

PROGRAMMA ATTIVITA 2024

Sezione Bellinzona e Valli

Club Alpino Svizzero CAS

Club Alpin Suisse






























Schweizer Alpen-Club

Club Alpin Svizzer



in rosso uscite gruppo Attivi e Seniores

Data	Uscita	Attività	Diff	Numero	Termine iscrizione	Capo gita	Guida
Gennaio 2024							
Sa 13	Scia con noi		medi	15 max	05.01.2024	Moreno Moreni - Silvo Antonini	
Do 14	Polvere in valle Bedretto		principianti	8 - 15	01.01.2024	Moreno Moreni - Silvo Antonini	
Sa 20	Corso ARTVA con la Colonna di Soccorso			20 max	05.01.2024	Maurizio Malfanti	
Do 21	Scialp Arbeola via Passo dei Passit		>1500 m disl./giorno	8 max	21.01.2024	Christian Stenz - Boris Matti	
Do 21	Corso scialp. corso per migliorare la conoscenza base e incominciare ad apprendere qualche tecnica di corda		buon sciatore - 1200m dis.	8 max	07.01.2024	Massimo Bognuda	
Febbraio 2024							
Sa 03	Scia con noi		medi	15 max	05.01.2024	Moreno Moreni - Silvo Antonini	
Do 04	corso scialp.		buon sciatore - 1200m dis.	8 max	07.01.2024	Massimo Bognuda	
Sa 10	corso scialp.		buon sciatore - 1200m dis.	8 max	07.01.2024	Massimo Bognuda	
Sa 17	Racchettata nel Gambarogno		WT2	3 - 6	15.02.2024	Mauro Regusci	
Do 18	scialp al Lorenzhorn		>1500 m disl./giorno	8 max	11.02.2024	Christian Stenz - Boris Matti	
Sa 24	Quattro giorni di facile scialpinismo con pernottamento in "alberghetto"; zona da definire, con capi-gita CAS Bellinzona e Valli		medi	9 max	01.01.2024	Ilaria Antognoli, Christian Stenz, Martino Minotti	
Marzo 2024							
Sa 02	Scia con noi		medi	15 max	05.01.2024	Moreno Moreni-Silvo Antonini	
Gio 07	Sasso delle Parole (giro ad anello da Montagnola)		T2, 400 m disl.			Clara, Lorenzo, Marisa	
Sa 09	Pizzo Lucendro da Realp (2963m)		AD 1400m	6 max	04.03.2024	Davide Bagnovini	
Sa 16	Scialpinismo e campo base in tenda zona Bedretto (2 giorni)		medi	8 - 15	09.03.2024	Simon Bernhard - Moreno Moreni	
Gio 21	Corso base di alpinismo (serata informativa)		principianti	6 - 12	28.02.2024	Samuele Frizzo - Moreno Moreni	
Gio 21	Parco del Laveggio (Stabio- Capolago)		T2, 300 m disl.			Maria Clara, Tino, Sergio	
Sa 23	Scia con noi		medi	15 max	05.01.2024	Moreno Moreni - Silvo Antonini	
Sa 23	We scialp zona Tencia con pernottamento alla capanna Tencia		>1500 m disl./giorno	2 - 6	02.03.2024	Boris Matti - Christian Stenz	
Do 24	Panoramica sul Lago Maggiore - Monte Sirti / Paiòn		T2		21.03.2024	Giorgio Sailer	
Aprile 2024							
Gio 04	Punto più a sud della Svizzera-Pedriniate, Balerna, Seseglio		T2, 500 m disl.			Tino, Maria Clara, Sergio	
Gio 18	Resa - Alpe Cardada - Monti di Lego - Resa		T2, 710 m disl.			Clara, Lyne, Marisa	
Ve 19	Escursione alle faggete di Lodano (richiesti 5 franchi a persona per il materiale fornito)		T2	6 - 12	15.04.2024	Manuela Vigilante	
Sa 20	Corso base di alpinismo (giornata intera)		principianti	6 - 12	28.02.2024	Samuele Frizzo - Moreno Moreni	
Sa 27	Scialpinismo e campo base in tenda (Monte Rosa) con cime zona Nordend - Dufour (2 giorni)		medi	5 - 10	09.03.2024	Simon Bernhard - Moreno Moreni	

Maggio 2024							
Gio 02	Parco della Valsolda. Dasio, Alpe Pessina, Passo stretto e ritorno		T2, 900 m disl.			Maria Clara, Tino, Geo, Dino	
Do 05	Montagna e Yoga: facile gita escursionistica in zona Landarenca (Calcanca) accompagnati dall'insegnante di Yoga Prisca Morosoli che proporrà un'ora di pratica-yoga e un momento di meditazione (CHF 20.- a persona).		T2	10 max	29.04.2024	Ilaria Antognoli e Prisca Morosoli	
Gio 16	Bordei, Proggia, Termine, Monte, Rasa, Terra Vecchia, Bordei		T2, 500 m disl.			Clem Milani, Sergio, Lyne	
Sa 18	Corso base di alpinismo (2 giorni)		principianti	6 - 12	28.02.2024	Samuele Frizzo - Moreno Moreni	
Sa 25	Giro ad anello tra Capriasca e Val Colla		S1/S2	6 max	23.05.2024	Mauro Regusci	
Ma 28	Camedo, Borgnone, Costa, Lionza, Verdasio, Verdasio stazione		T2, 600 m disl.			Clem, Sergio, Geo	
Giugno 2024							
Sa 08	Lago Mognola - Canà - Vacarisc		T3 1250m D+	8 max	6.6.2024	Mauro Regusci	
Gio 13	San Bernardino - Strec de Vignun (piano B: fino a Motta del Caslasc)		T2, 765 m disl.			Lyne, Marisa, Orlando	
Ve 21	Escursione genitore-bambino alla capanna Piansecco		T2	3 - 6 coppie	17.06.2024	Manuela Vigilante	
Sa 22	Corso base di alpinismo (2 giorni)		principianti	6 - 12	28.02.2024	Samuele Frizzo - Moreno Moreni	
Gio 27	Corno di Gesero - Alp d'Albion -Cap. Gesero, A. Cadinello (piano B Attorno al C. di Gesero)		T2, 775 m disl.			Lorenzo, Giovanni, Clara	
Luglio 2024							
Ma 6	Corso base di alpinismo (2 giorni)		principianti	6 - 12	28.02.2024	Samuele Frizzo - Moreno Moreni	
Gio 11	Sufers, Cufercahlütte (piano B Lai da Vons)		T2, 980 m disl.			Dino, Orlando, Giovanni	
Ma 16	Trekking Bernina 2024 - 4 giorni in Engadina		T2, 600 m disl.			Tino, Clara, Lorenzo	
Sa 20	Badile dalla Val di Mello		AD	8 max	30.06.2024	Moreno Moreni	
Do 28	Una cresta classica del Ticino		T5/T6	6 max	14.07.2024	Mauro Regusci	
Agosto 2024							
Sa 03	Sanbe Trail and Vertical Contest (collaborazione all'evento)		tutti	non def.	30.06.2024	Simon Bernhard	
Sa 17	Grand Combin concatenamento dei 3x4000 dalla capanna Valsorey (2 giorni)		avanzati	4 max 6	09.06.2024	Simon Bernhard-Moreno Moreni	
Sa 24	Montagna e Yoga: facile gita escursionistica versola capanna Corno Gries, accompagnati dall'insegnante di Yoga Prisca Morosoli che proporrà un'ora di pratica-yoga e un momento di meditazione (CHF 20.- a persona).		T2	10 max	19.08.2024	Ilaria Antognoli e Prisca Morosoli	
Do 25	Tigli e castagni secolari tra Val Calanca e Moesano		T2	6 - 12	19.08.2024	Manuela Vigilante	
Gio 29	Arnisee Sunnig Grat - Leitschachbach (piano B Sunnig Grat andata e ritorno)		T2, 810 m disl.			Dino, Orlando, Lyne	
Settembre 2024							
Gio 12	Alpe di Magnello da Cimalmotto		T2, 520 m disl.			Clara, Lyne, Marisa	
Sa 14	Adula Trail Running Via Malvaglia da Dandrio-Fontané +2000m/-2000m		avanzati	max 6	30.08.2024	Simon Bernhard-Sergio Blotti	
Do 15	Lungo la cresta della Via alta Carassina		T6	6 max	09.09.2024	Tiziano Minghetti e Ilaria Antognoli	
Sa 21	Giro a sorpresa in valle di Blenio		S1/S2	6 max	19.09.2024	Mauro Regusci	
Gio 26	Indemini - Mte Paglione- Cangilli- Biegno - Indemini		T2, 730 m disl.			Lyne, Clem, Sergio	

Ottobre 2024							
Gio 10	Capanna Gesero Via cresta Boschetto (Piano B Posteggio strada Gesero capanna)		T2, 450 m disl.				Clem, Sergio, Geo
Gio 10	Fine dell'attività Seniori 2023 con pranzo Capanna Gesero						Giovanni
Sa 19	Ferrata		tutti	8 max	45301		Moreno Moreni-Silvo Antonini
Novembre 2024							
Do 17	Arrampicata		tutti	10 max	45302		Moreno Moreni
Dicembre 2024							
Sa 21	Racchettata notturna		tutti	12 max	45303		Moreno Moreni

 sci alpinismo	 alpinismo	 MTB/e-MTB	 pranzo/cena	Arrampicata	ESC	Racchette	Sci-Alpinismo	Grado
 racchette	 escursionismo	 via ferrata	 con guida alpina	1	T1	WT1	F	facile
 cascata di ghiaccio	 arrampicata	 trailrunning	 formazione	2	T2	WT2	PD-	
				3	T3	WT3	PD	poco difficile
				4	T4	WT4	PD+	
				5a	T5	WT5	AD-	
				5b	T6	WT6	AD	abb. difficile
				5b-5c			AD+	
				5c			D-	
				6a			D	difficile
				6a+			D+	

Informazione	Moreno Moreni	morenomoreni@bluewin.ch	Samuele Frizzo	s.frizzo@casbellinzona.ch
	Boris Matti	boris.matti@gmail.com	Simon Bernhard	semsem@ticino.com
	Christian Stenz	077 394 14 67	Maria Clara Egenswiller	079 616 82 19 / mariaclaramagni@hotmail.com
	Davide Bgnovini	079 467 01 44	Clara Petazzi	091 825 23 44 / clarapetazzi@hotmail.com
	Giorgio Sailer	giorgio.sailer@gmail.com	Clemente Milani	079 660 17 40 / clementem@bluewin.ch
	Ilaria Antognoli	079 719 61 46 / i.antognoli@casbellinzona.ch	Dino Déglise	079 267 71 70 / dinocili@bluewin.ch
	Manuela Vigilante	manuela.vigilante@sunrise.ch	Giovanni Peduzzi	079 635 39 57 / gpeduzzi52@gmail.com
	Massimo Bognuda	079 284 89 58	Lorenzo Petazzi	091 825 23 44 / lopetaz49@hotmail.com
	Maurizio Malfanti	sasbellinzona@gmail.com	Lyne Rezzonico	079 246 36 40 / direzzonico@yahoo.com
	Mauro Regusci	079 424 23 84 / mauro4fun@bluewin.ch	Maria Clara Egenswiller	079 616 82 19 / mariaclaramagni@hotmail.com
	Samuele Frizzo	s.frizzo@casbellinzona.ch	Valentino Zala	079 509 69 44 / valentino.zala@bluewin.ch