



CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO

COMMISSIONE SCI di FONDO ESCURSIONISMO
in collaborazione con Sezione CAI di Vimercate



Domenica 18 dicembre 2022

S. Bernardino

(Alpi Lepontine)

Programma
aggiornato



LOCALITA' Il Passo di S. Bernardino a 2065 m slm collega la Val Mesolcina con la Valle del Reno. Questo valico già dall'antichità ha sempre riscosso grande importanza. I primi dati certi risalgono al periodo dei Romani che scoprirono il luogo e sfruttarono la strategica posizione geografica di questo transito alpino. Costruirono una strada a selciato, di cui ancora oggi si possono ammirare i resti, per garantire il collegamento tra le città di Bellinzona e Coira.

ITINERARI I 33 km di piste che si snodano in buona parte attraverso una favolosa pineta e lungo le rive del lago, sono adatti a sciatori di ogni livello tecnico. I sette tracciati offrono 5 km di facili piste, altri 21 km di medio livello e ulteriori 8 km sono considerati più impegnativi; tutte le piste si sviluppano tra i 1608 e i 1735 metri di quota.

CENTRO FONDO Biglietto pista: adulto singolo 10CHF, spogliatoi, toilette, docce, locale sciolinatura.

ISCRIZIONI si ricevono in Sede negli orari di apertura o telefonando al numero 0286463516 con il contestuale pagamento della quota tramite carte bancarie e nel limite dei posti disponibili. L'iscrizione è considerata valida solo con il pagamento della quota. I Soci CAI Milano possono iscriversi in autonomia online con la funzione "Salta la coda".

QUOTA di partecipazione per i Soci CAI: **30€**, comprensiva di viaggio in pullman GT, assicurazione e organizzazione; non comprende i biglietti per le piste, eventuale noleggio dell'attrezzatura e altre spese personali. I non Soci devono aggiungere la quota di 12€ per l'assicurazione giornaliera obbligatoria e iscriversi entro il giovedì precedente la gita.

NOTE Per partecipare alle gite è necessario avere con se un documento valido per l'espatrio, la tessera CAI valida per l'anno 2022 e la tessera sanitaria. Si consiglia l'utilizzo delle mascherine FFP2 in pullman e del gel disinfettante.

TRASPORTI viaggio a/r con pullman e partenze nei seguenti punti di raccolta: ore **6:00** a **VIMERCATE** Piazza Marconi (autostazione), ore **6:20 LORETO** (M1 e M2) in **Via Andrea Doria n.56**, angolo P.le Loreto, ore **6:40 ROMOLO** (M2 e S9) in Viale Liguria (angolo Viale Romolo), ore **7:00 LOTTO** (M1 e M5) in Piazzale Lotto (davanti al Lido). Durante il viaggio di andata è prevista una sosta a metà strada. Rientro a Milano verso le ore 19.

CONSENSO Per iscriversi alla gita il partecipante deve prendere visione del Programma dettagliato della gita e attenersi al Regolamento Gite SFE, disponibili in segreteria e sul sito web. Il partecipante alla gita deve essere consapevole che frequentare la montagna comporta dei rischi oggettivi, legati all'ambiente naturale, alle difficoltà dei percorsi prescelti e alle proprie capacità tecniche e che tali rischi non possono essere eliminati neppure dal più attento, prudente, ed esperto degli Accompagnatori o degli Istruttori. Pertanto, **ciascun partecipante, con l'atto stesso dell'iscrizione, si dichiara consapevole delle difficoltà che la gita comporta e si assume la responsabilità, nei confronti propri e degli altri partecipanti, di aver valutato che le proprie capacità e la propria attrezzatura sono adeguate per la partecipazione alla gita.**

EQUIPAGGIAMENTO idoneo per lo sci di fondo in pista (tecnica classica e/o pattinato): sci, scarpe, bastoncini, sacca portasci, kit scioline, abbigliamento invernale per il fondo comprendente anche copricapo, calze e guanti caldi, guscio antivento, indumenti di ricambio, occhiali da sole, burrocacao, zainetto o marsupio, borraccia, snack, ecc

DIRETTORI Michela e Luigi. Gli Accompagnatori hanno la facoltà di modificare il programma per assicurare la migliore riuscita della gita, per esempio per le condizioni nivo-meteorologiche o per cause tecniche o logistiche.

INFO gitescifondoescursionismo@caimilano.eu www.caimilano.org/GiteSciFondoEscursionismo
Infoline voce, whatsapp, sms: 351 9050585 facebook groups/GruppoSciFondoEscursionismoCaiMilano

Segreteria Via Duccio di Boninsegna 23 Milano tel. 0286463516 info@caimilano.eu www.caimilano.eu
Orari: martedì e giovedì ore 10-12, da martedì a venerdì ore 15:30-19, martedì ore 21:00-22:30

FONDISTA FEDELE 2023 *Questa gita vale 1 fiocco di neve per il nuovo concorso 2022/2023*