

Attività Sezionale di escursioni separate:

- arrampicata in falesia a Montestrutto
- tra le batterie di Machaby e La Cou

In base ai desideri ed alle esigenze dei partecipanti, si valuterà la visita alla fortezza di Bard.

Ritrovo: ore **7,15** presso la sede Cai di Voghera

Partenza: ore **7.30**

Il viaggio e' previsto con mezzi propri o in pullman al raggiungimento di 30 iscritti.

Percorso di avvicinamento: in autostrada da Voghera sino a Pont Saint Martin (AO) e successivamente in statale per Arnad (per l'escursione) o per Settimo Vittone (per l'arrampicata).

Rientro previsto : ore **20,00** indicative.



La fortezza di Bard vista da La Cou



La falesia di Montestrutto



CLUB ALPINO ITALIANO Sezione di Voghera



Attività del

17 maggio 2015

**Arrampicata in falesia a
Montestrutto (Settimo Vittone-TO)**

e

**Escursione alle batterie militari di
Machaby e La Cou (Arnad-AO)**

Sede in via Dante 7/9 tel: 3345986707
aperta il venerdì sera dalle 21.00 alle 23.00

www.caivoghera.it

Arrampicata sportiva proposta da:
Maurizio 3355831011 marchesitrasporti@virgilio.it
Damiano 3384072581 damy69@fastwebnet.it

Escursione proposta da :
Natalino 3394349100 lucchelli.natalino@libero.it

ARRAMPICATA SPORTIVA

Bella falesia con vie di difficoltà varie. Attrezzata nel 2008 con chiodatura impeccabile, e' di facile accesso per il bellissimo ed enorme prato sottostante le pareti.

Quota falesia (m): 280

Lunghezza min itinerari (m): 10

Lunghezza max itinerari (m): 40

Difficoltà: dal 3° grado sino al 7°

Esposizione : Sud-Ovest

Località : Montestrutto (Settimo Vittone, TO)

Punto di appoggio: Bar Vertical Rock

Abbigliamento : Adatto alla stagione primaverile. Muniti di indumenti per il cambio e giacca tecnica.

Equipaggiamento obbligatorio: scarpette per arrampicata, imbraco, corda, moschettoni e zaino.

La partecipazione all'arrampicata sportiva è riservata a coloro che sono in possesso delle nozioni base di manovre con la corda e che hanno frequentato corsi di escursionismo avanzato.

I capi gita sono a disposizione per qualsiasi informazione.

ESCURSIONE

Interessante e panoramica escursione nella bassa valle d'Aosta. Ambiente: splendidi boschi di castagno e faggio, poco frequentati.

Percorso : Da Le Moulin de Va di Arnad a Machaby, Arbenanche, La Cou e sù alla Tete de Cou; percorrendo la bella mulattiera di collegamento delle batterie militari poste a protezione della fortezza di Bard. Ritorno sullo stesso percorso (eventuale variante in discesa per Verale, Albard de Bard sino al borgo medioevale di Bard, nel caso il viaggio di avvicinamento avvenga a mezzo pullman).

Il capo gita, se ne ritiene la necessità, si riserva di apportare variazioni all'itinerario descritto.

Abbigliamento : Adatto alla stagione primaverile. Muniti di indumenti per il cambio e giacca tecnica.

Equipaggiamento obbligatorio: scarponcini con suola intagliata e zaino.

Itinerario: lineare

Esposizione: nord

Difficoltà': E

Quota min.: 610 mt.

Quota max.: 1420 mt.

Dislivello escursione: mt. 700 c.

Sviluppo: 12 Km circa (14 km c. scendendo a Bard)

Tempi: 4,30 ore escluso le soste

Colazione: al sacco

Acqua: scarsa

Copertura cellulare: discreta

Iscrizioni entro il 12.05.15

- per telefono / mail indirizzata ai proponenti
- iscrivendosi nell'elenco pubblicato in Sezione

- **Quote:** come da regolamento la partecipazione all'escursione comporta il versamento al momento dell'iscrizione di:

2€ per i Soci e 3€ per i non soci CAI e 10 € di caparra.

Spese di viaggio:

- con mezzi propri: dividendo le spese come da disciplinare suggerito in Sezione
- in Pullman: **€ 20,00** indicative

Assicurazione obbligatoria per i non Soci:

7 € rilasciando in segreteria : nome, cognome e data di nascita.

Classificazione sentieri e consigli:

T = sentiero facile, carrareccia, mulattiera nelle vicinanze di paesi
E = sentiero privo di difficoltà tecniche, mulattiera per uso agro silvo pastorali di discreto impegno fisico
EE = sentiero in zone impervie con passaggi che richiedono buona conoscenza della montagna; tecnica, allenamento ed equipaggiamento adeguato.

-partecipazione consapevole all'escursione:

leggi attentamente il foglio gita e valuta le tue capacità fisiche e tecniche.

- non esitare, chiedi informazioni ai proponenti delle escursioni.
- attieniti alle istruzioni del capogita;
- sii puntuale agli orari;
- non sopravanzare il conduttore di gita;
- non abbandonare il gruppo o il sentiero;
- non ti attardare per futili motivi;
- coopera al mantenimento dello spirito di gruppo ed alla sua compattezza;
- rispetta l'ambiente, non abbandonare rifiuti, non cogliere vegetali, non produrre inutili rumori molesti.