Tracce di Montagna

CLUB ALPINO ITALIANO | PERIODICO DELLA SEZIONE DI FERMO | ANNO 2015 n. 19
Poste Italiane SpA - Spedizione in abbonamento postale 70% Dr commerciale Business Ascoli Piceno n 12/2006
Redazione Largo Mora 5 - 63900 Fermo FM - Direttore responsabile SILVIO SEBASTIANI - Capo redattore IVANA SANTONI

La natura cancella gli errori dell'uomo

Il giorno venerdì 29 maggio 2015 abbiamo appreso dal Sindaco di Montemonaco, Onorato Corbelli, che a seguito dei temporali primaverili che si sono abbattuti nella zona, un'altra porzione della strada della Sibilla, poco prima del Rifugio Domenico Mazzaroni, è stata ostruita da una notevole frana che l'ha letteralmente ricoperta di centinaia di metri cubi di detriti staccatisi subito a monte della stessa, in zona Banditella.
Già un paio d'anni fa, per non andare oltre, una notevole porzione della stessa strada, questa volta appena dopo il Rifugio Mazzaroni, è scivolata a valle aprendo una voragine in corrispondenza della sede stradale.
Quanto accaduto conferma ancora una volta quanto da più parti si è sempre sostenuto: il versante sud del Monte Sibilla è soggetto a franare.
Ricordiamo quanto dichiarato a riguardo dal geologo Prof. Andrea Antinori sulla cui competenza in materia nessuno ha dubbi: "la strada della Sibilla attraversa e taglia pericolosamente due estesi corpi di frana attivi, che probabilmente potrebbero costituire le evidenze più superficiali di un più ampio fenomeno gravitativo profondo che coinvolge l'intero versante".
Che pensare di quegli amministratori pubblici che, nonostante tutto, insistono perché la strada della Sibilla venga riaperta?

TAM Sezionale

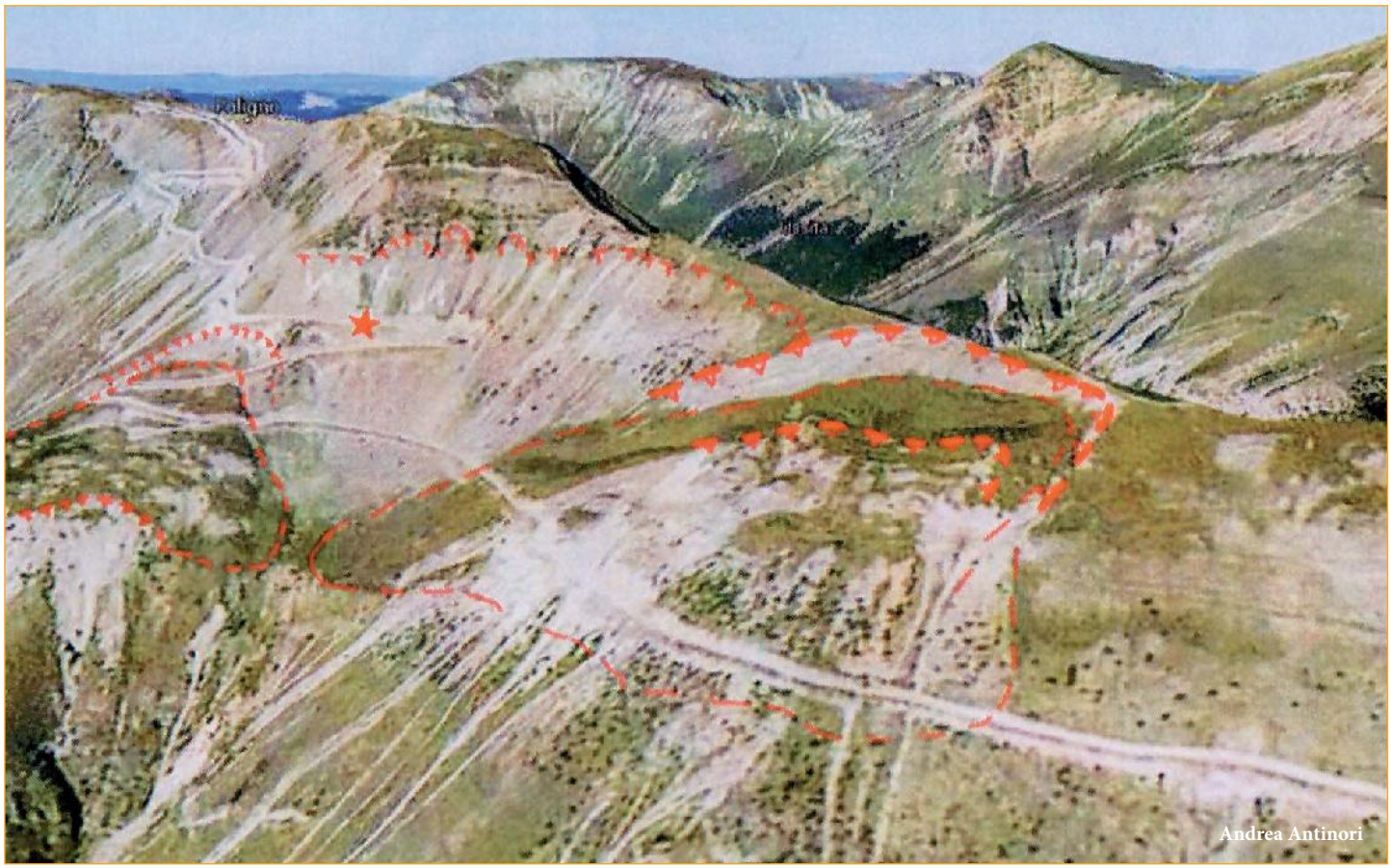
(continua a pag. 2)

In questo numero

La natura cancella gli errori dell'uomo.....1
Il CAI è vicino alla gente di montagna.....2
I martedì dell'arrampicata 3
Emozioni sul monte Argentella.....4
Lo scapicollo 7
Vivere la montagna in sicurezza.....8
Ghiacciatori del Sud crescono 11
MONTI e VAI.....13
Il CAI è maschilista? 14
Aiutiamo il Nepal 16

grafica e impaginazione: **centro stampa comunale - elpis**

In questa immagine sono visibili i due estesi corpi di frana attivi, che potrebbero costituire le evidenze più superficiali di un più ampio fenomeno gravitativo profondo coinvolgente l'intero versante.



Il CAI è vicino alla gente di montagna

Non è infrequente sentire i gestori di ristoranti in zona pedemontana sollecitare i soci CAI, notoriamente tra i maggiori frequentatori delle nostre montagne, a individuare ed eventualmente segnare sentieri già esistenti ma scarsamente rintracciabili che gravitano nella loro zona, per poterli proporre ai loro occasionali clienti escursionisti.
Noi della TAM siamo poco favorevoli alla segnatura dei sentieri perché riteniamo che chi desideri frequentare la montagna debba farsi accompagnare da una guida o debba rendersi autonomo imparando quanto necessario, contemporaneamente non possiamo non riconoscere la fondatezza della richiesta di quanti hanno fatto del turismo montano una risorsa economica da sfruttare.
Cosa rispondere a questa richiesta? Richiesta ragionevole poiché infatti per alcuni di questi ristoranti l'unico sentiero segnato da offrire è quello dell'anello dei Sibillini. Cosa fare, ci siamo chiesti senza venir meno a quei principi, a quei valori sostenuti da sempre dalla nostra Associazione? Come evitare che gli stessi albergatori si muovano autonomamente, com'è già successo, combinando guai irreparabili?
La collaborazione con i ristoratori ci è sembrata la soluzione migliore: incontrarsi con loro e con loro individuare i sentieri, chiedere al Sindaco del Comune di appartenenza di fare da tramite con il Parco e nel frattempo offrirci quali segnatori esperti CAI per l'eventuale segnatura.
Dai ristoratori disponibili si potranno attingere i fondi necessari per vernici e tabelle.
Questa iniziativa ci appare certamente valida soprattutto per due ordini di motivi: in primis adoperandoci per gli interessi della gente del luogo, facciamo bene alla montagna perché leghiamo l'uomo alla montagna, inoltre diamo di noi l'immagine di un'Associazione che sta dalla parte di quanti vivono di montagna, facendo nostre le loro richieste e sostenendole presso le Istituzioni.
Il Gruppo TAM sezionale, se il Gruppo Regionale CAI dovesse approvare tale iniziativa denominata " Gli altri sentieri ", è disponibile fin d'ora a coordinare il progetto e sollecitare i nostri soci a collaborare perché l'idea diventi realtà.

Domenico Pistonesi

I martedì dell'arrampicata

foto di Mauro Testatonda

Grande e costante partecipazione per l'attività di arrampicata nella palestra presso la scuola Leonardo da Vinci nel corso dell'anno 2015!
Si cimentano giovani e meno giovani nel provare l'emozione del movimento verticale e oltre all'arrampicata, la palestra sta diventando un'occasione di incontro per tutti i soci: questo non può che farci piacere perché conferma la bontà della proposta realizzata.

Ringraziamo la sezione CAI di Fermo per provvedere a quanto necessario per la funzionalità e la sicurezza della struttura.

Vi aspettiamo tutti i martedì alle 21.30.

Il CAI regala sempre delle grandi Emozioni…!

"Lo Staff 2015"

Emozioni sul monte Argentella

03 maggio 2015

Ore 04,45 del mattino la sveglia, sul comodino, inizia a suonare peraltro senza riuscire al suo scopo, perché sono già sveglio da circa quindici minuti. Ogni volta che devo andare in montagna, l'attesa è sempre carica di adrenalina e tutto è sempre come se fosse la prima volta.
Ho appuntamento alle 05,20 con Marco e alle 05,45 con Andrea i miei due compagni di avventure alpinistiche, dobbiamo essere a Foce entro le ore 07,00.
In questa piccola frazione ci aspettano tre nostri amici Olandesi Rob, Dirk e la sua compagna Jovanka.
Il sole è ancora basso, anche se il cielo è pieno di nuvole color grigiastro, le previsioni meteo per la giornata sono buone.
Facciamo un piccolo briefing per accordarci sul tragitto da fare e materiale tecnico da portare;
Tra corda, ramponi, picozza e attrezzatura varia per salite su roccia, lo zaino fa ben sentire la sua presenza sulle spalle.
Si parte!
Camminiamo per circa quarantacinque minuti attraverso il piano della Gardosa, qui incontriamo con grande piacere Pistonesi con la figlia Roberta, si stanno preparando per fare sci alpinismo nella valle dei laghi di Pilato.
Più avanti incontriamo anche Ares uno dei nostri istruttori di Alpinismo, è insieme al Soccorso Alpino di Ascoli per un'esercitazione. Approfittiamo della sua presenza per farci dare qualche dritta sul tragitto che abbiamo programmato di fare.
Arrivati alla seconda fonte, giriamo a destra e iniziamo a salire attraverso il bosco che si trova alla base del fosso dell'Argentella. Dopo venti minuti usciamo dal bosco e la nostra visuale è completamente coperta dal maestoso versante del monte Argentella che si affaccia sul piano della Gardosa. Qui ci fermiamo e decidiamo di cambiare tragitto, per rendere la giornata ancora più impegnativa. L'idea iniziale era quella di prendere, appena usciti dal bosco, a destra per la cresta che si trova tra il fosso dell'Argentella e il fosso Mozzacarne per poi raggiungere la cima.
Prendiamo a sinistra in una strettoia tra due rocce e iniziamo a salire il fosso dell'Argentella.
C'è ancora neve, molto sporca e piena di detriti caduti dall'alto, ci rendiamo subito conto che la variante presa all'ultimo momento metterà a dura prova la nostra resistenza fisica e capacità di saper camminare su un terreno variegato con tratti che superano i 70° di pendenza.

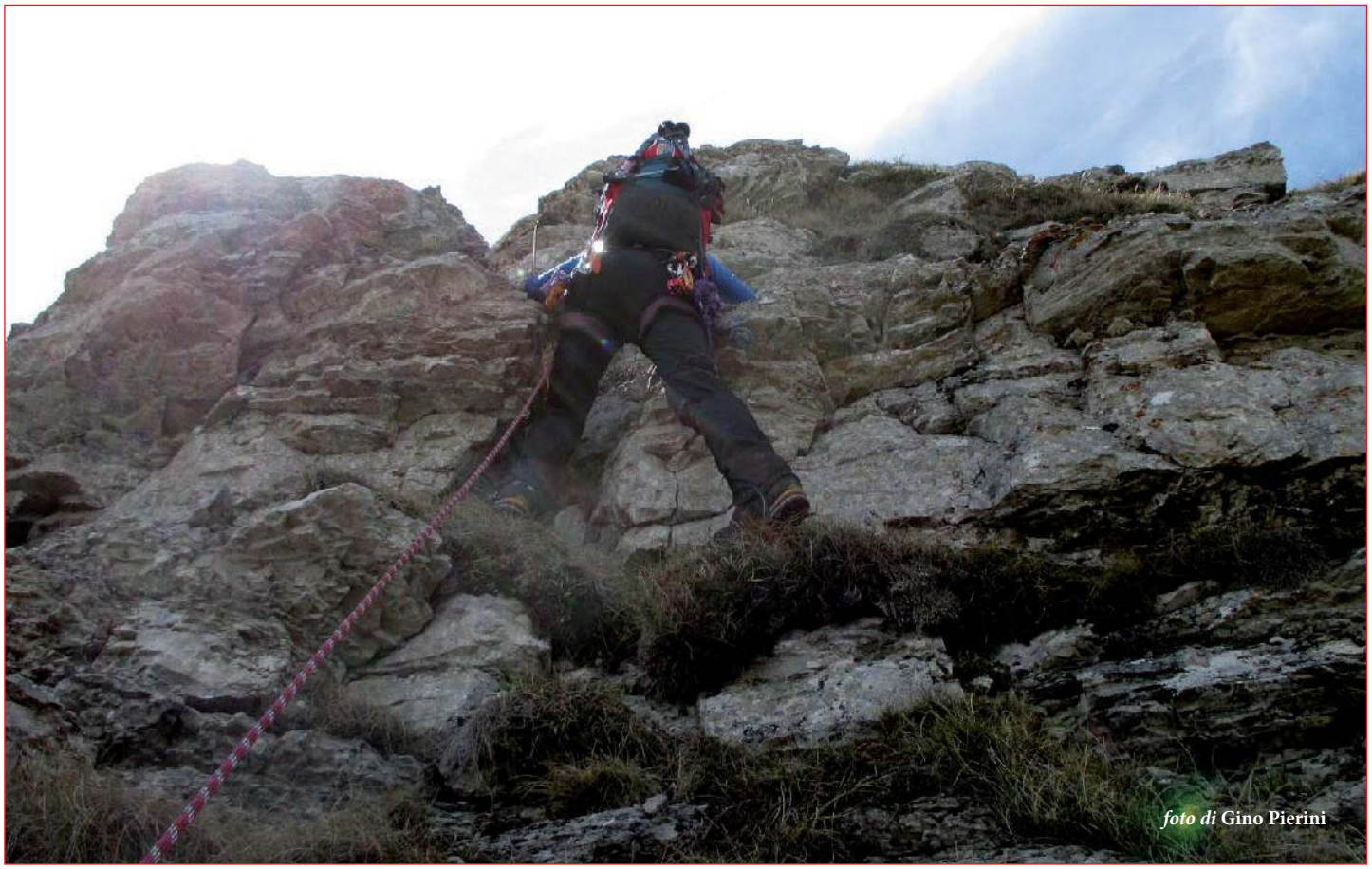
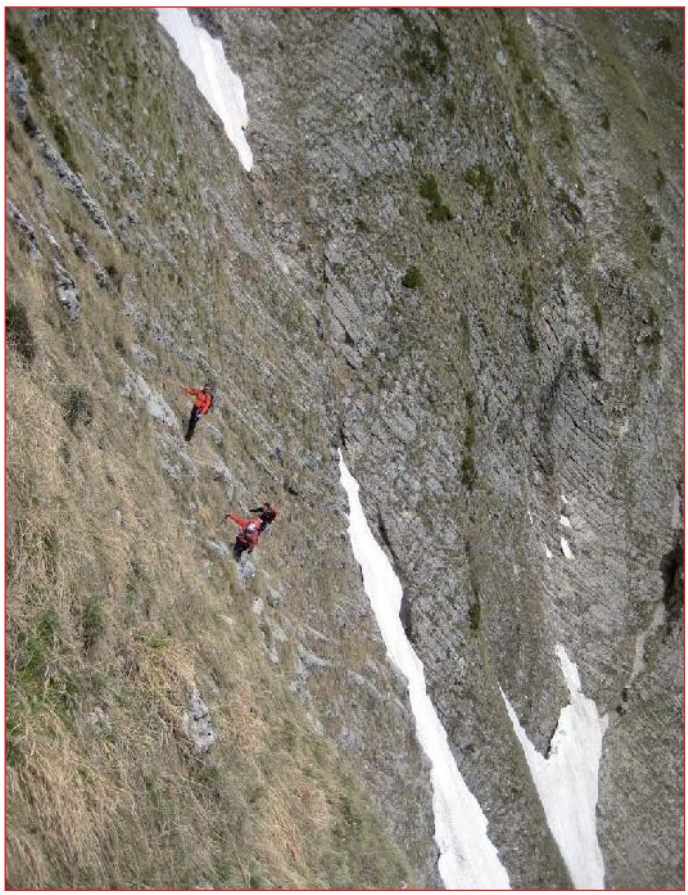


foto di Gino Pierini

Attraversiamo la piccola strettoia ci ritroviamo su uno slargo con a sinistra una piccola caverna e a destra, un centinaio di metri più avanti, un accumulo di neve alto circa venti, trenta metri con una pendenza superiore ai 75°.
Con piccozza in mano faccio strada, cercando ad ogni passo di realizzare degli scalini che rendano un po' più facile la salita agli altri.
Affidandomi alla presa della piccozza riesco a superare l'ostacolo, mentre aspetto gli altri, mi guardo intorno e cerco di farmi un'idea sul percorso da seguire.
Da qui in poi la valle si apre e la neve, salendo con lo sguardo, piano scompare; di fronte a noi appare un pendio composto da roccia e erba molto scosceso con un dislivello da affrontare di circa 1200 metri.
Ci fermiamo per un veloce spuntino, ci "rimbocchiamo le maniche" e iniziamo a salire.
Con pazienza e costanza a piccoli passi saliamo su un pendio che non permette di distrarsi neanche per un attimo.
Ogni tanto ci fermiamo per un piccolo break e sui nostri volti, sorridenti per qualche battuta, si comincia a notare un po' di stanchezza. Da quando siamo usciti dal canalone, all'inizio della valle, sono passate più di tre ore e la cima sembra non avvicinarsi mai. Andiamo avanti per un'altra ora su un pendio sempre a picco sulla valle che richiede anche l'utilizzo della piccozza per farsi sicura durante la salita.

Mentre a fatica saliamo, leggermente sparpagliati io, Andrea e Marco ci troviamo, rispetto agli altri, più a sinistra avendo le spalle a valle.
Tutto a un tratto sento un forte urlo di Andrea "SASSO, SASSO, ATTENZIONE SASSI".
Alzo lo sguardo e vedo un ENORME sasso, seguito da altri più piccoli, rotolare senza far rumore giù per il pendio dritto verso noi tre.
Istintivamente tutti e tre siamo corsi sul nostro lato destro, con la coda dell'occhio ho visto passare accanto a me a tutta velocità un'ombra nera, mi giro e vedo che la frana prosegue il suo cammino fin dentro il canalone dove fino a qualche ora prima salivamo tutti noi.
Alzo lo sguardo e vedo i volti di Marco e Andrea pietrificati abbiamo nello stesso istante l'immagine di cosa poteva succedere se la frana ci prendeva in pieno dentro il canalone.
Sono certo che quel giorno non eravamo solo noi sei a fare l'escursione.
Mi avvicino ad Andrea e lo abbraccio ringraziandolo per essersi accorto di quello che stava accadendo, nessuno di noi aveva sentito le pietre venire giù, il pendio erboso aveva fatto da silenziatore.
Rob con la corda fa conserva a Jovanka che, a causa del forte pendio, si sente più sicura legata all'imbrago con la corda. Continuiamo la salita dirigendoci più sulla destra del versante, giacché sulla sinistra si continuano a sentire ogni tanto pietre che rotolano a valle.



Camminiamo per un'altra ora, facendo a turno da vedetta rivolgendo lo sguardo in alto per anticipare altre eventuali frane, ma per fortuna dal nostro lato la situazione si rivela tranquilla.
Finalmente intravediamo la cresta sulla nostra sinistra, da percorrere per arrivare in cima.
La prendiamo, la pendenza non sembra diminuire, la cima è a un paio di ore ma dobbiamo, prima di raggiungerla, percorrere un tratto roccioso con difficoltà non elevate sul 3° grado.
La stanchezza e la diminuita prontezza di riflessi ci consiglia di attrezzare con una corda fissa il tratto da percorrere, con poco più di un'ora siamo finalmente in cima.
Dopo sette ore e mezzo di cammino, in cima all'Argentella sotto un vento forte e freddo, ci godiamo il paesaggio che come sempre lascia senza respiro.
La magnifica valle di Pilato da un lato, l'enigmatica montagna della Sibilla con le sue leggende e misteri dall'altro, Piano Grande che ospita il caratteristico paesino di Castelluccio.
Una sosta veloce con foto di gruppo e poi si riparte in direzione di Palazzo Borghese.
Ora inizia, finalmente, la discesa che seguendo sempre la cresta che porta fin sopra Pian delle Cavalle e, prima di arrivare all'incrocio con il sentiero che proviene da Forca Viola, scendiamo a destra, c'è ancora neve. Il paesaggio è bellissimo, si vede la parete di Palazzo Borghese che sovrasta la piana con il laghetto di un colore blu intenso, che si è formato grazie allo sciogliersi della neve. Dirk e Jovanka rimangono stupefatti dal mix di colori e sensazioni che il luogo suscita; iniziamo la discesa, la pendenza e la neve un po' molle ci permettono di correre e scivolare, tra risate e schiamazzi sembriamo tutti dei ragazzini che hanno visto la neve per la prima volta.
In brevissimo tempo raggiungiamo il laghetto sovrastato dall'imponente parete di Palazzo Borghese, una breve sosta qualche foto e via! Si riparte. Imbocchiamo il sentiero che percorre tutto il canale che si trova di fronte a Palazzo Borghese, dopo un'ora di cammino sbuchiamo accanto al cimitero di Foce, ancora dieci minuti e siamo alle macchine.
Arrivo alle ore 17,30, dopo ben dieci ore di cammino, una piccola sosta alla Taverna della Montagna, con alcune bottiglie di birra fresca.
Facciamo un resoconto della giornata e ci soffermiamo un po' di più a discutere dello scampato pericolo; nei giorni a seguire veniamo a sapere che altre frane, lo stesso giorno, sono cadute nella valle di Pilato.
Jovanka che gestisce un blog in Olanda ci dice che pubblicherà la sua positiva esperienza, a breve.
Mi permetto di scrivere una citazione di Nicolas Helmbacher che secondo me riassume questa giornata, "La montagna ci offre la cornice… tocca a noi inventare la storia che va con essa".

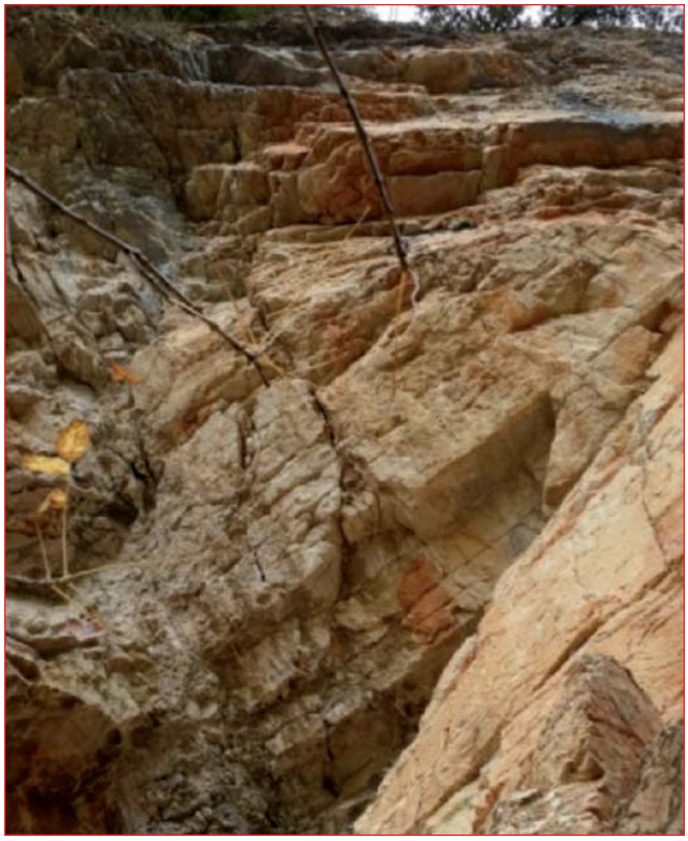
Gino Pierini

Lo scapicollo

Trovare un vecchio sentiero

Vale la pena di segnalare o meglio avanzare la proposta per conoscere questo percorso, un itinerario rivolto a quegli escursionisti motivati alle esplorazioni di luoghi sconosciuti, spesso scomodi, ma adeguati a coloro che ricercano il non comune e solito sentiero.
Si tratta della traccia "scapicollo" così nominata da Albina abitante sotto la chiesa di Santa Croce, precisamente a pià della chiesa in comune di Montefortino.
Naturalmente non diremo la località precisa, dando la possibilità all'escursionista girovago di verificare, trovare come una caccia al tesoro, questo percorso sconosciuto ai soci del CAI di Fermo.
Dalla casa di Albina (non diciamo il cognome) si percorre un vasto prato verso occidente fino ad una vallea, un fosso profondo che proviene dalla montagna il cui nome è ben noto.
Qui alla fine del prato si riscontra una vecchia carrareccia abbandonata verso un antico appezzamento di terreno, anch'esso dismesso, ormai invaso da un giovane bosco.
Un sentierino si snoda sul lato destro, costeggia il campo fino ad inoltrarsi nel bosco fitto in leggera pendenza verso la valle ripida sottostante.

La traccia ormai rubata dal bosco, a volte più evidente, scende verso la forra, dopo varie svolte sorpassa una croda verticale oltre la quale di deve girare a sinistra, mentre a destra un altro stradello prosegue verso il basso. Sul passo, dove la traccia si divide, troviamo i resti della presenza dell'uomo: una vecchia corda di acciaio legata ad una roccia.
Aggirato lo scoglio il prosieguo avviene a ridosso di un enorme parete rocciosa a picco sulla valle. Il sentiero o meglio il diverticolo ora si disperde, ora riprende un po' più in basso, spesso continua rasente la falesia di scaglia rosata. La visione delle rocce plioceniche mostra le varie formazioni geologiche, le stratificazioni, l'evoluzione e la formazione glaciale della valle profonda.
Avanzando si oltrepassa una rupe ricoperta di edera, mentre la rupe si distende in discesa verso il fiume sottostante, qui la traccia antica si divide ancora, la prima



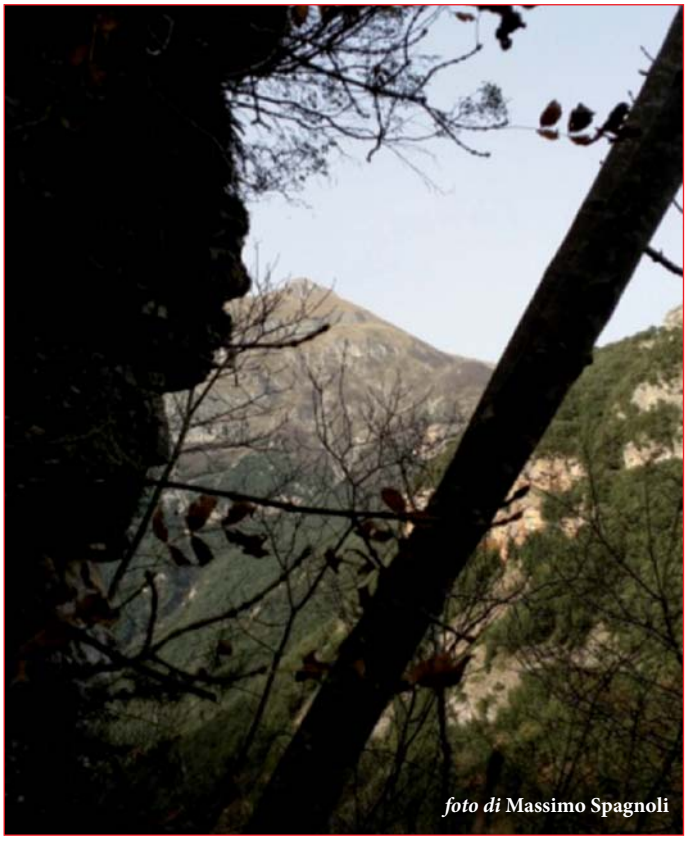


foto di Massimo Spagnoli

scende, la seconda sale all'interno di un canalino roccioso fino ad un balcone dal quale si osserva davanti una profonda valle collaterale.
A destra si potrebbe scendere verso il fiume da una traccia segnata dagli animali, a sinistra invece si sale ancora in un altro canalino che scavalca la falesia dalla quale siamo venuti fino al bosco sovrastante.
Salendo questo versante, un dolce clivio in leggera pendenza, tra giovani faggi, roverelle e piccole radure prative si raggiunge una strada non asfaltata.
(EE+; ore 4; Δ 100mt.)
Di che strada si tratta? Saprà l'escursionista pratico individuare tutto il percorso dello Scapicollo?

Massimo Spagnoli
Gianfranco Pistolesi

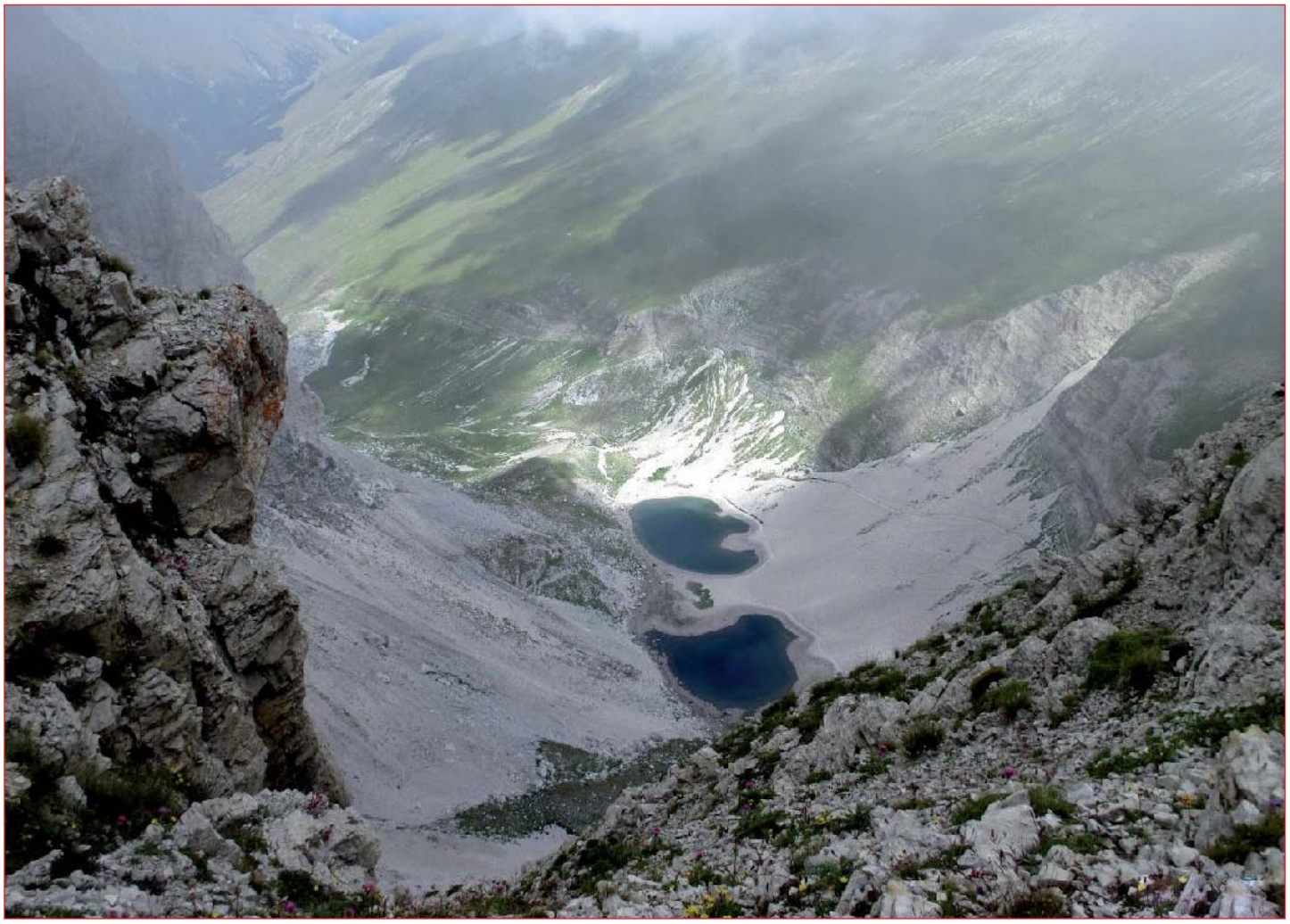
Vivere la montagna in sicurezza, preparazione e professionalità

L'importanza dei corsi CAI

Se è vero che l' avventura richiede coraggio, quest'ultimo però senza conoscenza, senza consapevolezza delle proprie possibilità e senza una preparazione tecnica adeguata spesso è deleterio. Confidare nelle sole forze fisiche, con il desiderio di vivere qualcosa di nuovo, può portare a superare i propri limiti, specialmente nei casi in cui forte fisicamente è il protagonista, al punto che poi tornare sui propri passi diventa impossibile e solo l'intervento del soccorso alpino scongiura il peggio. Tale fenomeno, l'improvvisazione dell'escursionismo fai da te, è più accentuato nel periodo estivo-autunnale, quando l'improvvisato escursionista, a digiuno di corsi preparatori confidando nel bel tempo si avventura su terreni sconnessi fra rocce e boscaglie. Ma la montagna spesso riserba sorprese, tanto più grandi tanto più è scarsa la preparazione, così immaginando facili sentieri, con animo leggero l'escursionista è preso dal panico quando all'improvviso lo coglie del tutto impreparato, il mal tempo, la nebbia o disorientato si trova su terreni scivolosi a strapiombo su pareti di roccia.
Come evitare tutto ciò? È vero che i pericoli si evitano diventando responsabili, ma occorre qualcosa di più: Quel salto di qualità che solo permette di superare quel limite che separa l'improvvisazione dalla professionalità. E la professionalità si acquisisce solo attraverso la trasmissione della conoscenza e delle esperienze. E ciò avviene per mezzo dei corsi di formazione organizzati dalle sezioni CAI: Corso di escursionismo, escursionismo avanzato, escursionismo in ambiente innevato, alpinismo, sci alpinismo, arrampicata su ghiaccio, orientamento e cartografia E se tutto ciò non bastasse nel corso viene sempre inserita una lezione di geologia, di meteorologia e diverse lezioni di nevologia, (poi dipende dal corso scelto, ad esempio è normale che nel corso di alpinismo oltre queste lezioni ci siano anche lezioni che riguardano la scelta del materiale e del tipo di abbigliamento).
Nozioni utilissime. Ad esempio prima della partenza si imparerà conoscere le condizioni meteo che probabilmente si incontreranno in quota, e spesso solamente alzando lo sguardo verso la vetta si può intuire le raffiche di vento già dalle conformazioni delle nubi, in inverno si impara a misurare la pericolosità dei pendii innevati, o in caso di nebbia improvvisa si riesce a ritornare sui propri passi grazie alla conoscenza dell'uso della bussola. Non sono cose da sottovalutare: anche nei mesi caldi a 3000 metri la temperatura può scivolare a pochi gradi perfino nelle ore centrali del giorno, e la nebbia è sempre in agguato.
Insomma corsi organizzati sapientemente e gestiti da esperti della montagna, da istruttori, che combinano lezioni teoriche in sede ed uscite pratiche dalla durata di circa quattro settimane. Durante questi corsi l'obiettivo non è tanto arrivare alla fine del sentiero, ma l'insegnamento: Innanzitutto insegnare cosa portare dentro lo zaino e come vestirsi per scongiurare ipotermie o nei casi opposti colpi di calore, poi in successione le tecniche di movimento su pendi e rocce, le tecniche di arrampicata su roccia e ghiaccio, le tecniche di salita su pendii innevati con dislivelli importanti ed infine l'orientamento.
Se inoltre consideriamo che i corsi vengono svolti da volontari, maggiore dovrebbe essere il riconoscimento. È in ultimo l'amore verso la montagna il motore di tutto, il motore di tutto il sodalizio che rende sicura la

foto di **Marco Cognigni**

pratica dell'escursionismo e dell'alpinismo attraverso l'insegnamento. Vivere la montagna con sicurezza, è questo il vero fine dei corsi.
Posso raccontare brevemente la mia esperienza:
Ho iniziato a vagare per monti diversi anni fa, e proprio il mio spirito libero mi teneva lontano da forme associative. Ma ben presto dopo aver gironzolato per l'arco alpino, sentivo dentro di me mancare qualcosa. Il senso di avventura e di libertà implodeva e non riuscivo a controllarlo. Sentivo forte la sfida, raggiungere la cresta per altre vie, ma non sapevo come. Guardavo gli altri che arrampicavano e cercavo di emularne i movimenti, ma inutilmente. Compresi che senza l'iscrizione al CAI, e senza corsi preparatori non sarei



andato lontano. Paradossalmente il senso di libertà, chiedeva regole, per essere ancora più libero. Così mi decisi, mi iscrissi e feci il mio primo corso: il corso di alpinismo. Per me fu come una molla. Si aprirono nuovi scenari ed iniziai ad arrampicare, sempre con più costanza. Ma ciò non mi bastava. Che cos'era l'azimut? Come disegnare la rotta? Come muoversi con sicurezza in situazioni di poca visibilità? Come usare il GPS? Come usare la bussola? Domande che non trovavano risposte, così decisi di fare un nuovo corso: orientamento e cartografia.

Ora mi sento più sicuro. So usare la bussola e sono in grado di prepararmi una traccia. Calcolo azimut e controazimut, le pendenze sui pendii e le distanze. Mi rendo conto di essere più completo, meno improvvisazione e più professionalità. In futuro mi iscriverò ad altri corsi, perché ogni corso da sempre qualcosa in più non fosse anche per le esperienze ricevute da un nuovo istruttore. Non si finisce mai di imparare, ma credo di essermi avviato sulla giusta via.

Wolf Man (Marco Cognigni)

Ghiacciatori del Sud crescono...

terminato a febbraio il 1 Corso di Alpinismo su Cascate di Ghiaccio

Si è concluso lo scorso febbraio il corso avanzato di alpinismo su cascate di ghiaccio (AC1) organizzato dalla "Scuola di Alpinismo e Arrampicata Libera del Piceno", scuola intersezionale facente capo rispettivamente alle sezioni CAI di Ascoli Piceno, Fermo e San Benedetto del Tronto.

Sotto la direzione di Guido D'Amico (Istruttore Nazionale di Alpinismo nonché socio della sezione di Fermo), il corso è stato il primo della Scuola ad essere organizzato esclusivamente per questo tipo di disciplina. Difatti questa attività, nella lunga lista dei corsi organizzati in passato dalla Scuola, era inglobata esclusivamente all'interno dei programmi avanzati di alpinismo invernale.

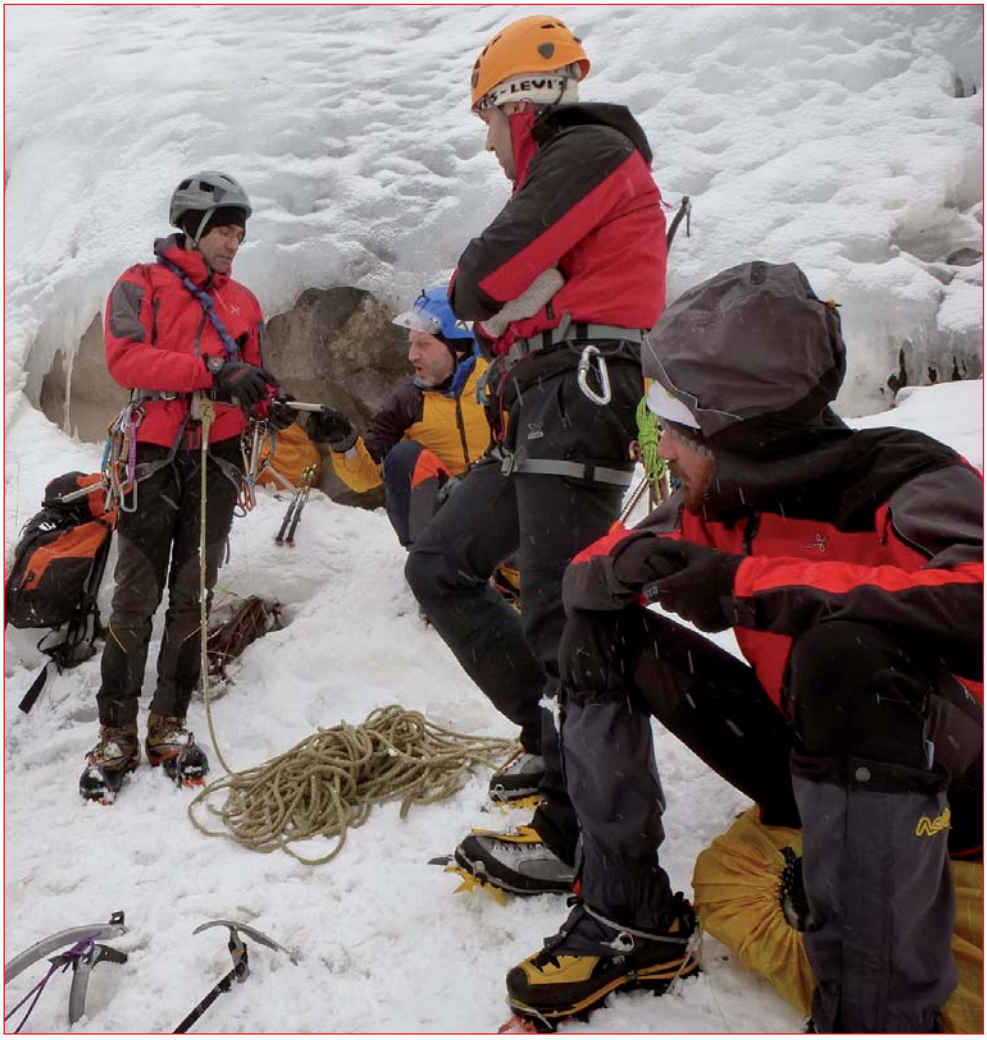
Il vantaggio di aver organizzato un corso monotematico sull'arrampicata su cascate di ghiaccio ha permesso al corpo istruttori e ai sette allievi di affrontare in maniera specifica e approfondita le diverse sfaccettature di una disciplina relativamente recente e allo stesso tempo molto impegnativa. Ai sette allievi iscritti al corso si sono inoltre aggiunti quattro Istruttori Sezionali della Scuola di Sora (FR) che hanno colto l'occasione di questo corso avanzato per perfezionare le loro conoscenze riguardo questo tipo di attività alpinistica.

Dopo le due prime lezioni incentrate principalmente sulla gestione e la valutazione dei rischi connessi all'alpinismo su ghiaccio verticale, i temi trattati attraverso le sette lezioni teoriche sono stati i più disparati.

Durante le serate trascorse nelle sale messe a disposizione dalle tre Sezioni, si è passati dalla conoscenza dell'equipaggiamento e dei materiali alla storia del cascatismo, dalla morfologia del ghiaccio all'impiego dell'apparecchiatura ARTVA per il soccorso in valanga, dalla catena di sicurezza alla preparazione di una salita su cascata. Tutti argomenti che sono stati poi ripresi e approfonditi nelle altrettante giornate passate in ambiente.

La prima uscita pratica è stata effettuata nella falesia di dry-tooling denominata "Città di Pietra" ai Prati di Tivo, ai piedi del Corno Piccolo. Qui gli allievi hanno avuto modo di avere un primo approccio utilizzando le piccozze e i ramponi direttamente sulla roccia e perfezionando i movimenti e le tecniche base per l'arrampicata con gli "attrezzi". La seconda parte della giornata è stata dedicata invece all'utilizzo dei dispositivi di ricerca ARTVA, pala e sonda, mediante simulazioni ed esempi pratici.

Valutando di fine settimana in fine settimana le condizioni del ghiaccio in Appennino le lezioni si sono spostate nei fondovalle del Monte Gorzano dove dopo lunghi e faticosi avvicinamenti sono state salite le cascate Grande del Gorzano e Nonciombozzo. Tutti gli allievi hanno così saggiato in moulinette le condizioni del ghiaccio appenninico e hanno provato le tecniche di assicurazione, la realizzazione delle soste, l'abalakov, le modalità di infissione delle viti da ghiaccio e le tecniche di progressione su cascata.



Come ciliegina sulla torta il corso si è trasferito per uno stage conclusivo di tre giorni nell'alto bellunese, tra le pareti dei Serrai di Sottoguda.
Le tre giornate trascorse tra le cascate dei serrai hanno permesso di perfezionare ulteriormente le capacità di ogni singolo allievo e affinare ulteriormente la tecnica di progressione.
Sono state affrontate cascate a più lunghezze e gli allievi hanno avuto modo di sperimentare la progressione simulata da primo di cordata sempre in totale sicurezza con la corda dall'alto. Non è mancata l'occasione anche per salire le cascate più blasonate della zona come Excalibur, la Spada nella Roccia, la Cascata del Sole e la maestosa Cattedrale.
Come da buona abitudine il corso si è concluso in convivialità con l'immancabile cena finale e la consegna degli attestati di partecipazione.
Proporre questa nuova tipologia di corso per la Scuola è stato sicuramente un interessante banco di prova e l'esito positivo fa ben sperare per altre future occasioni.

Paolo Galletti

foto di **E. Vallorani** e **P. Cardi**

MONTI e VAI

Inizio spumeggiante per il gruppo ciclo escursionismo

Il gruppo MTB sezionale ha iniziato l'anno sociale organizzando con successo un corso di manutenzione della bici e tecnica di guida. Ciò ha consentito a quanti hanno lasciato, a causa del freddo, in ripostiglio nella stagione invernale il proprio mezzo, di riprendere confidenza con atti e gesti forse un po' arrugginiti.

Il 18 marzo ci siamo quindi ritrovati in sezione per la prima lezione sulla manutenzione. Abbiamo incontrato la collaborazione del negozio Bike & Ski, sponsor del gruppo, e quindi di Riccardo Cutini e del meccanico Luca Codoni, coadiuvati dal noto biker fermano Luca Paci che ci hanno così illustrato le operazioni di manutenzione alla bici indispensabili prima di ogni uscita; il sabato successivo tutti i membri e alcuni simpatizzanti esterni si sono ritrovati presso il campo di atletica di Fermo per una lezione pratica condotta dall'istruttore Paci e da Luca Codoni.

Particolari attenzioni sono state dedicate alla partenza in salita, alla discesa nel ripido tecnico, alla gestione della frenata e all'impostazione della curva: atti e gesti la cui padronanza è indispensabile per garantire un'uscita in sicurezza, come consuetudine del CAI.

Il momento formativo in sezione e l'uscita pratica sono state replicate la settimana successiva e hanno indubbiamente favorito la ricostituzione di uno spirito di gruppo, goliardico e solidale, come da tradizione.

Nel 2015 il gruppo Monti e Vai si è posto ambiziosi obiettivi: un ciclo trekking in Molise nel mese di giugno e un week end lungo nel Canton Ticino (Svizzera) nei primi di luglio, che spero possano incontrare il favore dei vecchi soci e di nuove leve, consolidando una tendenza degli ultimi anni che vede il gruppo in costante crescita.

Vi presento il gruppo **MONTI e VAI**

Presidente	Mariano Valori
Vicepresidente e segretario	Andrea Ribichini
Consiglieri	Lorenzo Monelli
	Fabio Renzi
	Rossano Berducci
	Andrea Cerquozzi
Membri	Lucio Pagliariccio
	Teresa Gentili
	Carlo Marziali
	Silvia De Cato
	Saverio Nico
	Sabrina Longarini

Lorenzo Monelli

Il CAI è maschilista?

Come le donne si trovano nel CAI

Nel CAI di Fermo abbiamo 295 iscrizioni maschili e 144 femminili, dato numerico che comprende anche i giovani: un bel numero, complimenti alla nostra sezione che sa promuovere l'amore per la montagna con successo!
Ci siamo chiesti se in un'associazione a prevalenza maschile, la componente femminile trovasse qualche difficoltà di qualche tipo o fosse invece agevole e incoraggiante la partecipazione; in ogni caso quali condizioni incontra una donna nella frequentazione del CAI?
Le risposte trovate sono di componenti femminili della nostra e di altre sezioni CAI (Ascoli Piceno, San Benedetto del Tronto, Macerata). Siamo certi che l'argomento è di pregnante interesse per voi tutti!

Sabrina Longarini
La donna nella sua prima uscita in un'escursione è oggetto di curiosità da parte dei soci maschi e ci sono attenzione e premura nell'accompagnarla, normalmente i soci sono pienamente disponibili. In seguito se una donna vuole impegnarsi le occasioni ci sono, non trovo dei limiti. Passata la prima fase, quella dell'accoglienza, la donna deve poi trovare un ruolo nel gruppo, un ruolo attivo e propositivo.
Ma nell'ambito del CAI si sale di considerazione se le prestazioni si elevano dal punto di vista tecnico.

Raffaella Di Stefano
Nella mia frequentazione del CAI non ho trovato ostacoli, nessun elemento di negatività ma opportunità di crescita; se davo impegno ricevevo incoraggiamento perché i soci mi spronavano e da tutto ciò derivava la mia gratificazione.
Se una donna è single, è lei che si deve fare avanti, viceversa se si è in coppia è lui che ti apre la porta. Ho frequentato vari corsi e ho trovato più freddezza in quelli di arrampicata perché fa una certa differenza se l'istruttore è incoraggiante o invece denuncia che gli pesa; più accoglienza invece, ho sentito nel corso di scialpinismo. Penso che a livello di CAI ufficiale il rapporto tra donna e montagna vada bene.
Iscritta dal '95, sono stata fuori per due anni, non ho poi incontrato difficoltà nel frequentare la montagna avendo stabilito relazioni, anche assieme al mio compagno, con altre sezioni del territorio.

Beatrice Donzelli
Sono entrata in contatto con il CAI giovanissima: frequentando la scuola elementare ho partecipato al progetto "La scuola chiama, la montagna risponde", così ho conosciuto la montagna e oggi, ventitreenne, trovo la mia esperienza bellissima.
Nel corso degli anni l'associazione mi ha spinto e motivato ad andare avanti a livello tecnico, così sono ora accompagnatore di alpinismo giovanile; parimenti rilevante la mia crescita personale che mi consente di avere sicurezza e nelle attività di escursionismo e arrampicata in falesia, è minore nell'alpinismo per una

foto di Marco Cognigni

minore frequentazione, ma sono ancora troppo giovane e avrò tempo.
Penso che il CAI abbia valorizzato le potenzialità di una giovane che vive in armonia con l'ambiente di montagna e che quindi ha positivamente risposto, sono fortunata!

Teresa Gentili

Vorrei iniziare osservando che quando in sede i ragazzi, i soci, gli amici che praticano una certa attività si ritrovano, si dicono: "Che facciamo domenica, dove andiamo, vieni anche tu e tu…", c'è un cameratismo aperto e socievole e il gruppo è gioioso. Questa situazione mi colpisce perché è differente invece per una donna organizzarsi per un'uscita che non sia una semplice passeggiata: deve valutare se si verificano le condizioni per inserirsi in quel gruppo, deve chiedere il consenso di ammissione e, avutolo, deve fare attenzione a non essere un elemento di disturbo o che rallenta troppo la progressione. Quando si pratica una disciplina che richiede tecnica o la donna è più brava dei maschi, o è una seccatura; salvo che non sia in una coppia o la compagna di…
Ma, nonostante la fatica di inserirsi in un mondo maschile, riconosco di essere stata accolta e devo molto alle persone che hanno gradito la mia presenza.

Giovanna Gaetani

Parafrasando la dichiarazione di Golda Meir a Oriana Fallaci: "per avare successo una donna deve essere molto più brava di un uomo", lascio immaginare cosa ci vuole a fare la prima in una cordata etero.

Marzia Palestrini

Ho la qualifica, presa nel 2010, di ISFE: Istruttore (regionale) Sci Fondo Escursionismo e sono socia CAI dal 1995, quando ho iniziato a frequentare il CAI facendo escursionismo estivo, poi, non volendo abbandonare la montagna nella stagione invernale, mi fu proposto di iscrivermi al corso di SciFondoEscursionismo e quindi mi sono lanciata.
E pensare che io ho sempre avuto il terrore degli sci, perché ritenevo fosse pericoloso... infatti, nel 1996 ho fatto la mia prima grave caduta con gli sci che ho superato con un adeguato ma determinato trattamento.
Nell'associazione sono sempre stata apprezzata e incoraggiata a fare e a partecipare. Perseguire l'obiettivo di diventare istruttore è stato un mio personale obiettivo, che mi è venuto spontaneo grazie alla bella esperienza che ho fatto con il gruppo sciescursionistico della mia sezione e anche delle altre sezioni marchigiane.
Il genere non c'entra, mi sono appassionata a quest'attività perché mi ha dato e mi da tuttora tanto: nel contatto

Henriette d'Angeville che scalò il Monte Bianco nel 1838. ***(autoritratto)***

con la natura e la montagna invernale; nel respirare l'aria fresca delle giornate di sole invernali, ma anche quelle più brutte; nel piacere di fare le curve nella neve, anche se a volte sono soltanto due o tre le curve di cui vado fiera in tutta un'escursione; nell'ammirare il paesaggio, gli alberi bianchi, le orme di una lepre sulla neve; nell'osservare come a volte anche un piccolo ciuffo d'erba possa diventare con la sua galaverna una fantastica scultura di ghiaccio; nel condividere con altre persone, che necessariamente, diventeranno, sono diventate o sono già amiche… si, anche l'amicizia direi è fondamentale e la montagna - come diceva lo slogan per i 150 anni del CAI - è vero UNISCE! …non può essere altrimenti se si entra nel vero spirito della natura, quello che ci ricorda che siamo tutti uguali, tutti esseri umani, tutti sullo stesso pianeta, tutti piccole anime che vagabondano su questa terra in cerca di armonia e pace.
Non da ultimo è fondamentale il piacere della scoperta, il piacere di studiare un itinerario - anche breve, anche semplice - e riuscire a farlo senza intoppi, vedendo che le valutazioni fatte a casa durante lo studio erano tutte più o meno giuste... È un po' come vincere la caccia al tesoro! E sai qual è il tesoro? mangiare un bel piatto di pasta alla fine dell'escursione quando hai veramente fame e sai che te lo sei guadagnato.
Dunque per quanto mi riguarda NON posso dire che il CAI sia un'associazione maschilista.

Ho frequentato anche un corso A1 ed un corso SA1, ho fatto trekking di varia lunghezza, mi sono trovata spesso in gruppi dove ero quasi l'unica donna... nessun problema e nemmeno ho avuto trattamenti speciali.
Nella mia sezione sono sempre stata incoraggiata a partecipare proprio perché le donne sono poche e invece tutti sono convinti che sia giusta la presenza di uomini e donne; ogni volta che ho detto che volevo frequentare un corso, mi hanno incoraggiato a farlo, proprio perché è giusto migliorare la formazione dei soci e insieme con altre amiche ho spesso proposto e organizzato iniziative, ricevendo supporto anche concreto e logistico dai soci o membri del Direttivo, anche da quelli più anziani o esperti.
Posso dire di non trovare differenze nel trattamento di uomini e donne, però non so se in tutte le discipline è uguale, non so se nell'ambiente alpinistico ci sia un po' di maschilismo.
Io credo che, a parte casi particolari di persone particolarmente ottuse - che purtroppo capita di incontrare nel CAI ma anche in altri contesti - se il CAI è un'associazione prevalentemente maschile è colpa delle donne.
Di conseguenza c'è il rischio che un'associazione prevalentemente maschile diventi anche maschilista.
Se questo accade è però colpa delle donne.
Siamo noi donne a doverci fare "profetesse" della nostra esperienza in montagna con il CAI, siamo noi a dover propagandare alle altre donne che possono imparare ad amare e frequentare la montagna, perché ne vale veramente la pena. Spesso purtroppo le donne sono un po' pigre e timorose (direi meglio "sfaticate" o "frignone") e quindi lasciano il campo solo agli uomini. Questo è un errore: gli uomini che ho incontrato nel mio percorso nel CAI non mi hanno mai fatto pesare di essere donna. Il problema - se e quando esiste - siamo noi stesse a crearlo.
Se io m'impegno, con umiltà e voglia di imparare e di dare il meglio delle mie possibilità sempre e in ogni escursione, io posso crescere… questa non è una prerogativa maschile, questa è una prerogativa dell'essere umano.
Certamente non voglio essere estremista nell'altro senso: non voglio dire che se ho bisogno non devo chiederlo perché altrimenti sembro una "femmina frignona", ma devo essere semplicemente me stessa, partecipando attivamente con le mie facoltà fisiche e mentali in ogni situazione, senza pretendere galanterie (non pretenderò mai di non portare una corda nello zaino perché ci sono i maschi che sono più forti) né senza strafare (se necessario posso aiutare un uomo a portare il suo zaino).
Io cerco semplicemente di imparare dalle persone più esperte, in ogni uscita, senza voler mai dimostrare niente a nessuno, cercando piuttosto di passare giornate piacevoli in piacevole compagnia.
Questo, inoltre, azzera o riduce fortemente anche le differenze di età e dunque… la montagna unisce, perché può unire anche generazioni e non solo generi diversi.
Per non far essere il CAI maschilista siamo noi donne a doverci impegnare in prima persona anche all'interno degli organismi gerarchici; non dobbiamo aspettare che ci chiedano la nostra opinione di donne, ma dobbiamo essere noi a dirla, alla stregua degli altri, perché l'opinione di ciascuno è importante.
Ovviamente non mancano e non sono mancate le divergenze di opinione ma questo è giusto e normale, l'importante è trovare la maturità per trovare un punto d'accordo e andare avanti senza sfasciare quanto siamo riusciti a costruire finora.
Beh, si può migliorare qualcosa? Noi abbiamo la speranza di contribuire a ciò.

Intervista a cura di **Ivana Santoni**

AIUTIAMO IL NEPAL

Questo è il titolo di "Montagne 360" di giugno.
A FERMO stiamo raccogliendo dei fondi destinati alla famiglia dello sherpa e guida amico dei nostri soci Massimo "Nerò" e Zuccarini: insieme hanno viaggiato due volte in quella terra meravigliosa, ma ora devastata dal terremoto, rimanendo sempre in contatto.
Recatevi nella nostra sede, in largo Mora, 5 per offrire il vostro atteso contributo. Grazie

sul sito della sezione
www.caifermo.it
Tutte le notizie che ci riguardano
Eventi in sede, escursioni, convegni, foto, ecc.

Hanno collaborato a questo numero
Marco Cognigni, Paolo Galletti, Lorenzo Marinelli, Gino Pierini, Domenico Pistonesi, Ivana Santoni, Massimo Spagnoli, Mauro Testatonda

FERMO, 19 giugno 2015 *Autorizzazione Tribunale di Fermo n. 2/06 del 05-05-2006*