

Dom 22 marzo 2015 Flassin (Val d'Aosta)

Iscrizioni 5-1-2015 Accompagnatori – capogita: *Davide M. – Rosella C.*
Su una serie di percorsi che si sviluppano tra il torrente e il bosco, gli appassionati possono cimentarsi su vari livelli di difficoltà.

Sab 28 marzo 2015 Val Fex (Engadina)

Iscrizioni dal: 5-1-2014 - Accompagnatori - capogita: *Giulia – Donatella*
Da Sils Maria a Plaun Vadret con tratti moderatamente impegnativi.
Merenda di fine stagione con premiazione del concorso Fondista Fedele 2015.



CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO
GITE SCI FONDO ESCURSIONISMO



via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516
gitescifondoescursionismo@caimilano.eu - www.caimilano.eu

8° Concorso Fondista Fedele 2015

Il concorso premia la fedeltà nella partecipazione alle attività di Sci Fondo Escursionismo del CAI Milano. Vengono assegnati 1 punto per la partecipazione alle gite giornaliere, 2 punti per la partecipazione ai weekend, 4 punti per la partecipazione alla settimana bianca.



Gli iscritti al corso base della Scuola ricevono 6 punti per la partecipazione. Tutti coloro i quali raggiungeranno 7 punti riceveranno il distintivo “Fondista Fedele 2015”; chi totalizzerà 15 punti riceverà il premio “alta fedeltà”.



Avvicinamento alla neve

In collaborazione con il Gruppo Nordic Walking, proponiamo delle camminate sulla neve.

Questa sarà l'occasione per coloro che non conoscono l'ambiente montano invernale di avvicinarsi alla neve con delle “camminate” su percorsi pedonali accompagnati.

L'attrezzatura idonea: bastoncini e ramponcini sarà fornita dall'organizzazione.

Le località proposte sono: Val Roseg, Cogne e Val di Fex con possibili cambiamenti in relazione all'innnevamento.

Programma gite sci fondo escursionismo 2014-2015



Segui il nostro gruppo su facebook

Gite sci fondo escursionismo
Cai Milano

Dom. 7 dicembre 2014 – Val Roseg (Engadina)

Iscrizioni: 10 -11-2014 capogita: *Giulia I. – Rosella C.*

La pista arriva fino al rifugio (7 km) poi continua per altri 2km, in direzione del ghiacciaio del Roseg. Panorama mozzafiato!!!

Dom 14 dicembre 2014 - Lenzerheide (Grigioni)

Iscrizioni: 10 -11-2014 capogita: *Davide M. – Carlo C.*

Situato a 18 km da Coira a circa 1500 di quota, Lenzerheide è il più grande dei villaggi che costituiscono il comprensorio di Vaz/Obervaz, situata nella valle dell'Albula. Piste adatte a tutti.

Dom 21 dicembre 2014 – val Ferret (val d'Aosta)

Iscrizioni 10 -11-2014 capogita: *Giulia I. – Carlo C.*

Le piste, sempre tracciate e battute, prevedono molte deviazioni con le quali si possono allungare, o diminuire, gli itinerari base, percorrendo un totale di 19 chilometri su terreno particolarmente adatto alle sci di fondo.

Dom 4 gennaio 2015 – val Vermiglio (val di Sole)

Iscrizioni 10 -11-2014 capogita: *Davide M. – Carlo C.*

Oltre 20 Km di piste su 7 tracciati collegati nei parchi Nazionale dello Stelvio, Adamello e Brenta.

Ven 9 sera - 10 – 11 gennaio 2015 – Lavarone (prealpi vicentine)

Iscrizioni 10 -11-2014 capogita *Donatella P. – Carlo C.*

Le Piste si snodano fra boschi di abeti e grandi spazi aperti. Punto di contatto tra gli altipiani veneti e quelli trentini, è sede della prestigiosa Millegrobbe, internazionale di gran fondo tra le più importanti d'Europa.

Dom 18 gennaio 2015 – Cogne (Parco Gran Paradiso)

Iscrizioni 10 -11-2014 capogita *Donatella P. – Rosella C.*

Regina incontrastata dello sci da fondo, Cogne offre 42 km di pista, Immersione totale in un paesaggio incontaminato.

Dom 25 gennaio 2015 – Monti Lessini (Parco della Lessinia)

Iscrizioni 10 -11-2014 capogita *Carlo C. – Giulia I.*

Il percorso più tipico della zona per gli appassionati del fondo è la Translessinia, un itinerario di circa 19 km che collega Malga S.Giorgio con Bocca di Selva, passando per Podestaria e Malga Lessinia, queste piste costituiscono un terreno ideale per qualsiasi esigenza sciistica.

Dom 1 febbraio 2015 – S. Barthélemy (Alpi Pennine)

Iscrizioni 10 -11-2014 capogita *Davide M. – Donatella P.*

34 km di piste, 2 km in frazione Lignan e 32 km a partire dalla località di Praz de l'Arp con anelli di diversa difficoltà e paesaggi mozzafiato.

Sab. 7 febbraio 2015 – Campra (Valle di Blenio)

Iscrizioni 10 -11-2014 capogita *Rosella C. – Carlo C.*

All'inizio del Passo del Lucomagno, è un esempio di come si possa usare fondisticamente una conca naturale. Centro fondo attrezzato.

Dom. 8 - 15 febbraio - SETT. BIANCA – VAL PUSTERIA

Iscrizioni dal: 10 -11-2014

La Val Pusteria e le sue valli laterali di Anterselva, Braies, Casies, Landro e Sesto costituisce una delle zone più adatte allo sci di fondo. Le piste tracciate uniscono tutto questo territorio creando un comprensorio che non ha uguali sul lato italiano delle Alpi.

Sab 21 febbraio 2015 – S. Giuseppe (Val Malenco)

Iscrizioni 5-1-2015 capogita *Rosella C. – Donatella P.*

Da San Giuseppe prendono il via le piste per lo sci di fondo suddivise in tracciati che si adattano ad ogni tipologia di sciatore.

Dom 1 marzo 2015 – Biemonte (Alpi Biellesi)

Iscrizioni 5-1-2015 capogita:

per gli amanti dello sci di fondo, 20 Km di piste nell'incontaminata Valle Sessera. Particolarmente apprezzata è la favorevole esposizione di Biemonte sul versante sud che permette di godere del calore del sole in ogni stagione

Ven 6 mattina - 7 – 8 marzo 2015 – QUEYRAS (valle dell'Ubaye)

Iscrizioni 5-1-2015 **a numero chiuso** capogita *Donatella P. – Rosella*

In un angolo nascosto della Francia occidentale, la regione del parco naturale del Queyras è uno di quei segreti che la vecchia Europa riesce a regalarci. Lo scopriremo percorrendo con gli sci le magnifiche piste.

Dom 15 marzo 2015 St. Moritz – Bever (Engadina)

Iscrizioni 5-1-2015 Accompagnatori – capogita *Davide M – Giulia I.*

Traversata dell'Engadina, partenze da St. Moritz o da Celerina Ritrovo a Bever, 20 km totali adatti a tutti.