

N.27 – ottobre 2023

Il Ginepro



Il magazine della Sezione CAI Monterotondo

*Il camminare presuppone che a ogni passo il mondo
cambi in qualche suo aspetto e pure che qualcosa cambi in noi*
Italo Calvino

IL GINEPRO È NOSTRO! PARTECIPA ANCHE TU!



Proponi una Rubrica o un Articolo:

- ✓ Scegli temi legati all'ambiente e al nostro territorio;
- ✓ L'articolo non deve superare le 2 pagine, meglio se corredato di foto;
- ✓ Nell'inviare l'articolo accetti che possa essere modificato/corretto nella forma;
- ✓ L'articolo viene pubblicato se perviene entro il 20 del mese pari, oppure sarà pubblicato nel numero successivo;
- ✓ Inviarlo agli indirizzi in redazione.

HANNO COLLABORATO IN QUESTO NUMERO:

FAUSTO BORSATO
PAOLO GENTILI
ALDO MANCINI
PAOLA DEL SERRONE
LUISA BRUNINI
LOREDANA CONTI
CARLO D'ALOISIO MAYO
ANTONIO LATTANZIO
ROMINA ORICCHIO
SIMONETTA VALENTINI

In Redazione:

Aldo (aldo2346@gmail.com)
Fausto(fausto.borsato@libero.it)
Paolo (pgentili@informaticaoggi.com)
Paola (serrone85@gmail.com)

Per informazioni: www.caimonterotondo.it monterotondo@cai.it

SOMMARIO

04 Editoriale

Impressioni dei Soci

06 Gorzano

09 Il Sulcis, una miniera da scoprire

13 Otto componenti del CAI Monterotondo sulle Bocchette del Brenta

16 Ultime dal Morra

19 GAS 2a parte: In cammino tra i Monti Sibillini e l'azzurro del cielo

26 GAS 2° parte: "Toccata e fuga" ... un incontro davvero speciale

29 Alla Grotta di San Benedetto sul Velino

32 Sport Village Tour - CCM - Parete attrezzata

Pillole CAI

35 Acronimi

37 Etica

40 Le parole del camminare: Arrampicare

Oltre il CAI

41 Il libro: Le ascese al Velino e al Sirente nell'Ottocento

43 Il film: A passo d'uomo

45 La fotografia: Il gioco di luci e ombre nella fotografia di montagna

49 Zapping

50 Prossime Escursioni: novembre - dicembre

51 Risate in montagna: Uscita d'emergenza

Copertina: Daino - Selva del Circeo (LT)

Foto: Riccardo Halgass, 2023

Socie e soci carissimi,

ottobre 2015 a Firenze è stato il palcoscenico del centesimo Congresso del CAI, appena due anni dopo i festeggiamenti per il 150° della nostra associazione. Il volontariato, la gratuità delle prestazioni e la centralità del socio erano i fulcri di quell'evento, suddiviso in tre seminari: "Volontariato nel CAI di oggi", "Volontariato nel CAI di domani" e "Associazionismo e servizi". Questa riflessione ha gettato le basi per riflettere sulla nostra identità e il nostro ruolo.

Oggi, a 160 anni dalla fondazione, ci apprestiamo al 101° Congresso a Roma dal 25 al 26 novembre 2023, con un tema cruciale: "La montagna nell'era del cambiamento climatico". Da inizio anno, tre tavoli di lavoro sono stati attivati: "Il CAI per il capitale naturale", "Il CAI e la frequentazione responsabile della montagna, i nuovi comportamenti consapevoli", e "Il CAI per lo sviluppo della montagna, economia e politiche territoriali". Tutti siamo chiamati a contribuire, specialmente i giovani soci, coinvolti fin dalle fasi preparatorie e di coordinamento del Congresso su impulso del presidente generale Antonio Montani.

Il coordinatore Raffaele Marini ha definito l'obiettivo del 101esimo congresso: comprendere il ruolo attivo e propositivo che il CAI e i suoi soci possono svolgere a favore dei territori montani in un'epoca segnata dalla crisi climatica. Il Congresso non è solo un confronto sugli effetti dei cambiamenti climatici, ma un'occasione per formulare proposte concrete su come affrontare la montagna in modo sostenibile.

Dopo il Congresso, sarà rivisto il nostro codice di autoregolamentazione ambientale, il "Bidecalogo", per migliorare il ripristino degli ecosistemi e la loro conservazione, oltre a delineare una visione più lungimirante per gli investimenti a loro sostegno.

Vorrei sottolineare brevemente almeno un'attività del primo tavolo di lavoro: "Citizen Science" (Scienza Partecipata), un'opportunità per tutti noi appassionati di montagna di partecipare attivamente a ricerche scientifiche senza necessariamente essere esperti. Un evento simile si è già tenuto il 30 aprile scorso durante il City Natura Challenge 2023 nella Riserva Naturale Macchia di Gattaceca e Macchia del Barco. Accompagnati dal referente dell'area Dr. Vincenzo Buonfiglio, abbiamo esplorato la riserva, fotografando flora e fauna, per poi condividere le nostre scoperte in un apposito sito web con la comunità scientifica.

Partecipare al Congresso, sia online tramite il blog (<https://congresso.cai.it>) che fisicamente a Roma, rappresenta un dovere e un'opportunità concreta per condividere conoscenze, esperienze e competenze. Vi invito a registrarvi e confermare la vostra presenza sul sito da subito. I contributi saranno condensati in un documento unico, delineando le linee guida, gli impegni e le priorità per i prossimi anni, preservando i valori che ci definiscono.

N.27 – ottobre 2023

L'appuntamento è a Roma il 25 e 26 novembre presso il Teatro Italia, in via Bari 18. Non mancate!
In chiusura, vi ricordo di prenotarvi in anticipo per il consueto pranzo di Natale del 17 dicembre, di cui riceverete presto tutte le indicazioni necessarie. Quest'anno, con un primato storico di 517 soci iscritti alla nostra sezione, chiuderemo l'anno in bellezza. Vi aspetto numerosi: oltre a essere un momento conviviale prezioso, è un'opportunità di confronto e bilancio per l'anno trascorso insieme.

Buona lettura del nostro "Il Ginepro"!

Paolo Gentili



GORZANO

Luisa Brunini



Eccomi a raccontare per la prima volta un'escursione programmata dal CAI di Monterotondo, di cui sono socia da pochissimi mesi. Una sezione che attraverso i suoi accompagnatori propone tantissime escursioni giornaliere, ma non solo. Il programma è ricco anche di magici-week end e cammini più lunghi, di tre o più giorni. Ogni esperienza vissuta con il CAI di Monterotondo è un viaggio doppio, uno fatto dei passi percorsi con i piedi e l'altro dei *passi percorsi intimamente*, dove cuore e mente tornano a dialogare e si riappacificano. Sabato 16 settembre: tutto ha inizio a Capricchia al Sacro Cuore, una delle frazioni di Amatrice, con un aperitivo offerto e magnificamente organizzato nei minimi dettagli da Simona e Mauro. Sottolineo magnificamente, perché i buonissimi prodotti locali (frutto del faticoso lavoro svolto in situazioni di persistente disagio in cui i territori versano da tempo) sono state accompagnate da inattese bollicine e da una vista che il tramonto ha colorato con le sue tinte intense e calde.

Di fronte a noi, in direzione ovest dominava il Terminillo con i suoi oltre 2.200 m., voltandosi di 180° nella direzione est i colori cambiavano, il cielo in bianco e nero avvolgeva con le sue nuvole il Monte Gorzano, la vetta più alta del Lazio, che il giorno successivo avremmo percorso passo dopo passo.

Camminare e percorrere i sentieri di questi luoghi è un'esperienza sempre particolare, fatta di emozioni profonde e contrastanti. Da un lato le montagne, veri e propri monumenti naturali che suscitano meraviglia e ossequio; dall'altro i vecchi borghi dove ancora si respira la polvere delle macerie.

Le case sventrate hanno i cuori ancora esposti che lasciano immaginare storie di vite al loro interno: un vaso di ciclamini rossi, qualche panno steso, un tavolo e 4 sedie vuote fuori dai moduli prefabbricati. Le mura sono ancora intrise di paura, quella paura che lascia impietriti, senza parole. Si cammina lentamente in rispettoso silenzio, per poter raggiungere il punto di partenza del nostro trekking che si preannuncia bello e pieno di emozioni.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Ma il cuore e gli occhi devono fare i conti con questi fotogrammi che riesco a memorizzare solo nella testa. Un certo pudore mi trattiene dall'inquadrare e scattare fotografie di quel che resta di un tempo sospeso, cristallizzato e fermo dal 2016.

Domenica 17 settembre: si parte puntuali, dopo il risveglio nelle casette in legno, piccole abitazioni essenziali ma accoglienti (come peraltro deve essere in montagna), messe a disposizione dalla proloco presso Villaggio Vittoria, frazione di Capricchia.

Ci si incammina per raggiungere l'altra parte del gruppo, gli eroi partiti alle 6.00 da Monterotondo, che puntuali si fanno trovare all'unico bar di Amatrice. La barista sorridente non si intimorisce e con piglio deciso affronta l'entusiasta carovana, accontentando tutti i 19 camminatori affamati. Terminata la colazione, gli accompagnatori Mauro Bondi e Roberto Simei raccolgono il gruppo. Siamo pronti per la partenza.



Il percorso inizia dal piazzale di un parcheggio e dopo circa 300 metri di sterrata entra nel bosco, da subito fitto e verde inteso, dove dal terreno affiorano alcuni enormi macigni.

Si prosegue su un sentiero pianeggiante fino all'incontro di un bivio, da cui inizia il sentiero 365 (1559 m). Si procede camminando nel bosco con ampie svolte, costeggiando il fosso di Gorzano, fino ad uscire su dei prati panoramici dai quali raggiungiamo lo stazzo di Gorzano, a quota 1882.

Qui il cammino si apre, mostrando ampi panorami verso Cima Lepri, il Pizzo di Moscio e i salti rocciosi del Fosso di Gorzano.

Si prosegue percorrendo tutta la lunga e dolce linea di cresta con l'ampia visuale sul lago di Campotosto e il Gran Sasso che lentamente scopre alla vista il Corno Grande.

Dopo un po' si raggiunge l'ampia e ospitale vetta del Monte Gorzano (2458 mt). Dalla cima, il vastissimo panorama include tutte le montagne della Laga, i Sibillini, il Terminillo, le Montagne Gemelle e il Gran Sasso.

IMPRESSIONI DEI SOCI

La vetta, il vento, le chiacchiere, il cielo azzurro e le montagne nascoste dal velo di nuvole: sale la voglia di non voler tornare indietro. Per un attimo ho pensato: “che magia deve essere poter passare la notte qui”. Sentivo un’attrazione potente, un senso di libertà e di contatto vero con il cielo, con la terra, con l’aria e il vento; la mente liberata dai fardelli inutili, lasciati andare lungo il percorso. Insomma, non sarei voluta tornare indietro, lì si stava davvero bene.

Come dice Paolo Cognetti *ognuno di noi ha una quota prediletta in montagna, un paesaggio che gli somiglia e dove si sente bene*. Forse i 2.485 metri del Monte Gorzano, il panorama, le cime che lo circondano, le morbide e azzurre curve del lago di Campotosto sono il paesaggio e l’altitudine che in quella domenica di settembre dovevo incontrare.

Concludiamo il secondo giorno con la liturgia del terzo tempo, irrinunciabile e preziosa per fare la raccolta dei sorrisi e degli sguardi di tutti, forse un po’ stanchi ma con una bella luce negli occhi.

Ringrazio i compagni di viaggio e ringrazio Mauro Bondi, che ci ha accompagnati e coccolati per il tempo di due tramonti. Ci ha raccontato di quei luoghi solo come sa fare chi in quei posti ci è nato e ci ha vissuto.

Ringrazio gli accompagnatori che ho seguiti in questi mesi e ogni accompagnatore del CAI di Monterotondo che impegna parte del suo tempo per impreziosire il tempo di tanti, compreso il mio.



IL SULCIS

UNA MINIERA DA SCOPRIRE

Romina Oricchio



AVVICINAMENTI

Alla scoperta dei Vini delle Terre Alte

Questa rubrica nasce con l'intento di condurre il lettore ad intraprendere un viaggio tra le regioni italiane coniugando il piacere di "camminare" tra i vigneti di montagna e la "sete" di conoscenza. Scopriremo insieme il binomio montagna-viticultura, percorreremo il territorio italiano lungo quella immaginaria linea di confine che costringe l'essere umano a deporre il suo aratro e lasciar spazio alla natura incontaminata, laddove l'opera dell'uomo non è più in grado di modellare il paesaggio e le vette dominano incontrastate, custodi e guardiani dell'integrità del paesaggio.

Quante volte durante le nostre passeggiate in montagna ci siamo imbattuti in pietre dallo strano aspetto o colore che hanno attirato la nostra attenzione e curiosità a tal punto da chiederci cosa fossero, che origine avessero e per quale ragione si trovasse proprio lì.

Le nostre montagne sono custodi di grandi tesori e sin dalla Preistoria l'uomo ha estratto pietre e metalli dalla crosta terrestre per ottenere materiali utili alle proprie attività.

Da Nord a Sud, dalle montagne alle pianure, le miniere sono state storicamente un fulcro intorno al quale si è realizzata la sopravvivenza economica delle popolazioni locali nonché la formazione della loro cultura e tradizioni.



IMPRESSIONI DEI SOCI

In Italia, l'attività delle grandi miniere sotterranee di estrazione di minerali metalliferi, si è sostanzialmente esaurita a partire dalla fine degli anni '70. Ormai sempre meno gente lavora all'interno delle miniere. Non per mancanza di volontà o di capacità, ma perché la maggior parte di quelle esistenti è stata chiusa. Prima di questo periodo, oltre 3000 siti minerari erano capillarmente distribuiti su tutto il territorio nazionale e si estraevano in grandi quantità carbone, zinco, rame, argento e ferro.

Da un punto di vista storico, la Sardegna è una tra le regioni italiane più importanti per quanto riguarda l'attività estrattiva, soprattutto nel Sulcis-Iglesiente (zona Sudovest dell'isola). In quest'area erano presenti decine e decine di miniere, tra cui Monteponi e Montevecchio, dove le mineralizzazioni di piombo, argento e zinco sono insediate nelle formazioni geologiche carbonatiche che, con oltre 500 milioni di anni di età, sono tra le più antiche rocce d'Italia.

L'industria mineraria in Sardegna conobbe il suo grande boom nella seconda metà dell'Ottocento, quando sull'isola arrivarono molti investitori che cambiarono profondamente il paesaggio e la società, la quale da agropastorale divenne industriale. La trasformazione economico-paesaggistica nonché sociale e culturale di quegli anni, venne affidata ad una Commissione di inchiesta parlamentare finalizzata ad indagare sulle *Condizioni dell'industria mineraria nell'isola di Sardegna*, di cui fu indicato come relatore l'onorevole e ingegnere minerario, oltre che fondatore del CAI, Quintino Sella.

Nel febbraio del 1869 i membri della Commissione fanno un viaggio di ispezione in Sardegna, per esaminare da vicino le reali condizioni dell'isola e intervistare direttamente gli amministratori locali, gli imprenditori, gli allevatori e gli agricoltori. Naturalmente, una parte importante del viaggio è dedicata alla visita alle miniere. L'itinerario percorso all'epoca da Quintino Sella e gli altri componenti della Commissione, coincide, in parte, con quello che oggi è **Il Cammino Minerario di Santa Barbara**, un trekking nato con l'obiettivo di recuperare un territorio che

mescola bellezze naturali, religione, storia e cultura; volto a valorizzare la memoria di quegli uomini che nei secoli passati hanno contribuito all'attuale aspetto paesaggistico e culturale del territorio.

Il percorso è un circuito ad anello che si snoda lungo le piste e i sentieri battuti dai minatori lungo 8.000 anni di storia.

500km divisi in 30 tappe, all'interno del Parco Geominerario Storico Ambientale della Sardegna tra mare, monti e miniere, lungo gli antichi cammini del Sulcis Iglesiente Guspinese.

Dal mare cristallino di Sant'Antioco alle fitte foreste del Marganai, dalle bianche dune di Piscinas alle spettacolari grotte di Is Zuddas, questo trekking, alla scoperta della Sardegna sud-occidentale, si sviluppa per il 75% su sentieri, carrarecche, antiche ferrovie dismesse e spiagge: si cammina su terra, roccia e sabbia.



IMPRESSIONI DEI SOCI

Fil rouge devozionale è il culto di Santa Barbara, patrona dei minatori, le cui chiese punteggiano questo splendido itinerario storico e naturalistico.

Secondo la leggenda diffusasi sin dall'VIII secolo in Oriente e poi in Occidente, Santa Barbara fu rinchiusa in una torre dal padre pagano Dioscuro, per proteggerla dai suoi corteggiatori. Venuto però a conoscenza della conversione cristiana della figlia, la consegnò ai suoi carnefici che, dopo crudeli torture, ne decretarono la decapitazione ad opera dello stesso padre, il quale morì incenerito da un fulmine subito dopo aver compiuto il terribile gesto.

Per questi motivi la Santa è considerata protettrice di coloro che subiscono morti violente e improvvise; protegge tutti coloro che hanno a che fare con gli esplosivi, dagli artiglieri, al Genio Militare, alla Marina Militare, ai minatori e ai vigili del fuoco.

Il percorso è interamente segnato con la segnaletica sfondo blu e una torre stilizzata in giallo, simbolo del martirio della Santa.

Il km 0 è Iglesias, dove i pellegrini ricevono l'augurio del Buon Cammino dalle clarisse del Santuario della Madonna del Cammino. La cima più alta è a quota 900 m. s.l.m.

Il cammino è adatto a tutti, ma bisogna tener conto del continuo dislivello lungo il percorso, avere un minimo di esperienza su percorsi con brevi ma ripide salite e discese, essere in grado di camminare su diversi tipi di fondi di calpestio, inclusi circa 5 km sulla sabbia.

Quest'area così ricca di tesori naturalistici e paesaggistici, è ricca anche di un altro tipo di miniere: vigneti affacciati sul mare dai quali si estrae un vino semplicemente stupendo.

Il Sulcis è, infatti, la terra in cui il vitigno **Carignano** si esprime nel migliore dei modi.

Antico vitigno a bacca nera molto diffuso nell'area mediterranea, si tratta di un vino storico, antico che ancora oggi fa valere il proprio prestigio e i suoi inconfondibili sapori. La sua origine è ancora oggi oggetto di dibattito. C'è chi sostiene che si tratti di un vitigno autoctono della Sardegna e chi, invece, ritiene che il vitigno sia stato introdotto nell'isola dai Cartaginesi che, per lungo tempo, esercitarono una notevole influenza proprio sulle località del Sulcis. Più probabile che il Carignano abbia origini spagnole e sia stato portato in Italia proprio da questo popolo nel periodo del loro dominio sull'Isola.

La particolarità che rende questo vitigno unico, se coltivato in quest'area, è dovuta al fatto che il mare e il Maestrale giocano un ruolo molto importante nella coltivazione della vite. Le vigne di Carignano, a ridosso del mare, non soffrono il sale che si posa sui pampini della vite, che, anzi, penetra nel sistema vegetativo della pianta conferendo parte della salinità che si ritrova poi nel vino. Inoltre, la calura della tarda primavera e dell'estate è



riequilibrata dal vento freddo di maestrale che provoca un'escursione termica giorno-notte creando e fissando il corredo aromatico dei vini, caratterizzati da spessore e schiettezza.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Le caratteristiche pedoclimatiche del territorio e in particolar modo la composizione del suolo permettono, inoltre, in alcuni casi, la coltivazione di questo vitigno a piede franco, cioè senza portainnesti, in quanto, su terreno sabbioso, la vite è meno soggetta agli attacchi della fillossera, e il sistema di allevamento è il tradizionale alberello.

Da qui ne deriva uno dei rossi più interessanti e prestigiosi dell' enologia sarda. Rosso intenso, con un colore quasi impenetrabile, profumi complessi che vanno dalla mora e mirtillo fino alla vaniglia e alla liquirizia, con note potenti di mirto e macchia mediterranea per evolvere con gli anni verso sentori di cuoio e sottobosco. Un rosso di rara piacevolezza, non eccessivamente robusto e basato su una complessità organolettica dalla pregevole armonia generale. Un vino che dà soddisfazione anche al palato, non eccessivamente alcolico con un ottimo rapporto tra tannino e acidità; un vino non troppo appariscente ma allo stesso tempo elegante, ampio e vellutato.

Il successo e la diffusione di questo vitigno sono legati all'intuizione di Giacomo Tachis, padre dell' enologia italiana nonché creatore del celebre vino Sassicaia, il quale intuì da subito il grande potenziale del Carignano in territorio sardo, riuscendo a trovare la giusta "ricetta" per esaltarlo e renderlo il vino che conosciamo oggi.

Le migliori espressioni di Carignano le possiamo ritrovare in storiche etichette quali "*Terre Brune*" della **Cantina Santadi** e nel "*Barrua*" dell'**Azienda Agripunica**, entrambe nate in seguito alla consulenza del grande enologo italiano.

Sulla scia del successo di queste aziende sono emerse anche nuove realtà vitivinicole, in alcuni casi gli stessi minatori, dopo la dismissione delle miniere, si sono reinventati viticoltori. È il caso, infatti, di **Silvio Esu**, un minatore della città di Carbonia, che innamorato della vigna, nonostante la stanchezza del lavoro in miniera, o forse, chissà, proprio per la necessità di cercare luce, nel poco tempo libero, iniziò a dedicarsi alla coltivazione della vite e nel 1958 piantò la prima vigna a piede franco di Carignano. Oggi l'attività è portata avanti dal figlio Enrico, che, con il suo Carignano del Sulcis "*Nero Miniera*" fa risplendere di luce un vino nato nella terra del carbone, tra sugherete secolari e terreni sabbiosi.

Anche la **Cantina Mesa**, attualmente del Gruppo Santa Margherita, attraverso il suo Carignano del Sulcis Superiore "*Gavino*" riesce a raccontare il territorio, la cultura e le tradizioni dell'isola in un sinergico gioco tra tradizione e innovazione.

Insomma, la Sardegna del vino non è solo Cannonau e Vermentino, piuttosto una grandissima varietà di vitigni autoctoni che, sebbene coltivati in percentuali minori, sanno donare delle splendide emozioni e delle grandi soddisfazioni al palato, in tutte le loro vinificazioni: dalla versione più semplice e immediata, alle versioni superiore e riserva fino al dolce passito.

Visitare queste terre sarde ci permette non solo di uscire dai soliti circuiti turistici, ma, per appassionati di eno-trekking è un vero connubio di emozioni: ripercorrere i sentieri sulle tracce di Quintino Sella, immergersi in panorami e luoghi ricchi e densi di storia, spiritualità, cultura e tradizioni, nonché assaggiare alcuni dei vini realizzati da colui che è considerato il vero padre dell' enologia italiana. Tutto in un unico territorio, in un unico viaggio, in un'unica esperienza indimenticabile.

OTTO COMPONENTI DEL CAI MONTEROTONDO SULLE BOCCHETTE DEL BRENTA

Antonio Lattanzio e Simonetta Valentini



06-08-23 Il nostro viaggio inizia molto presto. Partiamo alle 5:00 dalla sede CAI alla volta di Madonna di Campiglio per arrivare alle 13:00 al Parcheggio di Vallesinella. Siamo a quota 1500 e da qui inizia la nostra avventura: zaini in spalla e via alla volta del rif. Alimonta a 2600 m s.l.m. dove ci attende Roberto che è arrivato qualche ora prima di noi. Giusto il tempo di posare gli zaini e siamo a cena perché nei rifugi in quota si cena molto presto e si va a dormire ancor prima! Per il pernottamento ci hanno riservato una stanza da 8 posti con letti a castello.

07-08 La mattina di buonora partiamo per le mitiche *Bocchette Centrali* sulle quali già ci hanno preceduto in molti e, nell'attesa di poter salire, quasi congeliamo dal freddo! Nonostante ciò alle 12:00 siamo nei pressi del Rif. Tosa Pedrotti, dove pranziamo e lasciamo il nostro amico Enzo che il giorno dopo, con una guida alpina, si cimenterà sul famoso *Campanile Basso*.

Noi proseguiamo in direzione del rif. Alimonta e passiamo per il rif. Brentei, la 'casa' del grande alpinista Bruno Detassis che l'ha gestita per decenni. Dalla sua terrazza panoramica a 360° abbiamo ammirato l'intera Val di Brenta e quasi tutte le belle piste da sci di Pinzolo e Campiglio che molti di noi hanno frequentato in questi ultimi anni.

IMPRESSIONI DEI SOCI

08-08 La giornata è dedicata ad un giro sulla ferrata Detassis, una via attrezzata con molte scale ed abbastanza impegnativa. Alla fine della stessa troviamo l'attacco delle Bocchette alte che affronteremo il giorno successivo.

A mezzogiorno siamo già di ritorno al rifugio Alimonta che troviamo piuttosto affollato. Noi siamo diventati i "Romani", per la nostra prolungata permanenza. La confidenza acquisita ci induce a chiedere un piatto di spaghetti con aglio, olio e peperoncino, ma abbiamo dimenticato che non siamo a Roma (da non ripetere)!

La sera ci ritroviamo tutti con l'amico Enzo, scalatore, che ci racconta la sua impresa sul *Campanile basso* e mentre alcuni di noi si diletano al solito Burraco, si fanno i piani per il giorno dopo.



09-08 Si parte di buonora per le *Bocchette Alte*; oggi l'impegno sarà notevole per difficoltà e lunghezza del percorso. Per alcune ore siamo solo noi, non incontriamo anima viva e, in perfetta solitudine, arriviamo alla *Cima Molveno* a quota 3000.

La vetta sembra una pianura con uno stupendo affaccio sul lago di Molveno sotto di noi. Dopo le foto di rito riprendiamo il percorso passando ai piedi della *Cima Brenta* che si erge maestosa sopra le nostre teste e, su passaggi molto stretti, incontriamo i primi escursionisti che vengono in senso contrario. L'ambiente è severo, non ci possiamo concedere distrazioni, la prudenza non è mai troppa.

Dopo alcuni passaggi delicati arriviamo alla famosa *Scala degli Amici* che per nostra fortuna è libera. Noi la percorriamo in discesa per circa 25 metri, molto verticali! Proseguiamo per la *Bocca di Tuckett* dalla quale è visibile più in basso l'omonimo rifugio, che raggiungiamo dopo un'ora con non poche difficoltà

visto che il sentiero è franato sul ghiacciaio sottostante. Sono le 13:00, quindi in perfetto orario per il pranzo.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Per il ritorno al rif. Alimonta il gruppo si divide: alcuni scelgono la via *ferrata SOSAT*, gli altri percorrono il sentiero normale e, con nostra sorpresa, arriviamo appena sopra il rif. Brentei in perfetta sintonia per continuare assieme fino al rifugio Alimonta.

10-08 Dopo alcune foto ricordo salutiamo il rifugio Alimonta con dispiacere, e con calma ci incamminiamo per tornare al parcheggio di Vallesinella passando per le “cascate” dove arrivano tutti i villeggianti di Madonna di Campiglio.

Ci ritroviamo di colpo trasportati nella civiltà, quasi ci viene voglia di risalire nella solitudine delle vette, nel silenzio dove l'unico momento di confusione era dato dalla cena con tutti gli ospiti del Rifugio.

Le vie ferrate del Brenta e le Bocchette in particolare meritano certamente di essere percorse,



per la bellezza dei singoli passaggi e per il fantastico ambiente in cui sono inserite. Naturalmente si devono scegliere giornate con tempo sicuro ed è necessario possedere una buona preparazione tecnica per non rischiare oltre il dovuto.

12-08 Oggi andiamo in *Val di Pejo*, una valle laterale della Val di Sole, all'interno del Parco Nazionale dello Stelvio, per salire il *Monte Vioz* (3645 m). Prendiamo la funivia per Pejo 3000 e, dopo essere scesi per circa 200 m, iniziamo la salita vera e propria per il rif. Mantova che raggiungiamo con non poche fatiche, tra sassi e banchi di nebbia.

Dopo una breve pausa proseguiamo per gli ultimi 150 m per la vetta del *Vioz*, ma non sazi attraversiamo il ghiacciaio per raggiungere *Punta Linke* dove c'è un piccolo Museo della Grande Guerra con resti anche visibili in mezzo al ghiacciaio.

Il ritorno, dopo una sosta al rif. Mantova, avviene con una lunga discesa che porta alla Val dei Cembri per un sentiero piuttosto arduo.

Ma eravamo alla fine delle fatiche e l'ottimismo imperava.

È stata una stupenda settimana, col tempo sempre clemente, con panorami mozzafiato diversi da quelli pur bellissimi dell'Appennino, e con una piacevolissima compagnia.

Ultime dal Morra

Fausto Borsato



Teodora di Luis Gomez
foto di Romolo Belvedere
(dal sito del Comune di Marcellina)

Da Roma, e da Monterotondo, guardando verso oriente, l'orizzonte è coperto dal profilo di monti che vanno dai Prenestini a sud, ai Monti Ruffi a sud-est e poi a est dal profilo dei Monti Lucretili che si alzano, dopo Tivoli, con un primo triangolo scaleno, più basso del successivo Monte Gennaro, anch'egli triangolare. Questo triangolo è conosciuto come Monte Morra (1036 m s.l.m.).

Il significato della parola "morra" è tuttora ignoto; probabilmente deriva da latino "murris" (mucchio, cumulo di pietre), ma anche "cippo" di confine.

Non è difficile pensare che il Monte Morra sia stato così definito per le sue caratteristiche geomorfologiche.

Circa 14-10 milioni di anni fa, il Mar Tirreno ha cominciato ad allargarsi, provocando con la pressione esercitata dalla placca africana su quella euroasiatica l'elevazione delle terre attualmente definite Appennino,

provocate dal sovrapporsi di grandi masse rocciose nei punti di contatto.

Il fondo del mare, dove si erano depositati per milioni di anni i resti di animali marini, fece risalire in superficie i calcari così formati. Passeggiando tra le grandi costruzioni rocciose del Monte non si può non percepire questa loro origine.

Passeranno ancora molte migliaia di anni e i terremoti, gli agenti atmosferici quali il vento, la pioggia, il ghiaccio, la vegetazione arborea con le sue radici modelleranno queste rocce, sgretolandole, facendole franare, disgregandole e lasciando a noi, novelli giocolieri della natura, la possibilità di divertirsi tra quelle placche, quei diedri, quelle fessure che sono diventate le pareti del Monte Morra.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Ormai molti anni fa, mentre anch'io mi dilettao nel ripetere quegli itinerari che altri avevano appositamente attrezzato per i nostri allenamenti, fui frequentemente e ripetutamente superato in velocità e in sicurezza da un giovane alto, con una tuta piuttosto malridotta e ai piedi delle tipiche scarpe costruite dalla Superga.

Faccio notare che in quegli anni, la stessa scuola di arrampicata del Cai di Roma gestita dalla Sezione Universitaria, imponeva a noi, aspiranti rocciatori, dei pesanti scarponi di cuoio rigidi e alti a coprire la caviglia e non poteva mancare già allora, e giustamente, il casco.

Nel mio caso era un casco da carpentiere e la prima volta che arrampicai dovetti fare sicura al primo di cordata mentre imperversava un temporale.

Lascio alla vostra immaginazione pensare all'effetto dell'acqua sul casco, che naturalmente faceva convogliare sulla schiena tutto ciò che dall'alto cadeva.

Naturalmente, quel ragazzo che arrampicava veloce e malvestito al nostro fianco, facendoci sentire, non per colpa sua, degli incapaci imbranati era Pierluigi Bini.

E quelle rocce costituivano la palestra di arrampicata più frequentata dai soci del CAI di Roma per tenere corsi ai principianti.

La storia del luogo però è molto più lunga e ricca di episodi che hanno costellato il periodo soprattutto del tardo medioevo. Attorno infatti al XII secolo venne costruito, addossato alla parete inferiore di rocce, un monastero su tre piani (comunemente definito come "Conventillo"), con vasche di raccolta acqua, refettorio, camino, scala interna.

La tradizione sostiene che esso sia stato fondato da Monaci Basiliiani, cioè seguaci di San Basilio (IV secolo d.C.), fuggiti dall'oriente durante le lotte iconoclaste, o forse la fondazione si deve ad altri monaci genericamente Orientali che venivano comunemente chiamati Basiliiani.

Il periodo pertanto di costruzione potrebbe essere di vari secoli antecedente, fino al periodo della prima dominazione longobarda (secolo VII-VIII), in analogia con altre strutture presenti nel Lazio.

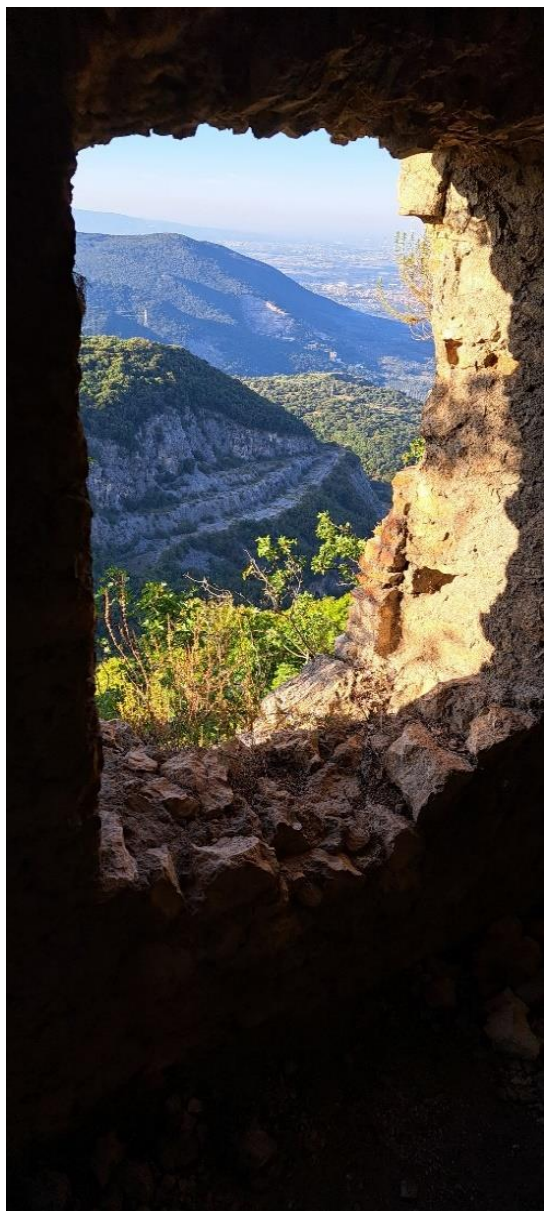
Purtroppo della struttura così complessa rimane ormai assai poco, solo qualche stanza e una parte della scala di accesso. Meriterebbe, anzi avrebbe meritato, notevoli lavori di restauro e consolidamento. Appare ormai destinato purtroppo ad un irreversibile declino.

Il luogo, con le pareti di arrampicata ed il "Conventillo", molto frequentato negli anni '80 del secolo scorso, ha perso molto del fascino iniziale, sostituito da altre falesie più accessibili e soprattutto più sicure. La ricca vegetazione arborea, il leccio in particolare, con le sue radici che penetrano nelle fessure della roccia, ha reso instabile qualche settore, causando anche notevoli crolli (nella zona della 'Marino' e del 'Tetto di Dado' per esempio).



La 'Bibbia' di chi, all'inizio degli anni '70 voleva arrampicare al Morra

IMPRESSIONI DEI SOCI



Dall'interno del Conventillo verso le cave ormai abbandonate.

Nel versante ovest dei Lucretili sono state aperte, fin dall'epoca romana, cave per la produzione di calce (le calcare) necessaria per lo sviluppo dell'Urbe. Anche molto più recentemente la roccia del Morra è stata ritenuta adatta allo stesso uso, questa volta per l'edificazione dell'EUR.

Dal 1937 infatti furono aperte cave per ottenere calce idrata e poi fu costruito un cementificio, che richiedeva molta manodopera, cercata e ottenuta dai lavoranti di Marcellina e San Polo.

Per una comunità che viveva di povera agricoltura e di pastorizia, le paghe degli operai delle cave costituivano un notevole balzo nel soddisfacimento delle necessità quotidiane.

Purtroppo i costi di produzione e le esigenze delle maestranze costrinsero la CIDI, proprietaria dello stabilimento, a chiudere la produzione con un doloroso impatto sull'economia della zona. Rimasero le enormi strutture abbandonate e mai più utilizzate.

Qualche anno fa, per iniziativa del Parco dei Monti Lucretili e con l'appoggio del Comune di Marcellina, fu ripreso un reportage fotografico di Romolo Belvedere che ritraeva alcuni operai delle cave e altri soggetti del posto tra contadini, pastori e bambini.

Lo street artist venezuelano Luis Gomez de Teran riprodusse sugli abbandonati silos del cementificio le facce di alcuni di questi operai e sull'altoforno, all'inizio della Strada di Monte Morra, la faccia rugosa, intelligente e saggia di Teodora Fornari, una delle operaie del cementificio.

Per chi sale a Prato Favale, da cui un facile sentiero conduce alla vetta del Morra e anche alle pareti di arrampicata e al Conventillo, il sorriso leonardesco di

Teodora rappresenta il ricordo di tante vite vissute tra gli alberi e le rocce e le fatiche del vivere quotidiano ai piedi del Monte Morra.

IN CAMMINO TRA I MONTI SIBILLINI E L'AZZURRO DEL CIELO.

Loredana Conti

**GAS 2[^] parte - Anello dei Monti
Sibillini 31/08 - 01/09 2023**

La Calcatreppola è una pianta perenne dal colore viola-azzurro. All'altitudine di 1400 metri, quando la incontri è l'azzurro però a prevalere con prepotenza sul viola. Fedele all'etimo del suo nome scientifico *Eryngium* (Eringio da *erigo, is, rexi, rectum, erigere*), la Calcatreppola a queste quote si alza verso il cielo come se volesse catturare l'azzurro brillante, che alcune giornate di fine estate ancora ci donano. La vedi da

lontano, mentre passo dopo passo sali in quota, ergersi con tutto il suo vigore cromatico, tra i prati dorati di agosto.

Questa è la pianta che più di ogni altra, ha accompagnato il mio cammino sui Monti Sibillini, durante il trekking, che si è svolto dal 31 agosto al 3 settembre 2023: **Il Grande Anello dei Sibillini 2[^] parte, da Colle le Cese a Monastero.**

Un cammino che ci ha condotto tra stupende montagne, altopiani, valli, accompagnato anche da leggende e antichi miti. Un itinerario tra natura e borghi, che ha percorso anche luoghi feriti dal terremoto che sette anni fa ha colpito queste terre, poste lungo l'asse geografico Amatrice- Norcia-Visso, lasciando segni profondi, ancora visibili. Un viaggio fatto di incontri inaspettati e speciali, come quello con Renato Marziali, uno degli ultimi pastori e poeti. Detto "il Pastorello", nel 2007 è stato insignito del titolo di "Cavaliere Ordine al Merito della Repubblica Italiana", dal Presidente Giorgio Napolitano. Renato oggi è una star, anche Diego Bianchi con Propaganda lo ha intervistato tra le sue montagne.



IMPRESSIONI DEI SOCI

Sono stati quattro giorni, anche faticosi, accompagnati da dolori articolari, e gel defaticante per le gambe, ma anche di riposo dell'animo e nuove relazioni amicali. Insieme abbiamo condiviso fatiche e momenti di piacere, spazi aperti e ambienti chiusi dove abbiamo dovuto collaudare convivenze, in molti casi tra sconosciuti. Ci siamo messi alla prova, fuori e dentro di noi, riscoprendo ancora una volta che l'animo umano si rinfranca della magnificenza della natura, ma anche dello stare insieme agli altri con gioia e semplicità.

La prima tappa è stata **Colle le Cese - Campi Vecchio**. Tenendo il passo, al seguito degli accompagnatori/organizzatori, con i nostri zaini in spalla e carte alla mano, con un occhio sempre attento alle bandierine di segnalazione dei sentieri, bianche e rosse con la "G" di Grande Anello dei Sibillini.

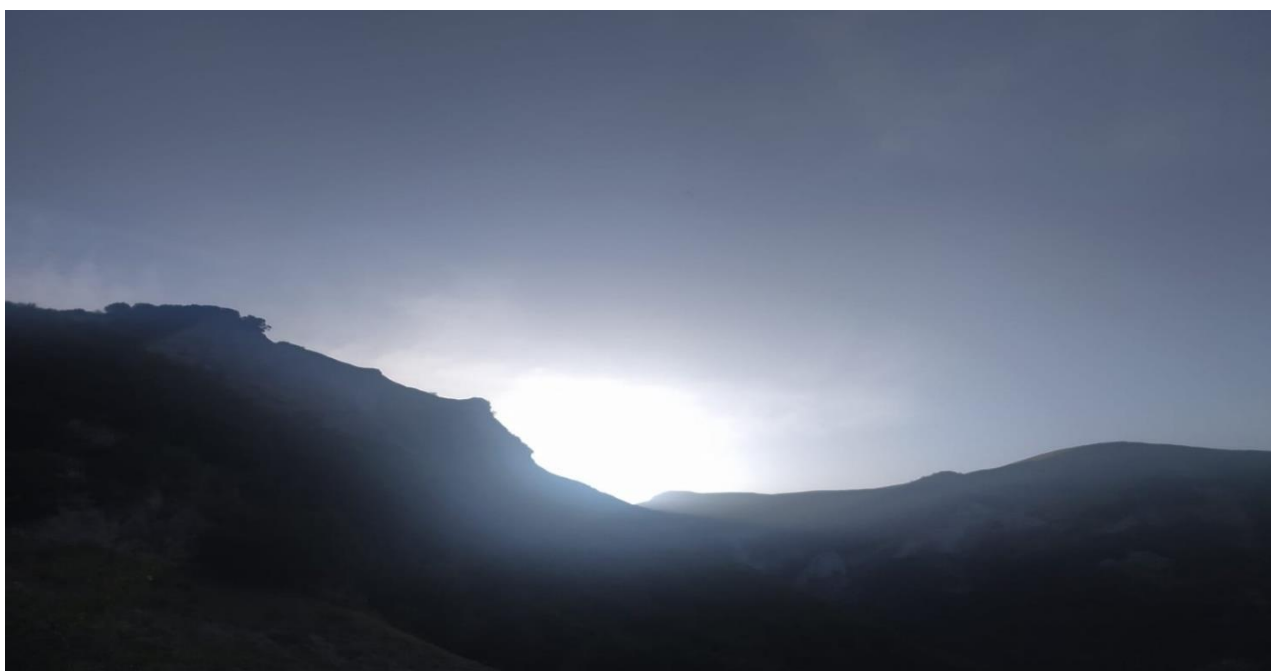
Il primo giorno abbiamo percorso circa 22,4 km arrivando a una quota di 1792 metri. Salendo sulla dorsale montuosa abbiamo potuto ammirare gli spettacolari Piani di Castelluccio, in tutta la loro vastità, situati a 1300 m di altitudine. Sono altipiani di origine carsica che nei periodi primaverili ed estivi, diventano vastissime distese erbose, per la presenza di diverse doline che trattengono l'acqua per molti mesi all'anno.

Continuando a salire, in un attimo si scorge in lontananza il borgo di Castelluccio di Norcia e il Pian Grande, con il suo bosco di conifere a forma d'Italia, realizzato nel 1961 per volontà dell'allora ministro dell'agricoltura Mariano Rumor, per celebrare il centenario dell'unità d'Italia.

Il grande maestro Zeffirelli, ci ha detto Virginio, si spinse fin quassù nel 1972, nella località denominata Pian Perduto, per girare alcune scene del film *Fratello Sole e Sorella Luna*. Mi ritrovo a pensare: *'Chissà se Zeffirelli avrà parlato al suo grande amico, il sensitivo di Torino, di questi luoghi!'* costantemente noti per arcani misteri.

I monti Sibillini, sono da sempre accompagnati da miti e leggende, la cui origine si perde nella notte dei tempi. Si narra che questi luoghi siano stati frequentati nel Medioevo e Rinascimento da maghi e negromanti.

Due sono le località oggetto soprattutto di antichi racconti e storie: il lago di Pilato e la grotta della Sibilla, posta sulla cresta dell'omonimo Monte la cui sommità raggiunge i 2175 m.



IMPRESSIONI DEI SOCI

Non possiamo dimenticare gli scenari mozzafiato per questo primo giorno, che si conclude con una cena ricca di prelibatezze a km zero e noi che nel dopocena, chiusi nelle felpe, con le ultime forze rimaste, chiacchieriamo e leggiamo della Sibilla e delle Avventure del Cavalier Meschino, favole e saghe di altri tempi.

Eccoci il mattino del secondo giorno pronti, riposati e ben 'colazionati', diretti a Visso. Per tener fede al programma, che prevede la seconda **tappa da Campi Vecchio a Visso**, dovremmo attraversare il paese di Campi Vecchio, che si trova a poca distanza dall'agriturismo che ci ha ospitato. Il sentiero GAS infatti passa esattamente sotto al rifugio Cai. Le cose non andranno proprio così!

Ci incamminiamo infatti verso Campi Vecchio, dove però non possiamo entrare perché il paese è completamente interdetto, ci sono ancora macerie e zone rosse. Qui il terremoto ha lasciato dopo il suo passaggio grossi danni.

Riusciamo solo a giungere davanti alla sede/rifugio CAI, il sentiero che passava qui non esiste più, nonostante le carte del Parco dei Monti Sibillini ancora lo diano praticabile.

Abbiamo percorso 13,8 km attraversando un'importante via di comunicazione che collegava Norcia a Visso nella valle di Visso che si stende ai piedi dei monti Moricone (1492m) e Cavolese (1493m). Giungiamo a Visso nel pomeriggio, in questo luogo sensazioni e sentimenti contrastanti si mescolano e mi assalgono.

Da un lato c'è un paese che cerca di rinascere, ci sono cantieri ovunque, camion che trasportano materiali edili che vanno e vengono, gru ed elevatori all'opera, gli operai che lavorano fino a tardi.

Dall'altro c'è un paese ancora sofferente, con macerie da smaltire, locali transennati, case lesionate o crollate, palazzi puntellati, campanili e opere architettoniche, la cui bellezza è ingabbiata da enormi travetti di ferro, in attesa di essere liberata.

Nel prato che un tempo era il campo da calcio della chiesa di Sant'Agostino un cavallo dal manto bianco-grigio brucia placido.

Deve essere stata dura, e tuttora lo è, per queste persone, che ancora oggi vivono una vita provvisoria, in quelle che loro stesse chiamano 'le casette'.

Visso ci regala la sera anche una sorpresa però. Siamo al ristorante e parlando con il personale, Virginio riesce ad avere il recapito di Renato Marziali il **Pastorello**, che ha tanto cercato negli anni. Lo aveva intervistato, la prima volta nel 2006, in occasione di uno dei primi trekking organizzato sui Monti Sibillini.

Renato con il suo narrare e la sua semplicità, già allora aveva lasciato un segno profondo nel gruppo de "Il Ginepro" e nello stesso Virginio.

IMPRESSIONI DEI SOCI



All'epoca Renato era conosciuto solo dalla gente di Visso, oggi è una notorietà invece, ma come scopriremo la fama non ha cambiato quest'uomo rimasto fedele a queste terre, nonostante le difficoltà vissute dopo il terremoto.

Anche Renato vive in una “casetta”, in un agglomerato di costruzioni provvisorie poco distante da Cupi, tappa del nostro terzo giorno.

Lasciandoci Visso alle spalle, iniziamo la 3^a **Tappa, da Visso a Cupi**, salendo verso la Rocca di San Giovanni, dove svetta la torre del Mastio alta 24 m. I resti della roccaforte, tuttora visibili, risalgono al XII secolo.

Il sentiero ci condurrà ai Piani di Macereto, dove sorge l'omonimo Santuario dalla pianta ottagonale, oggi in restauro, un gioiello dell'architettura rinascimentale, eretto su progetto del Bramante.

Il Santuario di Macereto, miracolosamente rimasto in piedi durante il terremoto del 2016 è sempre stato e lo è tuttora, meta di pellegrinaggio.

Accoglieva in tempi lontani mercanti e pastori che si recavano qui per vendere o acquistare del bestiame prima della transumanza. Siamo giunti qui percorrendo un tratto dell'antica via Lauretana, un tempo attraversata dai pellegrini diretti al Santuario della Madonna di Loreto. Camminare lungo l'antica via Lauretana mi rende particolarmente felice, devo molto alla Madonna di Loreto: il mio nome! Lauretana, poi Loretana infine Loredana. Il mio nome non sarebbe stato possibile se non ci fosse stata la Madonna di Loreto! Loredana è infatti un nome adespoto, cioè un nome che non ha un santo cristiano di riferimento. Oggi questo fatto può sembrare bizzarro, ma quando sono nata io (ma in verità anche oggi) avere un nome adespoto creava qualche problema al momento del Battesimo. Grazie quindi alla Madonna Lauretana, che mi ha consentito di avere

*Così per mente noi vaghi pastori
sempre teniamo limpido pensiero,
d'ogni giorno ammirando i primi albori
d'ogni giorno scoprendo il suo mistero.
Chi dell'arcobaleno i suoi colori,
chi meglio di un pastor visse davvero?
Al rimirar di queste cose belle
il giorno il sole e la notte le stelle.*

*dal Libro Renato Marziali Pastorello
Pro Loco Ussita 7.1 - Rifugio Casali*

questo bellissimo nome panitaliano denso di significati.

Vi ricordare di Renato Marziali? Ebbene in questo terzo pomeriggio abbiamo avuto il nostro incontro speciale con lui presso il rifugio del Parco a Cupi. Definire Renato è molto difficile, lascerò che sia Lui a presentarsi attraverso una sua poesia.

Renato è l'esempio di come possano coesistere la forza di affrontare il duro lavoro e la dolcezza di canticchiare una canzone, intrecciando vimini e scrivendo poesie.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Lui è l'ultimo testimone della tradizione del canto "a braccio" dei pastori - poeti, ossia, poesie improvvisate caratterizzate dall'uso del verso endecasillabo ritmico distribuito in ottave. Una tradizione letteraria antica, praticata dai pastori di ovini dell'alto aquilano, che si diffuse in gran parte del centro Italia per giungere fino a Roma.

Nella capitale il canto in ottava rima fu praticato all'interno delle osterie. Abbiamo testimonianze di gare tra cantori a braccio ancora alla fine degli anni '60. Scelto un argomento si sfidavano improvvisando poesie secondo regole ben precise: 1) la bevuta (di vino ovviamente) 2) il suono di tromba 3) le comunicazioni al pubblico 4) il succedersi di concorrenti 5) la chiusura della gara.

Quella sera durante la cena, rievocando l'incontro del pomeriggio, Giorgio ci dirà che si ricorda, di quando bambino capitava nelle osterie con il padre o con qualche altro adulto, ed assisteva a questo tipo di gare.

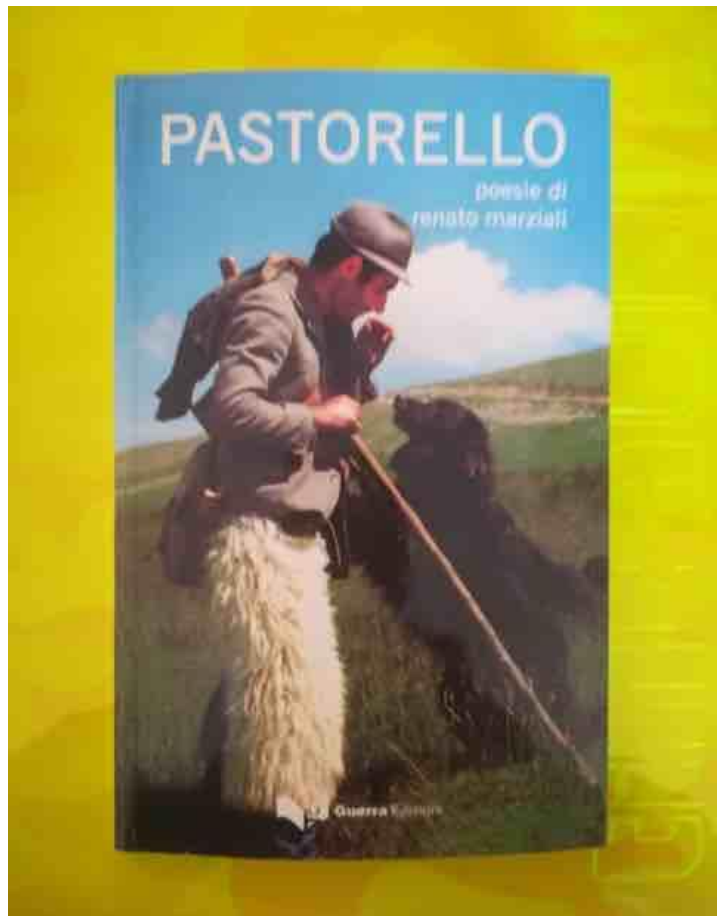
Una volta partita la competizione, si ricorda che era molto difficile fermarsi, l'improvvisazione creativa infatti contagiava tutti e le poesie in rima, grazie anche al vino, scorrevano come un fiume in piena.

Il pomeriggio con Renato vola, parliamo della Leggenda della Sibilla, del Cavalier Meschino, della dura vita del pastore, della montagna, poi lo ascoltiamo rapiti e commossi mentre recita a memoria, il canto V dell'Inferno di Dante, quello di "Paolo e Francesca".

Ci dice che il Canto V di Dante è andato a recitarlo persino a Ravenna nel 2021, su invito del Comune, in occasione del settimo centenario della morte del sommo poeta. Un uomo speciale Renato, umile, di animo genuino. Quando legge le sue poesie, parla di Dio o legge Dante, il suo viso rugoso si illumina. Un uomo di vita vissuta, che ha camminato nella realtà, fatta di gioie e sofferenze e di tanto coraggio, ma soprattutto di amore per la vita considerata ogni giorno come un dono.

Sarà questo suo meravigliarsi a renderlo ancora creativo e desideroso di decantarne la bellezza intrinseca?

Con questa pienezza d'animo ci rechiamo a cena e di comune accordo decidiamo di terminare il GAS, 2^ parte, a Fiastra anziché a Monastero.



IMPRESSIONI DEI SOCI



L'ultima tappa, la quarta, va da Cupi a Fiastra. L'affronto con serenità, felice della decisione della sera prima di terminare il GAS a Fiastra. La mia ciste di Baker dietro il ginocchio reclama attenzione, non mi avrebbe consentito di forzare ancora il cammino. Per mia fortuna in questi giorni c'è stato anche l'intervento provvidenziale di Enrica, di professione fisioterapista. Che meraviglia questi gruppi escursionistici del CAI! Non ti trovi mai in difficoltà, c'è sempre un aiuto inaspettato, la persona giusta al momento giusto!

Ma la tappa inizia con un imprevisto. Facciamo fatica a trovare il sentiero, tanto che per un tratto il gruppo si dividerà, io mi troverò in coda, insieme però a due colonne del CAI Catello e Giovanni. I km percorsi in questa ultima tappa saranno 12,10 ma confesso che a me sembreranno il doppio. I passi lenti, i miei anche densi di pensieri, in questo ultimo tratto, percorreranno strade strettissime, dei nastri che si srotolano morbidi e sinuosi lungo il crinale di queste altere montagne. Bisogna essere attenti e concentrati, si cammina in fila indiana, in silenzio. Basta un'inezia per scivolare e scivolare lungo il fianco della montagna per metri e metri prima di fermarsi. Ma poi ad un tratto il sentiero per fortuna taglia nel bosco di faggi e querce. Finalmente il gruppo si ricompatta, davanti a me c'è Giorgio che inarrestabile da giorni sta facendo scorpacciate continue di more e bacche! Come indicano le carte, appena usciti dal bosco dovremmo essere sul Pizzo di Chioggia, da qui si dovrebbe aprire davanti a noi lo splendido scenario del lago di Fiastrone, ed infatti ecco il lago. Visto da quassù è uno spettacolo, un gioiello azzurro incastonato tra monti verdi, tutt'intorno ad esso piccoli borghi, che anche da qua sembrano brulicare di vita.

L'agriturismo del parco, alla fine del sentiero, ci attende. Termineremo con un pranzo ottimo, la specialità della casa: porcolotti e fettuccine ai porcini, pietanze che daranno il giusto avvio alle ultime battute ed allegre risate. Non c'era modo migliore per terminare questi splendidi 4 giorni.

RINGRAZIO.....

Virginio dal passo veloce che mai però fu audace, attento ai Monti ed al camminare che l'animo di storie va sempre a rinfrancare.

Daniela perfetta organizzatrice che tanta cura di noi ha avuto come una nutrice, cibo e riposo ci ha garantito a sufficienza e con il suo sorriso ha alleggerito ogni piccola evenienza.

Catello l'Onorario Presidente che a mo' di aquila tutto dall'alto osserva scruta e saggiamente guida.

Enrica lieve e delicata grande professionista che assai mi ha aiutata.

Giovanni compagno di sorte del dolor articolare che ad ogni modo non ci ha impedito di arrivare.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Donatella amica di nottate con cui da subito ci siam trovate.

Walter a cui va un ringraziamento speciale per il gran ridere che mi ha fatto fare.

Luisa la cui allegrezza pazza, alla fine solo ho capito, davanti a due amari e qualche di vin tazza.

Giorgio che da tempo conoscevo e che mi ha stupito in modo sincero, di bacche more foglie ha fatto scorpacciate e sempre era pronto a tante belle chiacchierate.

Marco con il suo fare originale che con la sua auto ci ha fatto andare e tornare.

Andrea con il suo parlare allegro e veloce, instancabile che tiene il passo e con le mani è un vero asso.

Paolo camminatore di poche parole ma grande ascoltatore, la cui falcata allunga il passo e che in autostrada vuole il Telepass(o).

Carlo camminatore di un sol giorno che ha lasciato un durevole ricordo.

*Un pensiero va anche a **Mariano** che ha mosso le fila da lontano (strofa a cura di Daniela).*

Ringrazio infine anche me stessa per la tenacia messa nel camminare, che però ancora di strada ne deve macinare se al pari di tutti Voi vuole arrivare!

GAS/2 - TOCCATA E FUGA ... UNA SOLA GIORNATA (E DUE NOTTATE), MA UN INCONTRO DAVVERO SPECIALE:

ROBERTO MARZIALI ALIAS “IL PASTORELLO”

Carlo D'Aloisio Mayo

terremoto del 2016, in uno scenario triste ed inquietante, spettrale nella versione notturna, abbiamo cenato tutti insieme presso il ristoro “Km Zero”.

L'occasione è stata anche quella per Virginio di raccontarci l'esperienza vissuta molti anni prima, ossia quando in quelle zone ebbe ad incontrare Roberto Marziali, un pastore che ha dedicato la propria vita, oltre che al pascolo dei greggi, alla passione per la lettura e lo studio della prosa letteraria, come alla scrittura di poesie in versi.

L'impressione, che penso si percepisse tra tutti noi quella sera, era quella di una intensa emozione interiore che attraversava e muoveva Virginio nel parlare di questo personaggio, divenuta famoso con il nome “il Pastorello”.

Emozione ancora più evidente commozione, poi, quando, con non poca sorpresa, Virginio veniva a sapere che il gestore del ristoro aveva il suo numero di telefono!

La mattina seguente Virginio contattava “il Pastorello” e combinava l'incontro pomeridiano a Cupi con tutto il gruppo escursionista.

Credo che per Virginio sia stato un evento profondamente ed intimamente importante e che questa emozione, ben percepibile, abbia saputo trasmetterla a ciascuno di noi. Insieme alla scoperta del “Pastorello”, il vero valore aggiunto di questa esperienza.

Il dettaglio dell'incontro, non breve ed assai denso, è meglio raccontato dall'articolo di Loredana. Quello che mi è parso interessante cogliere ed osservare e quindi cercare di riportare come testimonianza dell'esperienza collettiva vissuta, sono state le molteplici riflessioni, emotive e razionali, che hanno pervaso ogni singolo escursionista presente all'incontro.

Per diverse ragioni personali, compresa anche la prudenza fisica per i postumi di un infortunio ad un piede, ho potuto partecipare solo ad una delle quattro giornate della seconda parte del Grande Anello dei Sibillini, quella di sabato 2 settembre.

Sono stato particolarmente fortunato. È stata davvero una giornata speciale, non tanto e non solo per me e per tutto il gruppo, ma soprattutto per il nostro accompagnatore veterano Virginio Federici.

Giunto la sera prima a Visso, dove gli altri 13 escursionisti del CAI di Monterotondo avevano preso alloggio in una delle poche strutture di ospitalità ristrutturate dopo il

IMPRESSIONI DEI SOCI



Con questo intendimento ho, quindi, poi chiesto a ciascuno di loro di esprimere sinteticamente il proprio pensiero ed il proprio sentimento in tre parole e, poi, di indicarne altre cinque tra quelle espresse da tutti gli altri.

Significanti che, messi insieme, hanno generato la “nuvola di parole” che pubblichiamo.

Una sintesi visiva che esprime con immediatezza l’ampiezza e la proporzionalità delle sensazioni di ciascuno e di tutti, per meglio raccontare, in un costruttivo spirito di condivisione, l’insieme della straordinaria esperienza vissuta dalla nostra piccola comunità del CAI in occasione di questo incontro davvero speciale.

Grazie Virginio. Ad maiora!

Per gli escursionisti CAI partecipanti al GAS 2 ... Andrea, Carlo, Catello, Daniela, Donatella, Enrica, Giorgio, Giovanni, Loredana, Luisa, Marco, Paolo, Virginio, Walter ... “il Pastorello” è ...



IMPRESSIONI DEI SOCI



Alla Grotta di San Benedetto sul Velino

Fausto Borsato



Grifone (*Gyps fulvus*) - foto di Riccardo Hallgass

La visione del versante sud del massiccio del Velino-Caornia, quello che guarda alla piana del Fucino, si presenta con due piramidi affiancate, divise da un profondo vallone. Alle sue pendici, a tratti alterni, si aprono ampie zone aride e altrettanti boschi misti di conifere sia sempreverdi che decidui. Si ricorda che le conifere sono quelle piante che portano i 'coni', detti strobili o comunemente anche pigne. Questi boschi sono il risultato di un esteso rimboschimento realizzato negli anni '80 del secolo scorso, utilizzando specie provenienti da areali diversi, quindi alloctone, quali il pino nero, l'abete e il larice.

Il pericolo di incendi, favorito anche dal susseguirsi di lunghi periodi di mancanza di precipitazioni e di alte temperature, la mancanza della possibilità delle specie autoctone di insediarsi data l'assoluta continuità degli esemplari impiantati, hanno indotto le autorità del parco Velino-Sirente in collaborazione con il Comune di Massa d'Albe e usufruendo di finanziamenti del Ministero della transizione ecologica, a 'rinaturalizzare' le aree così boscate. L'intervento mira a diradare in alcune parti il bosco per permettere ad altre piante autoctone di ricolonizzare il sottobosco.

Per la verità non abbiamo notato lavori in corso. Probabilmente hanno avuto un momento di intoppo dovuto al periodo pandemico. Ma il Povero Escursionista si fa delle domande spontanee:

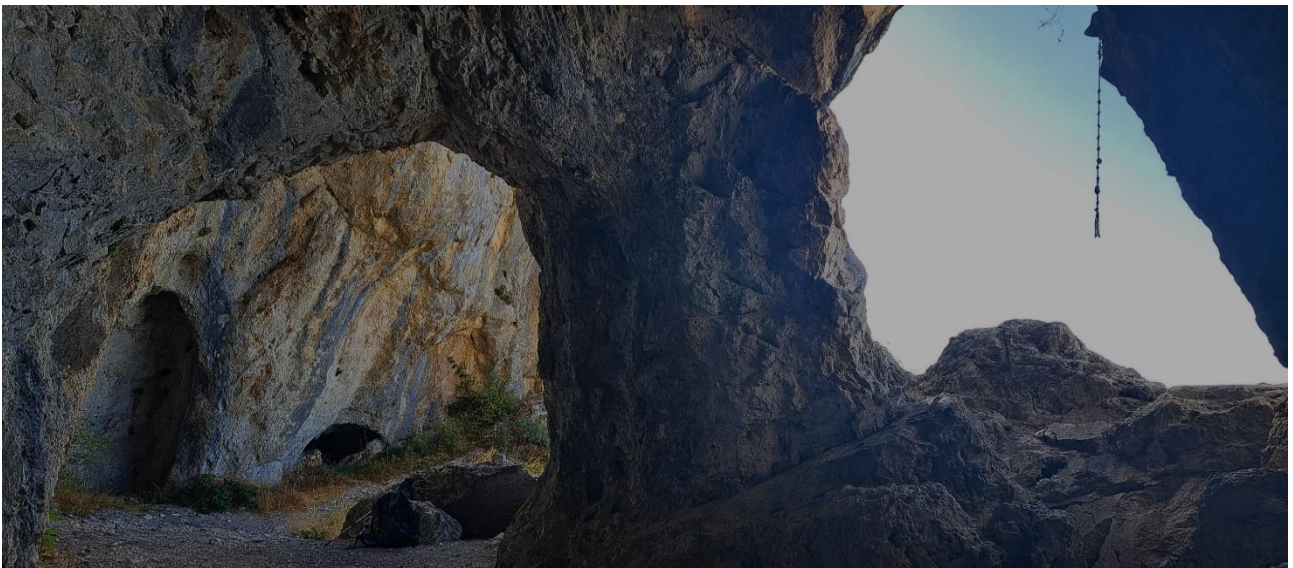
IMPRESSIONI DEI SOCI

ma se il rimboschimento è avvenuto meno di 40 anni fa, innanzitutto per quale motivo è stato fatto, e poi perché sono state utilizzate specie tipiche di aree diverse? E perché ancora è stato piantumato il versante sud-ovest, per sue caratteristiche così arido e assolato, e soprattutto dove la presenza di endemismi, quali l'*Astragalus aquilanus* e il *Goniolimon italicum* lo rendevano così prezioso?

Tra le essenze arboree alloctone troviamo, oltre all'onnipresente Pino nero (*Pinus nigra*), anche l'Abete rosso (*Picea abies*), il Larice (*Larix decidua*) e il Ginepro rosso o coccolone (*Juniperus oxycedrus* spp). Pare che ne fossero pieni i vivai della Guardia Forestale!

Al di là di una facile e bonaria ironia, in conclusione il P.E. si chiede perché mai compiere un lavoro così importante per poi ritornare sui propri passi. E quali conseguenze ha avuto il rimboschimento degli anni '80?

Resta il fatto che passando dalle praterie che circondano la Fonte Canale alle ghiaie con poca vegetazione successive, fino al bosco misto di Pino nero, cambia la temperatura, la luce, l'umidità. Cambiano i suoni e i richiami dei cervi in amore, gli allarmi degli uccelli di bosco. Insomma è assolutamente piacevole questo passeggiare tra i monti, a nord sorretti da imponenti muri calcarei che sappiamo percorsi da sentieri che, con qualche passo più ostico, conducono verso le cime, e a sud scendono verso la valle dove occhieggiano paesi antichi, castelli in parte diruti, ampie zone prative tra gli alberi e un bianco gregge che pascola placidamente, resti di innumerevoli armenti che dovevano frequentare questi aridi pendii nel passato.



Uscendo dal bosco, poco prima di Colle Pelato, il sentiero si affaccia su una zona più scoscesa. Qui la corrente ascensionale favorisce il veleggiare degli stupendi e affascinanti Grifoni. Siamo arrivati nel momento della mattinata quando il calore del sole ha fatto sollevare le masse d'aria che scorrendo lungo il ripido pendio della montagna aiutano a innalzare questi maestosi uccelli che cercano carcasse di animali di cui cibarsi. Presenti ormai da più di 30 anni sul Velino, sono cresciuti di numero fino a superare i 300 esemplari. Alcuni nidificano sulla Costa della Sentina, appena sopra la Valle Majelama.

Il nostro gruppo voleva raggiungere la Grotta di San Benedetto e, da dove inizia il sentiero che si inoltra nella Valle Majelama e comincia quello che sale alla Sentina, abbiamo proseguito fino all'ottimo e affollato nel nostro caso, Rifugio Casale da Monte. Dopo circa 20 minuti appare la cima di un enorme pioppo che, già da lontano, segnala la presenza della rigogliosa Fonte Canale.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Vicini alle rocce del Velino e Cafornia, ad un bivio, noi proseguiamo traversando verso ovest. In alto appare una fascia di rocce gialle, caratterizzate da una grotta che sembra impossibile da raggiungere. Noi la raggiungeremo, siamo venuti apposta, camminando con delicatezza e attenzione.

Il Santo a cui la Grotta è titolata non è ovviamente Benedetto da Norcia. Racconta Muzio Febonio, religioso e storico del '500, che questo Benedetto era un monaco probabilmente francescano. Se ne deduce che siamo nel Basso Medioevo, dopo la morte di San Francesco (1226). Naturalmente, e qui non c'è nulla di storico o documentato, la credenza popolare ha interpretato come effetto dei massi che il Santo lanciava contro il demonio, le buche che punteggiano il pavimento della grotta.

Anche a Fonte Canale è stato identificato un luogo dove Benedetto si fermava a riposare prima di affrontare la salita. Altrove si legge che gli abitanti di Albe (villaggio che sorgeva sulla collina di Alba Fucens) erano devoti ai Santi Benedetto e Vito, abitanti la spelonca, e che alla loro morte furono traslati prima in un campo e poi nella chiesa di S. Pietro in Albe, sopra la collina che domina l'abitato, costruita in stile romanico sopra i resti del tempio di Apollo.

Come tutte le leggende molto di ciò che è tramandato risulta frutto della trasmissione orale e dell'elaborazioni fantastiche, ma un fondo di verità è sempre alla base del racconto. Per cui è probabile che anche questa grotta sia stata utilizzata da qualche eremita nel periodo in cui era piuttosto frequente il ritiro dal mondo e la ricerca di un rapporto con la trascendenza.

Dalla sommità di una apertura sulla roccia penzola una cordicella con legata una campanella. Si sostiene che il suo suono abbia un significato apotropaico, che tenga lontano gli spiriti maligni.



A me sembra rappresentare lo stesso spirito di chi, giunto alla fine di una fatica, abbraccia il compagno o gli stringe la mano, cioè condividere la soddisfazione di una impresa compiuta che ha tenuto in tensione i partecipanti. Personalmente, il silenzio e l'immensità che da qui si possono godere non dovrebbero essere interrotti da nessun suono, tanto meno da quello di una campana che viene suonata come si fa correre per gioco la palla, e che è assolutamente estraneo all'ambiente popolato da cervi, volpi, caprioli, lupi e qualche volta l'orso e da uccelli quali il grifone, l'aquila reale, il fringuello alpino e varie specie di picchi.

In fondo era proprio il silenzio che Benedetto cercava quando si è ritirato quassù.

SPORT VILLAGE TOUR 2023

CENTRO COMMERCIALE MONTEROTONDO

PARETE ATTREZZATA

ARRAMPICATA SPORTIVA



Paolo Gentili

Sabato 23 e domenica 24 settembre, nel contesto dell'entusiasmante "Sport Village Tour 2023" tenutosi presso il MCC Centro Commerciale Monterotondo, il CAI di Monterotondo è stato un protagonista attivo, contribuendo al successo dell'evento con un gazebo informativo e una parete attrezzata per l'arrampicata sportiva. Quest'ultima, messa gratuitamente a disposizione di tutti gli interessati, ha rappresentato un'opportunità unica per più di 130 aspiranti arrampicatori, dai 4 anni in su.

L'energia travolgente degli appassionati di arrampicata ha trasformato il fine settimana in un'emozionante sfida verticale, con molti partecipanti che stavano vivendo questa stimolante attività per la prima volta. I sorrisi e l'entusiasmo palpabile in ogni arrampicatore hanno sottolineato il successo di questa iniziativa, dimostrando quanto il CAI di Monterotondo sia impegnato nel promuovere la passione per la montagna e lo sport.

L'evento ha creato un ambiente inclusivo e familiare, dove l'arrampicata è diventata un'esperienza avvincente per tutte le età. La presenza del CAI di Monterotondo non solo ha reso possibile l'accesso a questa affascinante disciplina, ma ha anche offerto informazioni preziose attraverso il gazebo informativo, con i nostri esperti a disposizione per rispondere a domande e condividere la nostra passione per la montagna.

Il CAI di Monterotondo è grato a tutti coloro che hanno partecipato, contribuendo al successo di quest'evento che ha celebrato lo spirito di avventura e l'amore per la natura. Non vediamo l'ora di accogliervi nelle nostre future iniziative e di continuare a condividere insieme la bellezza delle nostre montagne.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Grazie per essere stati parte di questo straordinario evento e continuate a seguirci per nuove avventure!



IMPRESSIONI DEI SOCI





GLI ACRONIMI DEL CAI

Frequentemente, all'interno del CAI, nelle comunicazioni fra i Soci che rivestono cariche istituzionali o tecniche ed anche nella stampa ufficiale, si usano sigle incomprensibili ai semplici Soci.

Con questa rubrica proseguiamo il percorso informativo, iniziato con il primo numero de "Il Ginepro", al fine di fornire al lettore la giusta chiave di lettura di questi acronimi dandone nel contempo e dove possibile, anche informazioni storiche e culturali.

Le informazioni non verranno date in stretto ordine alfabetico ma in ordine sparso, cosicché la curiosità del lettore rimanga sempre viva.

Quindi vediamo cosa si intende per:

Aldo Mancini

CDC

Comitato Direttivo Centrale

Il Comitato Direttivo Centrale (CDC) è uno degli organi di governo del Club Alpino Italiano (CAI).

Il CDC è composto dalla presidenza e da un altro componente, che il Comitato Centrale di indirizzo e controllo (CC) elegge nella prima seduta successiva alla elezione del Presidente Generale. Tale componente viene scelto su proposta della presidenza, formulata in funzione delle competenze professionali e di quanto richiesto dallo svolgimento dei programmi adottati

Il CDC viene rinnovato parzialmente ogni anno.

I compiti del CDC sono specificati nell'art. 19 dello Statuto del Club Alpino Italiano.

SVI

Servizio Valanghe Italiano

Il **Servizio Valanghe Italiano** è una Struttura operativa del Club alpino italiano che da oltre 40 anni opera - senza fini di lucro - nel campo della prevenzione di incidenti causati da valanghe. A tal fine realizza e promuove ogni iniziativa utile alla ricerca e alla diffusione di informazioni che riguardano la neve, le valanghe e la meteorologia alpina.

Si occupa inoltre di formazione sia in ambito professionale che sportivo e favorisce il contatto tra persone interessate all'argomento.

Nato nel 1966 con lo scopo di diminuire il numero di incidenti in montagna provocati dalle valanghe, esso si sviluppa in seguito alla realizzazione della prima rete di rilevamento dati meteo nivologici e alla diffusione dei primi bollettini valanghe dell'arco alpino italiano.

Nel 1980 iniziano ad operare gli Uffici Valanghe provinciali e regionali. Da allora il Servizio Valanghe Italiano ha proseguito nella sua opera principale di formazione di personale qualificato e di informazione al pubblico, di coordinamento e contatto tra persone interessate all'argomento nonché di sostegno alla ricerca scientifica.

SI

Sentiero Italia

Il **Sentiero Italia** rappresenta uno dei progetti più ambiziosi e affascinanti nel panorama dell'escursionismo italiano.

Un percorso che attraversa l'intera Penisola, abbracciando montagne e valli, coste e pianure, città d'arte e piccoli borghi nascosti. Questa straordinaria avventura è nata grazie al supporto delle numerose sezioni del Club Alpino Italiano, istituzione storica che da oltre un secolo si dedica alla promozione della cultura montana e alla tutela dell'ambiente alpino e appenninico.

“**Sentiero Italia CAI**” è un progetto composito: non si tratta solo del percorso, il più lungo del mondo, della sua manutenzione e promozione, ma di un'idea più ampia. Un Progetto partecipato, che punta ad attrarre interessi diversi e variegati, un nodo attorno al quale far convergere iniziative in grado di muovere l'economia delle terre alte italiane, che possa promuoverne in maniera nuova e vivace le tradizioni, le specialità artigianali e naturalistiche, e proporre una nuova cultura, trasversale e condivisa.

Con i suoi 8000 km, il Sentiero Italia non è solo un percorso fisico, ma anche e soprattutto un viaggio emotivo, culturale e storico. Si snoda attraverso 20 regioni, 16 siti UNESCO e numerosi Parchi nazionali e regionali. Ogni passo porta con sé una storia, ogni tappa regala emozioni indimenticabili.

Argomenti già trattati:

1. Punto 1 La montagna e le aree protette - Ginepro n° 13 giugno 2021;
2. Punto 2 Il territorio, il paesaggio, il suolo - Ginepro n° 14 agosto 2021;
3. Punto 3 Vie di comunicazione e trasporti - Ginepro n° 15 ottobre 2021;
4. Punto 4 Turismo in montagna - Ginepro 16 dicembre 2021;
5. Punto 5 Impianti industriali, cave, miniere, prelievi fluviali, sfruttamento del suolo, impianti idroelettrici - Ginepro 17 febbraio 2022;
6. Punto 6 Politica venatoria - Ginepro 18 Aprile 2022;
7. Punto 7 Fonti di energia rinnovabile - Ginepro n° 21 - ottobre 2022;
8. Punto 8 Terre alte: attività umana e agricoltura di montagna - Ginepro n° 22 - Dicembre 2022;
9. Punto 9 Cambiamenti climatici - Ginepro n° 23 - Febbraio 2023;
10. Punto 10 Politiche per la Montagna, convenzioni, ecc - Ginepro n° 24 - Aprile 2023;
11. Punto 11 Rifugi, Bivacchi, Capanne e Sedi Sociali - Ginepro n° 25 Giugno 2023;
12. Punto 12 Sentieri, sentieri attrezzati e vie ferrate - Ginepro n° 26 - Agosto 2023;

Con questo numero de “Il Ginepro” si prosegue l’analisi della seconda parte del Bidecalogo, che riguarda la politica di autodisciplina del CAI.

PARTE SECONDA POLITICA DI AUTODISCIPLINA DEL CAI

BIDECALOGO PUNTO 13

ALPINISMO E ARRAMPICATA

La conoscenza e il rispetto della montagna sono le condizioni indispensabili per la pratica dell’alpinismo. L’autoregolamentazione, come più sopra definita, si riferisce al mantenimento o al ripristino di condizioni ambientali conformi all’essenza dello sport alpino (wilderness = solitudine in ambiente selvaggio).

L’accettazione del rischio è parte integrante dell’alpinismo che è una attività che presenta rischi e chi la pratica se ne assume la responsabilità; sono soprattutto le competenze, le capacità e il livello di preparazione fisica e psichica che possiede l’individuo a stabilire il grado di prevenzione del rischio e a imporre le conseguenti azioni.

La conoscenza e il rispetto della montagna uniti a un’onesta valutazione delle proprie capacità sono condizioni indispensabili per una pratica in ragionevole sicurezza dell’alpinismo.

Inoltre il rischio assunto e condiviso nello spirito di cordata è un momento culturale essenziale nella pratica, dell’alpinismo dove il confronto personale dell’individuo con le difficoltà opposte dalla natura ne costituisce il fascino. Tuttavia l’eccessiva commercializzazione, alla quale anche l’alpinismo sembra non sfuggire, rischia di snaturarne sempre più l’etica.

LA NOSTRA POSIZIONE

In ottemperanza al dettato statutario, il CAI promuove la pratica dell’alpinismo e dell’arrampicata. Attraverso i propri Organi Tecnici trasmette le conoscenze tecniche ed etico comportamentali per

muoversi in montagna in sicurezza e nel rispetto dell'ambiente naturale. Qualsiasi autoregolamentazione deve basarsi sul riconoscimento di due differenti priorità:

- per un arrampicatore sportivo la priorità è la performance tecnico-atletica ottenuta anche grazie alla limitazione del rischio soggettivo;
- per l'alpinista la priorità è la soluzione di un problema di scalata posto dalla morfologia stessa della montagna valendosi esclusivamente delle opportunità di progressione e di protezione che essa stessa consente.

IL NOSTRO IMPEGNO

La costruzione artificiale di itinerari di arrampicata mediante perforazione della roccia sarà limitata alle pareti che già si sono prestate naturalmente, in passato, all'esercizio dell'arrampicata sportiva perché situate in prossimità di punti d'appoggio, pur appartenendo a strutture della cresta alpina. Alla stessa stregua, possono essere considerati quegli itinerari alpinistici la cui iperfrequenziazione ha richiesto interventi speciali ai punti di sosta per ragioni di sicurezza. Si tratta di itinerari che - almeno temporaneamente - non consentono più una vera esperienza alpinistica. In tutte le altre situazioni, durante la ripetizione di itinerari di scalata, saranno rispettate e/o ripristinate le protezioni disposte dai primi salitori, o quelle nuove riconosciute accettabili dopo un certo numero di ripetizioni.

Eventuali ulteriori protezioni, utilizzate durante la salita, dovranno essere rimosse. L'apertura di nuovi itinerari di scalata dovrà basarsi sulla struttura naturale della montagna e sul rispetto delle vie logiche di salita. L'uso dei mezzi artificiali che comportano la perforazione della roccia dovrà essere evitato o limitato a casi straordinari, simili a quelli in cui essi sono stati tradizionalmente tollerati, ossia ai casi in cui essi consentono il superamento di brevissime interruzioni della linea di salita naturale, e ai casi di emergenza.

Per quanto riguarda l'arrampicata in palestre naturali l'impegno consisterà nel limitare l'apertura di nuovi siti e nell'eventualità se ne ravvisi l'opportunità si avrà cura, prima di procedere, di considerare attentamente l'impatto sulla flora e sulla fauna, ricorrendo al parere di persone competenti, e del gruppo di lavoro (GAL), eventualmente istituito dal CAI.

Nelle palestre esistenti gli arrampicatori si impegnano:

- al rispetto delle eventuali convenzioni in essere, di eventuali periodi di interdizione per particolari esigenze dell'avifauna (periodi di nidificazione, ecc.);
- a una totale e completa asportazione dei rifiuti, compresi quelli eventualmente abbandonati da altri;
- al pieno rispetto della zona alla base delle rocce e dei sentieri di accesso, evitando di tracciare scorciatoie.

Nell'arrampicata su cascate di ghiaccio si deve avere particolare riguardo a non recare disturbo alla fauna, in un periodo dell'anno molto delicato per la sopravvivenza.



Le Parole del Camminare

*“quando siete felici, fateci caso”
Titolo di un libro di Kurt Vonnegut*

Quando penso al Camminare mi vengono in mente tante sensazioni, pensieri, riflessioni: insomma tante Parole.....

*Parole e pensieri in libertà,
evocati da un'escursione.*

*Se vi piace l'idea delle Parole,
mandate alla Redazione i vostri
contributi e saranno selezionati per
la pubblicazione*

ARRAMPICARE: Arrampicare vuol dire muoversi nello spazio aperto, essere liberi di osare qualcosa al di fuori delle regole, sperimentare, raggiungere una conoscenza più profonda della natura umana.
Da questo processo emerge evidente che per ogni domanda c'è sempre più di una sola risposta, più di una storia in relazione a un'esperienza.....

REINHOLD MESSNER

LE ASCESE AL VELINO E AL SIRENTE NELL'OTTOCENTO

Autore: Filiberto Ciaglia

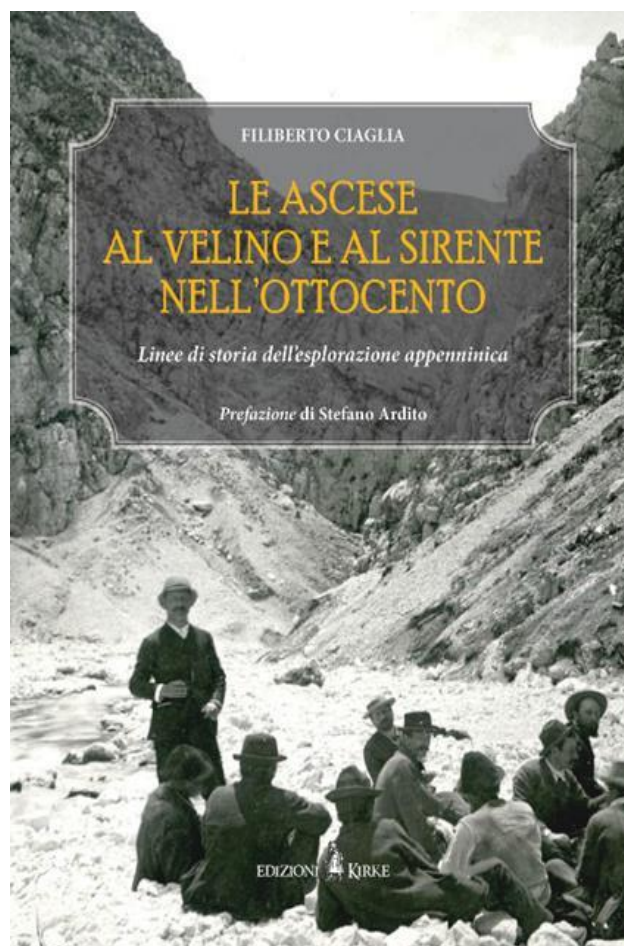
Editore: Kirke

Pubblicato: 2022

**In commercio: 23
marzo 2022**

**Formato: 128 pagine
rilegato**

EAN: 9788897393719



L'autore del saggio che vi proponiamo è collaboratore della Società Geografica Italiana e, naturalmente, socio Cai e appassionato della storia dei Monti dell'Appennino.

Il testo, frutto di una minuziosa ricerca storiografica e sul campo, racconta le vicende che hanno portato, appena dopo l'unità d'Italia e la fondazione del Club Alpino Italiano e della sua Sezione romana, alle prime salite documentate sul Velino, il Sirente e Monte Tino (la Serra di Celano), sia in estate che in veste invernale.

Lo scopo, oltre a quello della scoperta e della 'corsa' alla vetta, era anche quello di studiare la flora e la fauna e soprattutto la geografia dei luoghi. Come del resto avvenuto anche sulle Alpi, viene descritto con dovizia di particolari l'incontro con le popolazioni locali e con le guide del posto, che molto spesso, meno motivate, erano di impedimento alla salita.

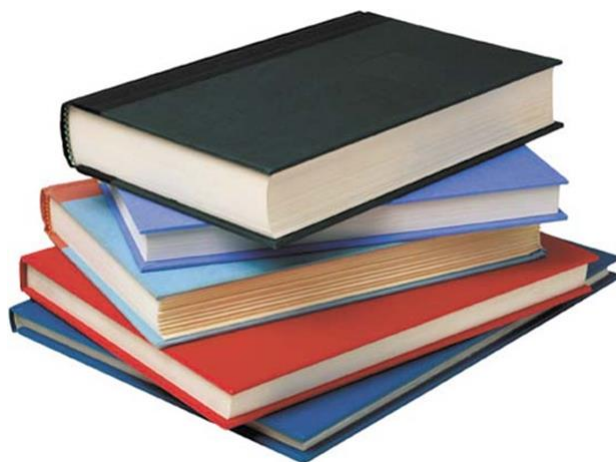
OLTRE IL CAI

Naturalmente il Velino era stato salito anche ai primi dell'Ottocento, per scopi scientifici, in particolar modo geologici, da altri studiosi. L'autore evidenzia il diverso approccio da parte di scienziati e alpinisti, anche se, pure questi ultimi, erano spinti da motivazioni scientifiche.

Appare chiaramente il grande contributo del segretario della Sezione di Roma del Cai Entico Abbate, personaggio interessato a mille aspetti della montagna e di cui si parla ancora molto poco. È lui, per buona parte, il filo conduttore della narrazione da cui traspare come i suoi viaggi abbiano aperto le porta alla conoscenza dei Monti d'Abruzzo.

In conclusione, il libro parla dell'esplorazione dei Monti del Velino con il contributo di geologi, naturalisti, botanici, artisti sia italiani che stranieri.

Per noi che frequentiamo queste montagne, è una finestra sulla storia e sulla comprensione delle difficoltà affrontate dai pionieri di questa esplorazione. Le informazioni in nostro possesso derivano dalle loro fatiche, curiosità e amore per la conoscenza.



A PASSO D'UOMO

IL FILM

TITOLO:
A PASSO D'UOMO

TITOLO ORIGINALE:
SUR LES CHEMINS NOIRS

DATA DI USCITA:
19.10.2023

GENERE:
DRAMMATICO

ANNO:
2023

REGISTA:
DENIS IMBERT



.....Il destino mi ha lasciato camminare quanto il mio cuore desiderava e dormire sotto le stelle, in avamposti abitabili sotto le sporgenze delle rocce, nel sottobosco, vicino alle scogliere. La campagna era lì, sotto la mia schiena. Nessuno sapeva cosa le trasformazioni avrebbero portato. Le nazioni non sono rettili, non sanno come si evolveranno. Bisogna sempre seguire le carte, credere alle loro promesse. Attraversare l'intero Paese e fermarsi un istante a chiudere i capitoli negativi. Ho imparato una cosa: si può ancora andare avanti e vivere la natura.....

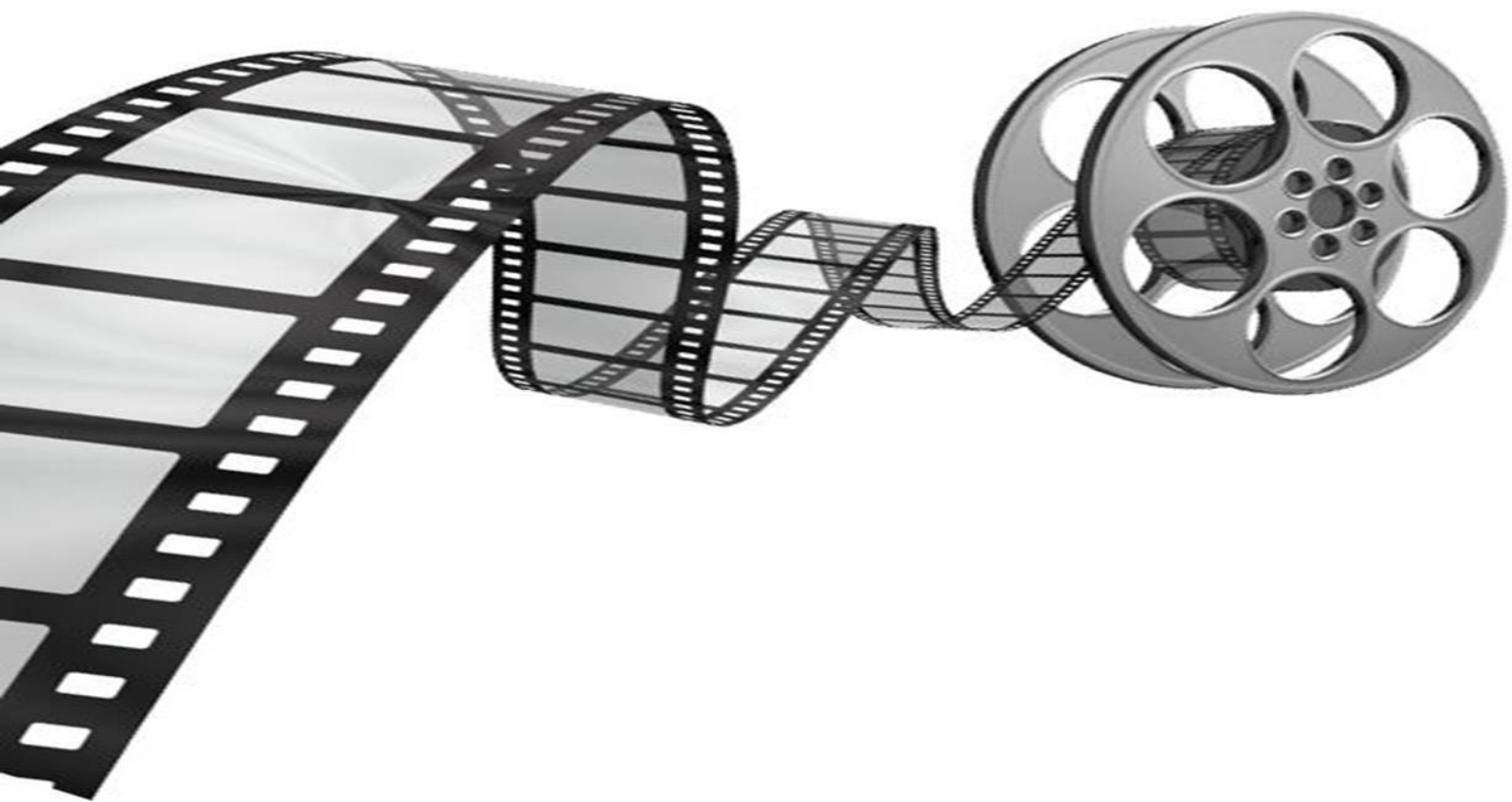
A passo d'uomo di Sylvain Tesson (2023)

Tratto da un racconto, il film racconta la storia di Pierre, autore ed esploratore che dopo un'incidente per cui è rimasto quasi paralizzato decide di percorrere a piedi l'intera Francia. 1302 km per ritrovare sé stesso e la propria libertà. Una sera Pierre, ubriaco precipita da un terrazzo. "Sono invecchiato di 50 anni in 8 metri", riflette la sua voce narrante mentre lo vediamo camminare, affaticato e con una grossa cicatrice sul viso, lungo i sentieri neri che attraversano la Francia da Sud a Nord. Il suo trauma lo porta a mettersi in cammino tra mille dolori - ma con una volontà di ferro - partendo dal Mercantour (Sud Est del Paese) per giungere a Cotentin (all'estremo Nord Ovest). Un cammino quasi sempre in solitaria, la vera sfida è per lui una questione altamente personale: camminare, faticare e accogliere il silenzio è un modo non solo per provare al suo fisico che può riprendersi la sua amata libertà, ma anche per accettare traumi e cambiamenti grazie al potere curativo della natura.

OLTRE IL CAI

Pierre lotta con il suo stesso fisico non solo perché la fatica è maggiore, ma anche perché l'incidente lo ha portato a perdere l'udito da un orecchio (danneggiando il suo senso dell'equilibrio) e a non poter più sentire i profumi nitidamente (l'odore della campagna, delle piante, dei boschi).

Come racconta il regista Denis Imbert, *“I sentieri neri sono delle tracce lasciate, che non esistono sulle mappe. Sono sentieri percorsi da animali selvatici. Mi piaceva questa idea di attraversamento. La Francia ha questa prospettiva, queste incredibili linee di fuga. Si può camminare per quattro giorni su sentieri in vetta, senza incontrare nessuno”*.



IL GIOCO DI LUCI ED OMBRE NELLA FOTOGRAFIA DI MONTAGNA



PAOLO GENTILI

Dopo aver esaminato nel nostro precedente numero il "Punto di Fuga" nella fotografia di montagna, oggi ci addentriamo nel magico mondo delle "Luci e Ombre." Questo concetto offre una prospettiva affascinante per catturare l'essenza spettacolare delle cime, mettendo in risalto attraverso questo gioco la loro maestosità. Nella fotografia di montagna, il paesaggio è in costante mutamento, e uno degli elementi più straordinari per catturare questa evoluzione è il contrasto tra luci e ombre. In questo articolo, esploreremo come sfruttare al meglio la luce naturale nelle montagne per creare immagini mozzafiato e suggestive.

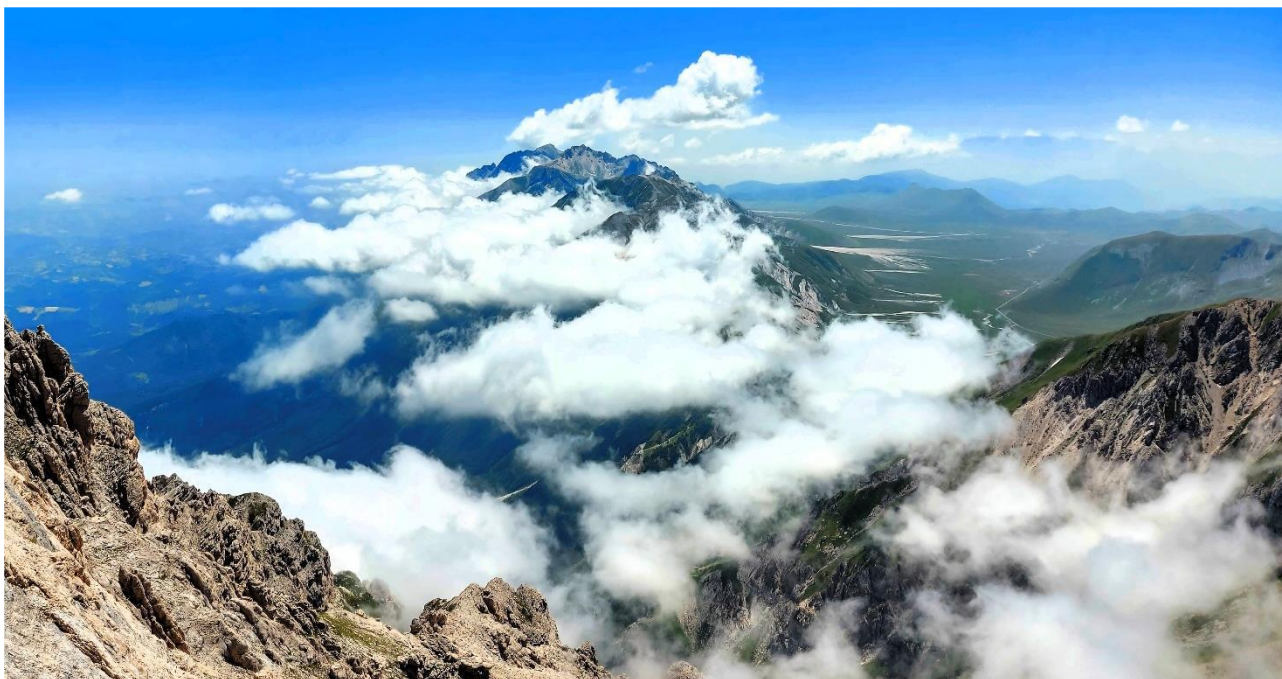


Salendo verso la vetta del Monviso (CN) - Luglio 2022

OLTRE IL CAI

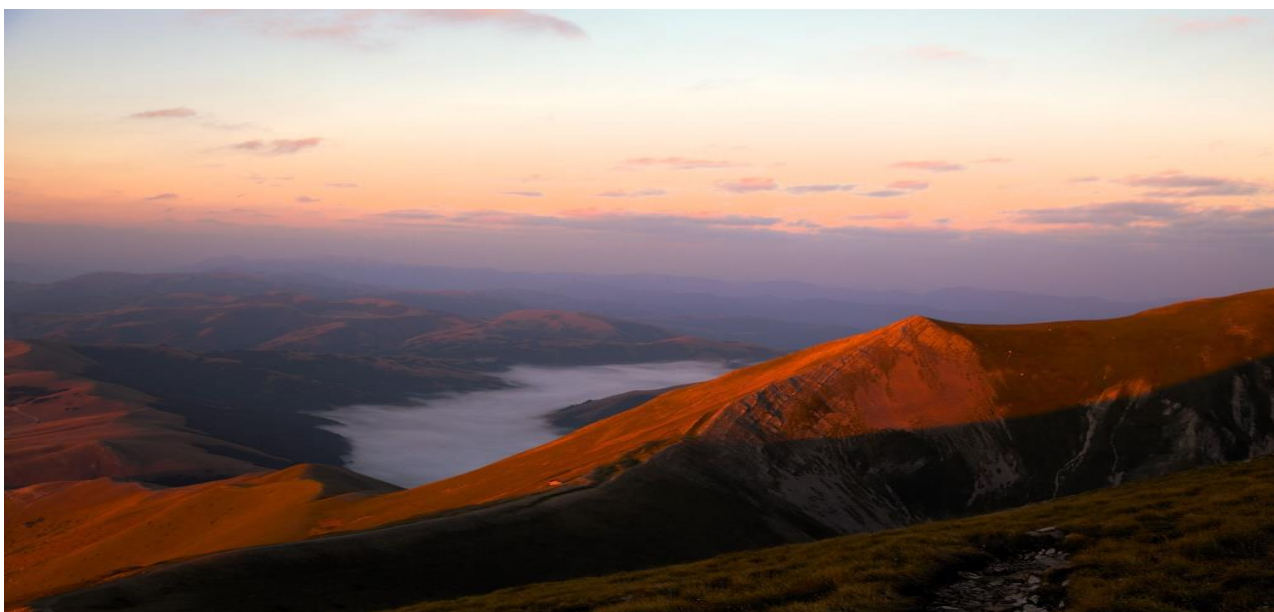
La Danza delle Luci e delle Ombre

Le montagne, con i loro picchi che sfiorano il cielo e valli profonde, offrono un terreno fertile per la creazione di atmosfere magiche. Il momento dell'alba e del tramonto diventa un teatro di meraviglie, in cui il sole regala una luce dorata che accarezza le cime. In questi istanti fugaci, i contrasti tra le zone illuminate dal sole e quelle immerse nell'ombra creano un gioco di luci e ombre che dona vita al paesaggio.



Salendo verso il Bivacco Bafile - Massiccio del Gran Sasso d'Italia - luglio 2022

Sperimentando diverse angolazioni, si può catturare profondità e tridimensionalità del paesaggio montano, oltre che mettere in evidenza dettagli spesso trascurati, come le aspre rocce, le taglienti creste e la lussureggiante vegetazione. Ad esempio, si può catturare la luce dorata dell'alba che illumina delicatamente una cresta montuosa, creando una silhouette drammatica sullo sfondo delle valli ancora immerse nell'oscurità o nella nebbia.



Scendendo all'alba dal Monte Vettore (MC) - Agosto 2015



Laghetto giardini di Visso (MC) - Agosto 2016

L'Orologio Solare Montano

Per sfruttare al meglio le luci e ombre, è fondamentale capire come la luce cambia durante le diverse ore del giorno e nelle diverse stagioni. Come fotografi, dobbiamo diventare consapevoli di questo "orologio solare montano", per pianificare al meglio le nostre sessioni fotografiche in base alla direzione della luce. Durante l'estate, il sole si alza più presto e si posiziona più in alto nel cielo, mentre durante l'inverno rimane più basso sull'orizzonte. Queste variazioni puntuali influenzano notevolmente la direzione e l'intensità della luce, quindi studiamo gli scatti in modo da poter cogliere il momento ideale, derivante dal miglior rapporto tra luce del momento ed il paesaggio.

Il Fascino dei cambiamenti Atmosferici

Le montagne sono spesso circondate da nuvole che sembrano letteralmente danzare tra le vette. Queste nuvole in movimento costante creano giochi di luce e ombre in continua evoluzione. Quando il sole lotta per attraversare le nubi, si verificano cambiamenti repentini nel paesaggio, che aggiungono intensità e drammaticità alle immagini.

OLTRE IL CAI

Insomma le nuvole, generalmente creano condizioni ideali per la fotografia, proprio per la luce filtrata che ne consegue, portando ad un buon bilanciamento dei nostri soggetti e attori principali in campo: le luci e le ombre.

La Magia della Fotografia Notturna

La fotografia notturna nelle montagne apre un mondo di possibilità. Catturare il cielo stellato sopra le cime, o il suo riflesso su un lago di montagna, sono esperienze straordinarie da documentare in uno scatto. Quando poi la luna fa la sua comparsa, la luce lunare aggiunge un tocco misterioso alle immagini. L'oscurità circostante, spezzata solo dai bagliori delle stelle, crea una profonda sensazione di isolamento e meraviglia.

Esposizione e Bilanciamento delle Ombre

La gestione dell'esposizione è una competenza fondamentale, da acquisire in fretta. Per catturare appieno l'intensità delle luci e ombre, bisogna regolare l'esposizione in modo da non perdere dettagli cruciali. I fotografi più esperti in fase di post-produzione, regolano il bilanciamento delle ombre per ottenere immagini equilibrate e suggestive.

In conclusione, il gioco di luci e ombre è un elemento straordinario nella fotografia di montagna, sfruttare questo concetto consente di evidenziare al massimo profondità e bellezza delle cime. Invito quindi tutti gli amanti della fotografia a esplorare questo mondo affascinante, sperimentando con pazienza, il risultato prezioso che ne deriverà sarà quello di catturare, la magia delle montagne, che come qualcuno ha detto:

“sono le uniche stelle che possiamo raggiungere a piedi”.



Zapping

Qualche link suggerito da visitare:

✓ E poi i nostri siti istituzionali e altro d'interesse per le nostre escursioni:

I siti del e **CAI Italia** del **CAI Lazio** non possono mancare e non si può avere un esordio diverso. Esistono anche le corrispondenti pagine Facebook.

- Sito WEB: <http://www.caimonterotondo.it/> e pagine FB: “CAI Sezione di Monterotondo” e “GRUPPO ESCURSIONISMO CAI MONTEROTONDO”
- Sito WEB: <https://www.cai.it/> e pagina FB: “CAI - Club Alpino Italiano Official Group”
- Sito WEB: <https://www.cailazio.org> e pagina FB “CAI Lazio”

Per la sentieristica:

- <http://www.caimonterotondo.it/category/il-ginepro/>
- <https://www.aiptoc.it/turismo-davventura-calcolo-dei-tempi-di-percorrenza-dei-sentieri-escursionistici-il-metodo-brasiliano/>
- <http://www.caimonterotondo.it/category/eventi/escur/prossima-escursione/>
- <https://hiking.waymarkedtrails.org>
- <https://www.locusmap.app/>

Siamo tutti invitati ad iscriverci alla newsletter del CAI Nazionale per avere evidenza delle Iniziative delle altre Sezioni

PROSSIME ESCURSIONI



PROSSIME ESCURSIONI

Ed ecco l'elenco delle prossime escursioni, che, come sempre, saranno poi illustrate nei dettagli in prossimità della data prevista per la loro effettuazione, attraverso i soliti canali: la posta elettronica, il nostro sito web, le comunicazioni sui social WhatsApp e Facebook

Novembre 2023

**DOMENICA 5 Monte Matano - M. Lucretili (640 m) -
Disl. 300 - Diff. E**

**DOMENICA 12 Anello delle Doline. M. Sabini (650 m) -
Disl. 570 m - Diff. E**

**DOMENICA 19 Monte Rosato - M. Reatini (1510 m) -
Disl. 550 m - Diff. E**

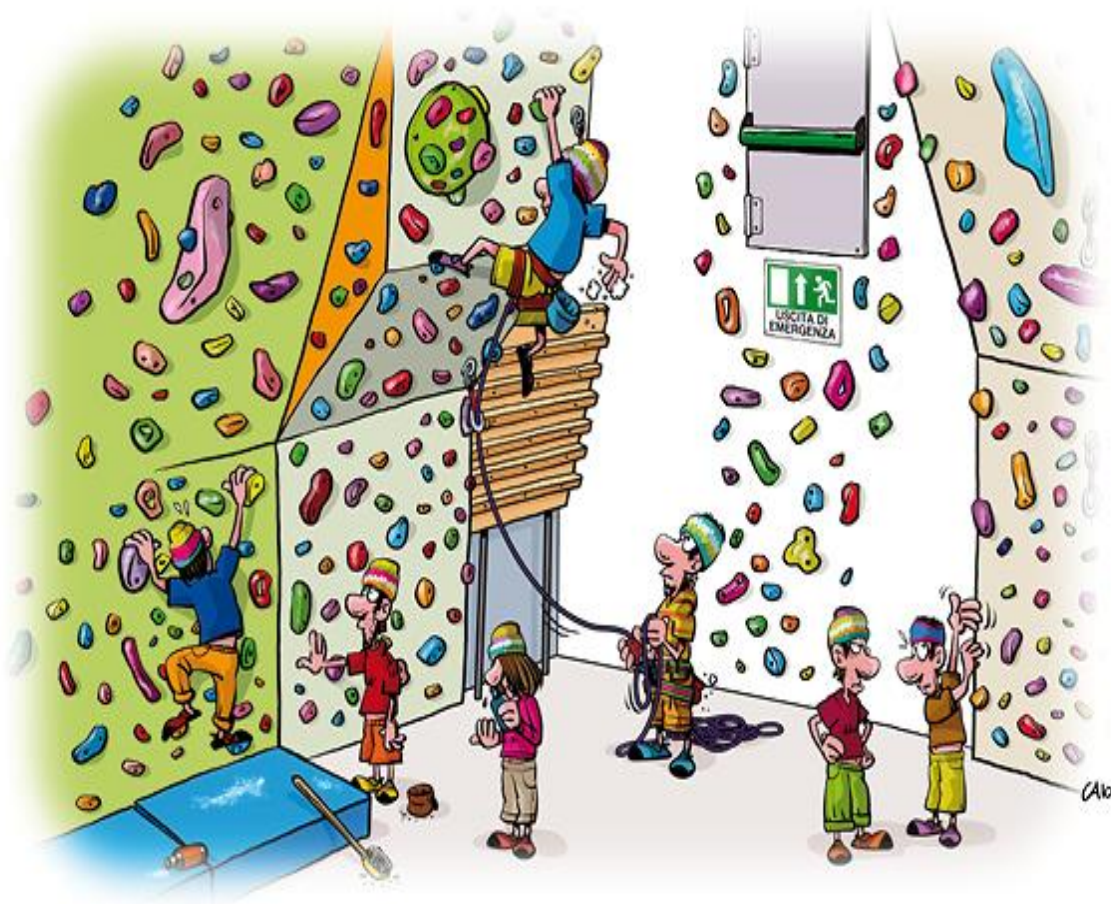
Dicembre 2023

**DOMENICA 3 Anello M. Cerasa - M. Reatini (1552 m)
- Disl. 750 m - Diff. E.**

**DOMENICA 10 Giornata Mondiale della Montagna M.
Lucretili - Diff E**

**SABATO 30 Colle Collalto - M. Reatini (1626 m) -
Diff. E**

Per maggiori dettagli consultare il Programma2023 edito dalla Sezione



**USCITA D'EMERGENZA.....
(Claudio Getto, dal web)**