivi dal CONI e svolge una rilevante attività di interesse sociale.

Con l'assegnazione al GEFO del tuo 5x1000 contribuirai a sostenere la nostra attività, ci aiuterai a migliorare l'organizzazione dei corsi di sci e snowboard e ci permetterai di aumentare le proposte ed iniziative.

Sulla tua dichiarazione dei redditi firma per l'assegnazione del 5x1000 a GEFO indicando il **codice fiscale 83012130130**.