

25 anni di avventure con l'Alpinismo Giovanile
di Lodi e Crema



Sezioni di Lodi e Crema
in collaborazione con
la sezione di Melegnano



Domenica - 15 settembre 2024

Salita al monte Alben - tra splendide pareti di roccia, guglie e creste (Bergamo)

Ritrovo a Crema	Ritorno a Crema	Accompagnatori Crema	Accompagnatori Melegnano
Via Mercato (di fronte alle scuole Galmozzi) ore 7:00	Ore 19:30 circa Via Mercato	Roberto Cattaneo (347.8428263) Cesare Bianchessi (340.4082403)	Alberto Zucchetti (335.8395591) Paolo Cioni (320.0472962)
Ritrovo a Lodi	Ritorno a Lodi	Accompagnatori Lodi	Difficoltà - Età
Piazzale degli sport (Faustina) ore 6:30	Ore 20:00 circa Piazzale degli sport	Andrea Crozi (346.6743168)	Difficoltà: per tutti Età: indicativamente tra gli 8 e i 17 anni

L'ESCURSIONE

Il Monte Alben situato tra la Valle Brembana e la Valle Seriana è caratterizzato da splendide pareti di roccia, guglie e creste.

La nostra escursione parte dal Passo Zambla: il sentiero inizia prima con un tratto di bosco per poi salire con decisione tra prati e roccette fino al Passo della Forca.

Qui ci divideremo in due gruppi in base all'età: il gruppo dei piccoli salirà alla Cima della Croce mentre quello dei grandi raggiungerà la vetta del monte Alben.

Dopo la sosta pranzo, i piccoli torneranno al Passo Zambla dallo stesso sentiero dell'andata mentre i grandi rientreranno con un lungo e panoramico percorso ad anello. Al Passo Zambla ci aspetterà il pullman per il rientro.



Le iscrizioni si ricevono **entro domenica 8 settembre**, anche telefonicamente (Tel. 02.9835059), presso la sede CAI di Melegnano, il martedì e il giovedì, dalle ore 21:00 alle 23:00, oppure la domenica, dalle ore 10:30 alle 12:00

CAI - Sezione di Crema - Via F. Donati 10, 26013 Crema (CR) - Tel.0373.203463

Per informazioni e regolamento escursioni: www.caicrema.it

CAI - Sezione di Lodi - Viale Pavia 28, 26900 Lodi (LO) - Tel.0371.439107

Per informazioni e regolamento escursioni: www.cailodi.it - email: segreteria@cailodi.it

CAI - Sezione di Melegnano - Via E. De Amicis 25, 20077 Melegnano (MI) - Tel.02.9835059

Orari apertura sezione di Melegnano: martedì 21:00-23:00, giovedì 21:00-23:00, domenica 10:30-13:00

Per informazioni e regolamento escursioni: www.caimelegnano.it - email: sezione@caimelegnano.it

25 anni di avventure con l'Alpinismo Giovanile di Lodi e Crema



Sezioni di Lodi e Crema
in collaborazione con
la sezione di Melegnano

QUOTA E NOTE :

La quota (che comprende il viaggio in pullman A/R e l'assicurazione infortuni per i non soci), **da versare prima della gita**, è così fissata:

	1° figlio/a	2° figlio/a	3° e suc. figlio/a
Socio CAI	25,00 euro	20,00 euro	15,00 euro
Non socio CAI	36,50 euro	31,50 euro	26,50 euro

- ◆ In caso di rinuncia nei giorni antecedenti la data della gita, si prega di avvisare la sede CAI presso la quale è stata effettuata l'iscrizione. In caso di rinuncia il giorno stesso della gita, si prega di avvisare chiamando uno dei numeri di cellulare sopra indicati.
- ◆ Le gite si effettuano con qualsiasi condizione meteorologica, salvo casi eccezionali; in caso di maltempo è previsto un programma ridotto o alternativo.

EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO PER I RAGAZZI:

Indosso

- ⇒ Scarponcini con suola scolpita in gomma
- ⇒ Pantaloni della tuta o pantaloni sportivi lunghi, maglietta
- ⇒ Cappellino in tela

Nello zaino

- ⇒ Borraccia o bottigliette in plastica e vivande per il pranzo al sacco
- ⇒ Occhiali da sole, crema protettiva per la pelle e per le labbra, fazzoletti di carta
- ⇒ Giacca antivento/anti-pioggia
- ⇒ Guanti di lana/pile (in montagna il freddo può sempre arrivare all'improvviso)
- ⇒ Sacchetto di plastica per riporre i rifiuti e abiti bagnati
- ⇒ Eventuali medicinali personali, numero di telefono (fisso o cellulare) per comunicazioni ai genitori (es. ritardo rispetto all'orario previsto per il rientro)
- ⇒ Tessera CAI (per i soci), fotocopia del libretto sanitario, eventuali medicinali personali;
- ⇒ Il modulo compilato con eventuali allergie e/o malattie;
- ⇒ Il modulo compilato per la delibera delle foto.

In una borsa/sacchetto da lasciare sul pullman:

- ⇒ Ricambio completo: tuta da ginnastica (pantaloni e felpa), calze, biancheria intima, scarpe da ginnastica
- ⇒ Merenda

CAI - Sezione di Crema - Via F. Donati 10, 26013 Crema (CR) - Tel.0373.203463

Per informazioni e regolamento escursioni: www.caicrema.it

CAI - Sezione di Lodi - Viale Pavia 28, 26900 Lodi (LO) - Tel.0371.439107

Per informazioni e regolamento escursioni: www.cailodi.it - email: segreteria@cailodi.it

CAI - Sezione di Melegnano - Via E. De Amicis 25, 20077 Melegnano (Mi) - Tel.02.9835059

Orari apertura sezione di Melegnano: martedì 21:00-23:00, giovedì 21:00-23:00, domenica 10:30-13:00

Per informazioni e regolamento escursioni: www.caimelegnano.it - email: sezione@caimelegnano.it