



# DIVERSAMENTE GIOVANI IN MONTAGNA



# CHE COSA PROPONE IL CAI D'ARGENTO DI VERONA?

Ogni giovedì due escursioni

*Una camminata non impegnativa  
(max 400 m. dislivello – 4 h)*

*Una escursione più impegnativa  
(max 800 m. dislivello – 6 h)*



*Monte Baldo e Lessinia dal Plische  
(Gruppo del Carega) - settembre*

*Campo (Brenzona) - ottobre*



# A CHI?

- A tutti quelli che ...
- ... amano la montagna;
- ... amano camminare e fotografare;
- ... hanno la possibilità di andarci il giovedì, senza l'affollamento del week-end;
- ... vogliono andarci in compagnia e sicurezza
- ... preferiscono gite accessibili anche ai meno allenati;

*Per partecipare è sufficiente associarsi al C.A.I. oppure versare la quota giornaliera dell'assicurazione*

*Il Lago di Garda dal Monte Stivo - settembre*



# Escursioni in sicurezza

- Guidate da accompagnatori esperti che conoscono i sentieri in quanto effettuano dei sopralluoghi per verificarne la percorribilità.
- Escursioni “tracciate” nel server della centrale del Soccorso Alpino.
- In caso di incidente (ed eventuale intervento del 118), la spesa è a carico dell'Assicurazione.

*Ranuncoli sul Baldo - maggio*



# Per ammirare il cambio delle stagioni

*Adamello, Presanella, Brenta e la Val d'Adige da Cima Bellalasta (Lessinia)  
novembre*



*Il Monte Baldo dal Corno d'Aquilio - gennaio*

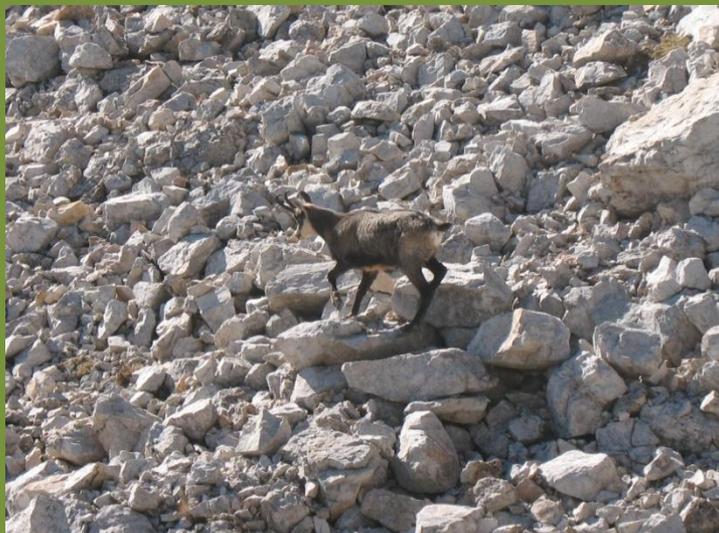
*Il Monte Baldo dal Monte Tomba (Lessinia)  
aprile*



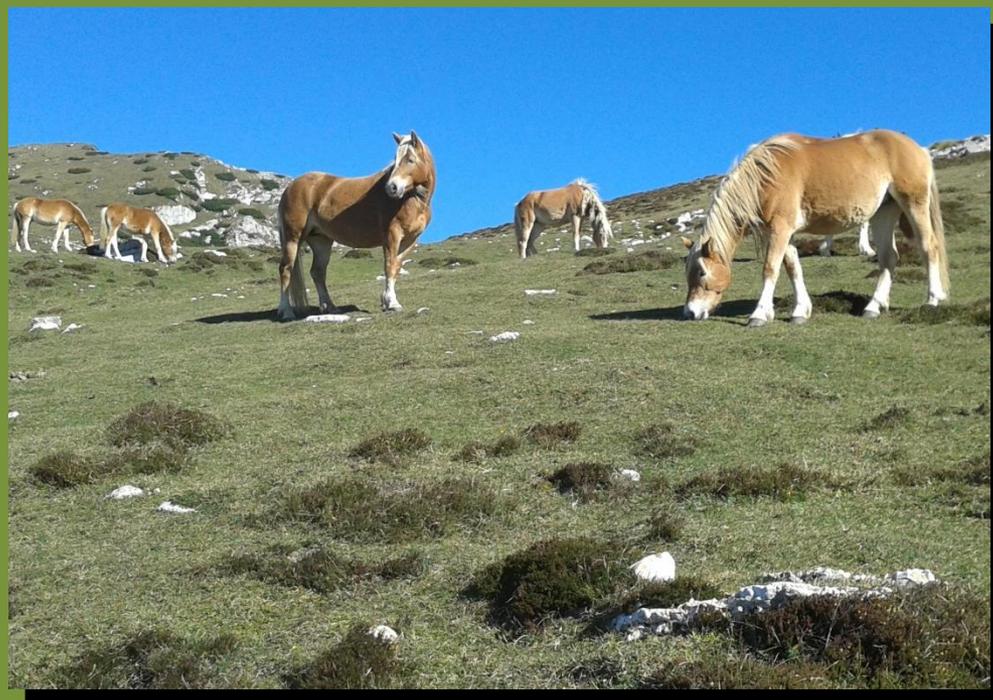
*Il circo glaciale in testa alla Valle delle Nogare  
(Monte Baldo) – in alto il Rifugio Telegrafo  
luglio*



# Per osservare gli animali



*Camosci sotto il Plische  
(Gruppo del Carega) - ottobre*



*Cavalli avelignesi sullo Stivo - ottobre*



# Per riconoscere i fiori

*Gigli martagoni a Malga Moscarda (Lessinia)  
Sullo sfondo il Carega - giugno*



*Gigli rossi nella  
Valle delle Nogare  
(Monte Baldo) - luglio*



*Aquilegie sul Monte Baldo - giugno*



*Peonie a Malga Ortigara (Monte Baldo) - giugno*



*La prima fioritura dopo la neve a Malga  
Folignano di Cima (Lessinia) sullo sfondo  
Il Baldo - aprile*



# Con grande attenzione al rispetto dell'ambiente

**Club Alpino Italiano**  
Verona-Boscochiesanuova-S. Bonifacio-Tregnago-S. PietroIncariano  
e Sottosezioni: C. Battisti - Famiglia Alpinistica - G.A.S.V. - Giovane Montagna - G.E.M. Caprino V.se - Legnago

provincia **verona**  
ASSESSORATO ALLE POLITICHE MONTANE

C.S.A. DI VERONA  
UFFICIO EDUCAZIONE FISICA E SPORTIVA

SIGARETTE CON/SENZA FILTRO <b>1-2 ANNI/3 MESI</b>	GIORNALI FAZZOLETTI DI CARTA <b>3-12 MESI</b>	RESTI DI FRUTTA E VERDURA <b>3-6 MESI</b>	FIAMMIFERI <b>6 MESI</b>
CHEWING-GUM <b>5 ANNI</b>	LATTINA DI ALLUMINIO <b>10-100 ANNI</b>	ACCENDINO IN PLASTICA <b>100 ANNI</b>	PIATTI, BICCHIERI E BOTTIGLIE IN PLASTICA <b>100-1000 ANNI</b>
SACCHETTO IN PLASTICA <b>100-1000 ANNI</b>	POLISTIROLO <b>1000 ANNI</b>	CARD DI PLASTICA <b>1000 ANNI</b>	VETRO <b>4000 ANNI</b>

**LA LUNGA VITA DEI RIFIUTI**

COMMISSIONE REGIONALE DELL'ENTE AUTONOMO PARCO NAZIONALE D'ABRUZZO, LAZIO E MOLISE

Home Page

www.caiverona.it/tam.html

Sezione di Verona dal 1875

Tutela Ambiente Montano

**REFERENTI**

Zoe Bressan	O.T.A.M.S. Resp.le
Lorenzo Costantini	O.N.C.S.

e-mail: tam@caiverona.it

**ESCURSIONI 2015**  
Domenica 19 aprile  
Val di Cembra "Il sentiero dei vecchi mestieri"  
Domenica 10 maggio  
Riserva naturale Po di Volano

**Il CASO Lessinia**

02/07/2014 - [I lupi non vanno spostati](#)  
27/06/2014 - [NO ai mezzi motorizzati sui sentieri](#)

[Nuovo Bidecalogo](#)

[YouTube](#) La Foresta del Cansiglio

Uno degli scopi del Club Alpino Italiano è la conoscenza e lo studio delle montagne, soprattutto quelle italiane, e la difesa del loro ambiente naturale, mettendo in campo iniziative atte a facilitare la difesa dell'ambiente montano in collaborazione con enti, istituti scientifici, organi e associazioni, a tutti i livelli.

**Il sito e le attività della Commissione Ambiente Montano del Cai di Verona**



# Camminate sulle colline, sul Lago e lungo l'Adige

*Parco Adige Sud - ottobre*

*Il Lago dalla Rocca di Garda - febbraio*

*Punta San Vigilio - febbraio*

*Da Soave a Castelcerino - ottobre*



# Escursioni sulle Prealpi



*Il Lago di Garda dal Monte Stivo - ottobre*



*Passo Pertica, Lessinia e Baldo  
dal Plische - settembre*



# Escursioni con ciaspole sui nostri monti

*Il Monte Baldo e il lago dall'Altissimo  
dicembre*



*Il Monte Baldo dal Corno d'Aquilio - gennaio*



# In estate, escursioni in pullman in Dolomiti, Alto Adige e Cadore



*Il Gruppo del Brenta da Malga Campo  
(Pinzolo) - giugno*



*Il Pelmo («Trono di Dio») dalla  
Val Zoldana*



*Cevedale e Gran Zebrù dal Rifugio Martello  
luglio*



*I laghi di San Giuliano, il Mandrone e la Presanella  
giugno*



# In inverno, gite in pullman per ciaspolate sulla neve



*Il lago di Carezza - gennaio*



*La conca di Gardeccia, Catinaccio e Vaolet  
gennaio*



# Soggiorni invernali ed estivi

## In montagna



## Escursioni al mare



# Camminare in montagna fa bene

- Per la nostra salute
  - *Per evitare l'atrofizzazione degli apparati muscolari*
  - *Per favorire la funzionalità degli organi vitali*
  - *...per mantenersi in forma*

Per mantenerci autonomi ...

- *... nella mente;*
- *... nel corpo;*
- *... nelle relazioni e nelle attività quotidiane.*



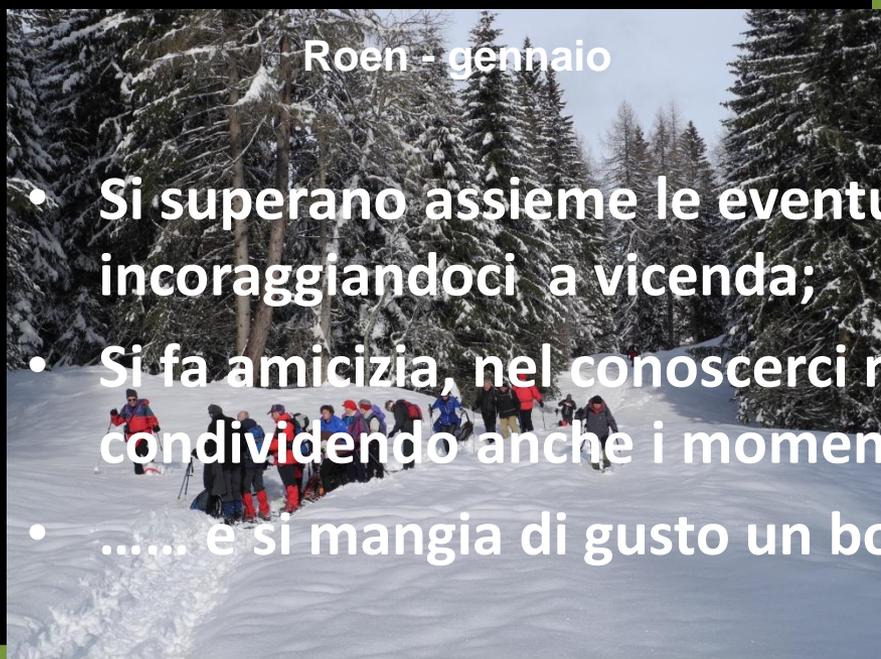
Labirinto del Latemar - agosto



# Andare in montagna in compagnia fa bene al corpo ed allo spirito

Roen - gennaio

- Si superano assieme le eventuali difficoltà aiutandoci ed incoraggiandoci a vicenda;
- Si fa amicizia, nel conoscerci meglio e, perché no, condividendo anche i momenti "critici" della vita
- ..... e si mangia di gusto un boccone



# Per informazioni

Consultare il sito

[www.caiverona.it](http://www.caiverona.it)

Andare o telefonare in sede

CAI Verona

Via Santa Toscana 11

Telefono 0458030555

(martedì 16,30 – 19,00  
dal mercoledì al venerdì 16,30 – 19,00)

The screenshot shows the homepage of the CAI Verona website. The browser address bar displays 'www.caiverona.it'. The page features a left sidebar with navigation links such as 'Contatti', 'Mailing-List', 'Rifugio', 'Segreteria', and 'Comm. Escursionismo'. The main content area includes several news items and announcements:

- Commissione Culturale e Biblioteca**: **I martedì del CAI** (serate culturali) ore 21.00 in Sede CAI Sala Convegni Via Santa Toscana, 11 VERONA.
- Seniores**: **Avviso per i partecipanti al soggiorno "Isola d'Elba"**.
- Scuola Sci Fondo Escursionismo**: Attività 2014-2015 (corsi, gite e soggiorni).
- Soggiorno in Estonia**.
- Soggiorno a Kartitsch**: aperto anche ai non corsisti.
- SANTA MESSA DELLA VIGILIA**: **Mercoledì 24 dicembre 2014 alle ore 20,30**. Chiesa Santa Maria del Paradiso (Via G.Trezza) (inizio messa alle ore 21,00) accompagnata dai canti del Coro Scalligero dell'Alpe (CAI Verona). Conclusa la cerimonia ci si ritroverà in sede per il consueto "dolce e caldo" scambio di auguri.
- Seniores**: **1° progr.** bimestre Nov.-Dic. 2014; **2° progr.** bimestre Nov.-Dic. 2014. **Giovedì 18 dicembre**. Braga-Spiazzi; Brentino-Spiazzi.
- Soggiorni Seniores**: **Soggiorno a Moena** dal 26 al 31 gennaio 2015; **Soggiorno all'isola d'Elba** dal 24 al 31 maggio 2015.
- Soggiorno Parco Nazionale del Gargano**: 1° gruppo dal 13 al 20 giugno 2015; 2° gruppo dal 21 al 28 giugno 2015.
- T.A.M.**: **Lupi sulle Alpi** nasce il sito «LifeWolfAlps».
- Queropalka (Perù)**: **aiutaci a costruire un sogno**.
- Biblioteca**: **Per lavori di ristrutturazione la biblioteca è chiusa**.

