

N. 25 – Giugno 2023



Il Ginepro

Il magazine della Sezione CAI Monterotondo



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

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
PAOLA DEL SERRONE
PAOLO GENTILI
ALDO MANCINI
ROMINA ORICCHIO
GIOVANNI PIERAGOSTINI
DANIELA RIDOLFI
EMIDIO SIMONCELLI
STEFANO PARNAFELLI

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

Comunicazioni istituzionali

06 Assemblea Nazionale dei Delegati del Club Alpino Italiano. BIELLA, 21-22 MAGGIO 2023

Impressioni dei Soci

10 Il sentiero dei Lincei

14 Le strutture recettive in montagna

17 Soratte

21 Gli alberi monumentali della montagna: I Faggi

24 Pensieri in cammino sulla via di Benedetto

26 Incanto ed ebbrezza tra il mare e i monti lattari

31 Attraversando la Majella

34 Le parole del camminare

Le Turistiche CAI

35 Vulci

I Trekking CAI

38 Un trekking da vivere. Via Benedicti

Pillole di CAI

41 Acronimi del CAI

43 Etica ed Ecologia

Oltre il CAI

47 Guardare alla montagna è anche.....

48 Il libro: Grandi storie di Montagna

51 Il film: La morte sospesa

53 Escursionismo e fotografia: Semplici consigli per realizzare una buona composizione fotografica

56 Link utili

57 Prossime Escursioni: Luglio - Agosto

58 Risate in montagna: Un'altra consapevolezza

Copertina: Pieride del Biancospino (*Aporia crataegi*) su Cardo mariano (*Silybum marianum*)
Foto: Paolo Gentili, 2017

Carissime socie e carissimi soci, nell'editoriale dello scorso numero 24 di aprile, vi ho lasciato con questo pensiero:

“La forza del cammino sta nella sua capacità di rendere ogni viaggio unico e irripetibile, i sentieri e i paesaggi cambiano incessantemente, donandoci ogni volta una continua scoperta!”

vorrei riprendere da qui, dal “cammino”, per aggiungervi ancora qualcosa, ad evidenziare l'aspetto della conoscenza e scoperta del mondo esterno, pur non tralasciando quello interiore.

Camminare ha dato all'uomo eretto la possibilità di conoscere il mondo che lo ospitava, fino a quello a lui più lontano. È indubbio che sia un modo fantastico per esplorare e conoscere, perché innanzitutto camminando si possono osservare territori, popoli, monumenti, usi e costumi, e osservando si può anche valutare, misurare, e quindi mappare le informazioni in maniera convenzionale e leggibile, per raccontarle e rappresentarle al meglio. Così succede fin dai tempi più remoti, come nelle prime mappe incise su tavolette di argilla dai Babilonesi già 4000 anni fa, che riportavano strade, mura e confini. Erano già un primo seppure primitivo mezzo per divulgare la conoscenza fin lì acquisita, principalmente dal punto di vista geografico, ma anche da quello politico, poiché i confini, spesso naturali come fiumi o catene montuose, delimitavano aree abitate da popoli di diverse etnie, lingue, usi e costumi. Queste tecniche rudimentali via via si perfezionarono sempre più, e scorrendo velocemente le pagine della storia fino ad arrivare ai Romani, possiamo constatare che soprattutto con le strade di collegamento tra la capitale dell'Impero e le province, riuscirono a portare la loro civiltà a contatto con le genti più lontane e diverse. Così come le mappe, le cartine, e gli strumenti annessi come bussola, cannocchiale, sestante, ma anche strumenti moderni come radio, navigatori, e applicazioni varie, sono nostri compagni fedeli, sempre utili se non indispensabili, per affrontare al meglio ed in sicurezza la nostra escursione.

Camminare, “componente fondamentale”, primaria delle nostre attività escursionistiche e alpinistiche, non è solo percorrere un tragitto da un punto a ad un punto b. Infatti il “Cammino” in quanto tale, come lo definì il Ministero del Turismo nel 2015, istituendo poi nel 2016 “L'anno dei Cammini d'Italia”, è da quest'ultimo considerato un itinerario culturale di particolare rilievo, percorribile a piedi o con altre forme di mobilità dolce sostenibile, e rappresenta una modalità di fruizione del patrimonio naturale e culturale diffuso, nonché un'occasione di valorizzazione degli attrattori naturali e culturali dei territori interessati. La definizione è certamente riferita ai “cammini” veri e propri: come la Via di Francesco, il Cammino dei Briganti, il Cammino di San Benedetto, la Via degli dei, il Sentiero Italia CAI, e mi fermo qui, potrei continuare a lungo tanti ce ne sono. Tuttavia, questo enunciato è condivisibile anche in ambito escursionistico-alpinistico, e significa certamente avventura, esplorazione e continua scoperta del mondo circostante, ma anche di quello che è dentro di noi. È infatti, proprio nel camminare, che oltre alle motivazioni suddette, ne ritroviamo altre di natura più intima e profonda, come quella religiosa. Iniziare un percorso il più delle volte è una maniera per mettersi alla ricerca o alla riscoperta di qualcosa, e molto spesso quel qualcosa la si ritrova dentro di sé, appunto camminando. E quindi, in un mondo frenetico che sempre più corre veloce,

rallentare diventa spesso quasi un'esigenza vitale, per ritrovare un equilibrio interiore, da tempo magari sconvolto e logorato dai ritmi frenetici imposti dalla vita moderna. Camminare insomma, soprattutto in maniera lenta e consapevole, è un potente strumento per *conoscere* il mondo, e se stessi. E frequentando le nostre montagne, pian piano senza accorgercene, diventiamo di fatto anche amici della natura, veri paladini e suoi protettori, osservatori attenti e difensori del suo delicato equilibrio.

Ed il Club Alpino Italiano, che è la più antica e vasta associazione di alpinisti e appassionati di montagna in Italia, da anni esprime la sua vocazione in questo motto: *Frequentare per conoscere, conoscere per amare, amare per tutelare*. In esso si ritrova il trinomio fondante del nostro Sodalizio, enunciato nell'art. 1 dello Statuto. E anche nelle locandine dell'ultima assemblea nazionale dei delegati di Biella del 20 e 21 maggio 2023, era presente un altro trinomio perfettamente sovrapponibile:

CONOSCILA: la montagna merita di essere scoperta. Avvicinala con consapevolezza, studia l'itinerario, immaginati nei suoi grandi spazi.

VIVILA: la montagna è un invito alla passione. È un mondo esigente, che ti chiederà molto e ti darà ancora di più.

RISPETTALA: la montagna è grandiosa e allo stesso tempo fragile. Lasciati guidare dai suoi equilibri e adeguati al ritmo delle stagioni.

Insomma, che sia una semplice passeggiata, un lungo cammino o una impegnativa scalata, l'importante è respirare a pieni polmoni riempiendosi gli occhi con tutto il bello che c'è, per *conoscere, vivere e rispettare* il magico mondo della natura, magari senza aver fretta di arrivare e neanche di tornare.

Paolo Gentili



Assemblea Nazionale dei Delegati del Club Alpino Italiano

BIELLA, 21-22 MAGGIO 2023

Paolo Gentili



Il 21 e 22 maggio 2023 si è svolta a Biella l'annuale Assemblea Nazionale del CAI, che ha visto riuniti con il Presidente generale e il suo direttivo, circa 400 tra Presidenti di sezione e Delegati elettivi delle oltre 500 sezioni e 300 sottosezioni in Italia. La sezione di Monterotondo era rappresentata da me e Guelfo Alesini.

In questa ampia sala convegni, a fianco del tavolo dei relatori, era esposta l'opera dell'artista Daniele Basso "Quintino", realizzata per i 150 anni dalla fondazione della sezione di Biella: un bambino che esplora curioso con il suo cannocchiale le creste delle montagne, magico confine tra cielo e terra. Sulle pareti laterali, erano invece appesi tre

manifesti celebrativi del 160° anniversario del CAI, con 3 parole chiave riguardanti l'ambiente montano, a noi soci piuttosto familiari perché presenti nei principi fondanti del Sodalizio: Conoscila, Vivila, Rispettala.

L'assemblea annuale è un'occasione importante per fare un bilancio, non solo economico, delle principali attività del CAI nell'ultimo anno, e soprattutto per conoscere direzione e modalità operative che si intendono seguire per il nuovo anno a venire. Per questo ne voglio sottoporre ai soci un piccolo resoconto, riportando i fatti più importanti, tra cui la relazione morale del Presidente generale,



Giampaolo Cavalieri Presidente CAI Roma, interviene sul palco per presentare il libro celebrativo dei 150 anni dalla fondazione della sezione di Roma.

COMUNICAZIONI ISTITUZIONALI

utile se non indispensabile come dicevo per essere informati e consapevoli sulla strada, o come si usa dire oggi sulla “mission” intrapresa.

In un’atmosfera molto rilassata, dopo i saluti del Presidente generale Antonio Montani ai numerosi ospiti, sono subito iniziati i lavori con la nomina a Presidente dell’Assemblea nella persona del Presidente del CAI di Biella Andrea Formagnana, a cui è seguita la nomina degli scrutatori, per poi trattare come da agenda, i diversi punti all’ordine del giorno.

Si inizia con l’illustrazione del Bilancio 2022 e della relazione dei Revisori da Parte del neo Direttore Matteo Canali. Poi i saluti del Ministro dell’Ambiente Pichetto Fratin, e di Maurizio Sella Presidente di Banca Sella e discendente di Quintino (fondatore del Club Alpino Italiano), hanno preceduto la presentazione del 101° Congresso Nazionale del Club Alpino Italiano aperto a tutti i soci, che si terrà a Roma il 25-26 novembre 2023. Nel frattempo prendevano il via anche le operazioni di voto, con le relative presentazioni dei candidati, per l’elezione di un Vicepresidente Generale, 4 componenti del collegio Nazionale dei Probiviri e 6 componenti per il Comitato Elettorale. Dopo vari interventi dei delegati e comunicazioni della dirigenza, è stato ricordato il periodo buio durante il secondo conflitto mondiale, dove anche il Club Alpino Italiano o meglio il



Il Presidente generale del CAI Antonio Montani apre i lavori dell’assemblea.

Centro Alpinistico Italiano, come era nominato allora, visse sui propri soci l’emanazione delle Leggi razziali. Oggi il CAI riabilita ed onora i soci ebrei epurati durante il periodo fascista. E a questo riguardo sono intervenuti sul palco Giampaolo Cavalieri (Presidente CAI Roma) e Livia Steve (responsabile del settore giovanile CAI Roma), quest’ultima protagonista di un intenso lavoro di ricerca negli archivi storici della capitale degli anni Trenta. Insieme hanno organizzato nel gennaio di quest’anno a Roma un incontro con la comunità ebraica alla presenza della sua presidente Noemi di Segni, del Presidente generale Antonio Montani, del Presidente regionale Lazio Amedeo Parente e del giornalista scrittore, nonché alpinista, Stefano Ardito. Giampaolo Cavalieri e Livia Steve hanno anche omaggiato le sezioni presenti con il libro celebrativo dei 150 anni dalla fondazione della sezione di Roma, traguardo condiviso quest’anno con la sezione ospitante di

COMUNICAZIONI ISTITUZIONALI

Biella, di Milano e di Bergamo. Quest'ultima ha anche un altro invidiabile primato, quello di avere il presidente di sezione più giovane d'Italia, 27 anni, un segnale importante da cogliere e che sicuramente farà scuola anche nelle altre sezioni. A conclusione il presidente Antonio Montani in nome del Club Alpino Italiano ha annunciato la rimozione dall'albo dei soci onorari il nome di Benito Mussolini (1926): *“I principi fondanti del CAI sono incompatibili con ogni forma di regime totalitario. La recuperata memoria sia ora affidata alle generazioni future”*.

Si è proseguito con la presentazione del gruppo di lavoro Giovani CAI istituito ad inizio 2023, una struttura operativa riservata ai soci dai 16 ai 40 anni, con lo scopo di **incrementare il coinvolgimento di ragazze e ragazzi nelle attività e nella politica del Club Alpino Italiano**. È stato poi illustrato il concorso fotografico “Le donne muovono le montagne”, e ne sono stati premiati i vincitori. A questo punto il Presidente generale e Matteo Della Bordella hanno parlato



Il Presidente Montani con Matteo Della Bordella e alcuni giovani del gruppo CAI Eagle Team.

del progetto “CAI Eagle Team”, un’opportunità di formazione, a fianco dei migliori alpinisti nazionali ed internazionali, che ha visto la candidatura di ben 232 giovani tra i 18 ed i 28 anni per 12 posti, poi estesi a 15 tanto era il valore dei candidati sul campo. Questo progetto della durata di circa 1 anno e mezzo è per il presidente Montani una sorta di nazionale dell’alpinismo, suo obiettivo primario da rilanciare nel CAI. Ed è forse per questo che quest’anno, il prestigioso premio “Paolo Consiglio”, è stato assegnato a pari merito a due cordate, entrambi hanno tracciato una nuova via sul Cerro Torre in Patagonia, dove si erano incontrate per puro caso. La prima era formata da Matteo Della Bordella, David Bacci e Matteo De Zaiacom, la seconda da Tomas Aguilò e Corrado “Korra” Pesce, che come molti sapranno perse la vita proprio in quell’occasione (gennaio 2022) investito da una frana di ghiaccio e roccia. Struggente è stato il racconto del papà di Korra dell’accaduto, e altrettanto commoventi sono state le sue parole di ringraziamento a Della Bordella e Bacci che tentarono l’impossibile salvataggio.

COMUNICAZIONI ISTITUZIONALI



L'intervento del giornalista, scrittore, divulgatore
Marco Albino Ferrari.

Arriviamo quindi all'atteso momento del contributo di Marco Albino Ferrari responsabile delle attività culturali del CAI e Direttore Editoriale, che insieme ad Andrea Greci Direttore Responsabile della nuova "La Rivista" del Club Alpino Italiano, e Pietro Lacasella curatore del sito internet "Lo Scarpone", "avevano" dato vita ad un nuovo corso editoriale e culturale del Sodalizio. Ho usato il termine "avevano" perché poi in queste ultime settimane c'è stato un vero e proprio terremoto editoriale, con dimissioni dei responsabili sopracitati, investiti da una polemica strumentale, pretestuosa, sul tema delle croci di vetta, per presunte dichiarazioni a loro attribuite durante un convegno, semplicemente inesistenti. Un vero peccato e una pesante perdita!

L'intervento dell'economista Cinzia Vallone che ha illustrato aspetti e contenuti del Bilancio Sociale, con anche evidenza degli aspetti più significativi per l'adesione ad ETS (ente del terzo settore), introduce la relazione morale del Presidente Montani, di cui riporto solo alcuni significativi passaggi, e la cui approvazione da parte dell'assemblea è stata unanime!

Il presidente prima di relazionare le attività svolte nel suo primo anno di presidenza non può però far a meno di citare i fatti incresciosi della precedente assemblea di Bormio dello scorso anno. Per chi non sa o ricorda, la sua elezione fu "disturbata" dalle dimissioni in diretta di due vicepresidenti, in aperta contestazione con la sua figura di futuro Presidente. Montani si scusa con la platea, ma non poteva certo prevedere una tale congiuntura, e anzi ritiene che l'intero staff dirigenziale di allora non sia stato all'altezza della situazione. Ricorda che a causa di quell'evento, il CAI ha rischiato il commissariamento, e che per questo ringrazia ancora l'allora Ministro del Turismo Massimo Garavaglia, per la fiducia accordata a lui e al nuovo direttivo. Evidenzia poi, che anche grazie al cospicuo stanziamento statale ricevuto proprio dal MITUR lo scorso anno (5.000.000 di euro) per le politiche della Montagna, si è potuto dar vita a diversi bandi di cui hanno usufruito le sezioni per supportare le numerose attività e progetti, dalla sentieristica, alla formazione, alla manutenzione di rifugi e bivacchi, e altri. Ha sottolineato in quel frangente con orgoglio, il nuovo corso editoriale culturale, a rafforzare sempre più la cultura diffusa della montagna. Ha ricordato la grande attività anche nei palinsesti televisivi, la trasmissione "Sentieri" che il sabato mattina in onda sulla RAI ha superato ampiamente Fininvest. Ha rivendicato il rilancio dell'alpinismo in seno al CAI, ponendo al centro di tutto l'importanza della formazione. Ha già iniziato un percorso con la F.A.S.I. (Federazione Arrampicata Sportiva Italiana) per recuperare il tempo perduto, e le opportunità non colte per le scelte passate. Ha anche lui posto l'accento sull'elezione del giovane Presidente della sezione di Bergamo, e dell'importante segnale che porta con essa. Ha elencato varie collaborazioni europee ed extraeuropee, in Kosovo e Pakistan. Ha rivendicato il ritorno all'interno dell'U.I.A.A. (Unione Internazionale delle Associazioni Alpinistiche), alla quale ha chiesto di lavorare insieme alla sentieristica e cartografia. Ha evidenziato che il 101° Congresso che si terrà a Roma il 25 e 26 novembre 2023, è aperto a tutti i soci, a differenza dell'Assemblea dei Delegati, per ascoltare tutte le voci, ed insieme parlare alla politica.

Al termine dei lavori, il gruppo regionale CAI UMBRIA ci dà appuntamento per la prossima Assemblea dei Delegati il 25 e 26 maggio 2024 ad Assisi.

Il Sentiero dei Lincei

Fausto Borsato



Immagine della lince dipinta sul basamento della Croce di Monte Gennaro

Chi volesse salire alla vetta di Monte Gennaro partendo dalla fine della strada che sale da San Polo dei Cavalieri incontra in molti punti, dipinta sulle rocce, la sagoma rossa di un felino. Sembra un gatto, un gatto con le orecchie un po' lunghe.

Non è naturalmente un gatto, ma una lince.

L'animale, ancora presente spontaneamente nelle Alpi fino alla prima metà del secolo scorso, da tempo immemorabile è scomparso dalla penisola, anche se, data la sua assoluta elusività, qualche zoologo ipotizza la sua presenza nei monti dell'Appennino centrale e meridionale, del resto mai provata, in tempi più recenti. Gli stessi termini 'gattopardo', 'lupo cerviero', 'Colleparado' farebbero riferimento alla presenza di questo animale tra i monti dell'Italia centrale. La realtà attesta che, mentre vari nuclei sopravvivevano nelle Alpi e altrove in Europa, nella parte

IMPRESSIONI DEI SOCI

peninsulare le ultime prove oggettive della sua presenza risalgono all'età del bronzo (circa 2500 anni prima di Cristo).

Che significato ha allora indicare un sentiero con la sagoma della lince?

Il felino nell'antichità era considerato dotato di una vista acutissima. Cosa vera solo in parte, in quanto ha sì una vista acuta come tutti i felini, ma non così eccezionale.

Ancora oggi è in uso il detto "avere l'occhio di lince", riferito a chi ha una buona vista unita ad una altrettanto viva intelligenza.

La storia è lunga e risale al XVI secolo e incrocia più tardi la storia del Club Alpino Italiano.

La trattazione avverrà, come facilmente intuibile, per cenni storici senza approfondimenti, per i quali rimandiamo alla letteratura specifica che indicheremo in calce.

Federico Cesi era un rampollo della nobile famiglia Cesi, duchi di Acquasparta, proprietari pure del feudo di San Polo dei Cavalieri.

Fin da giovane manifestò interesse per le scienze, ma solo un caso fortuito gli fece incontrare il giovane medico olandese van Heeck - il giovane olandese era accusato dell'omicidio di un farmacista avversario e doveva essere giudicato dal padre di Federico, titolare del feudo - con il quale fondò l'Accademia dei Lincei (1603).

Dobbiamo ricordare che siamo nel periodo della Controriforma dopo il Concilio di Trento, ed erano visti con sospetto studi che non fossero completamente allineati all'ortodossia imposta dalla Chiesa Cattolica.

Per ricordare qualche illustre esempio cito Giordano Bruno, che era stato messo al rogo qualche anno prima, nel 1600, così come Tommaso Campanella, che sognando una società comunistica, scontava il carcere in quel di Napoli.

I primi Lincei erano molto giovani, molto curiosi, molto aperti a tutte le scienze moderne. Erano ragazzi un po' scapestrati ma spinti dalla voglia di approfondire qualsiasi branca del sapere.

I loro interessi spaziavano dall'astrologia (astrologia e astronomia era sinonimi in quel periodo), alla matematica, alla botanica e zoologia.

I Cesi erano anche proprietari, come detto, del Castello di San Polo dei Cavalieri, che avevano acquistato dagli Orsini nel 1558 e dove i giovani rampolli della casata trascorrevano i periodi estivi. Questo fu la prima sede dell'Accademia dei Lincei.

Ed è da qui che Federico, assieme agli amici Stelluti, De Filiis e van Heeck partiva verso il Monte Gennaro, alla ricerca di piante e animali presenti negli ampi pianori carsici degli attuali Monti Lucretili, in particolare al "Pratone" chiamato da loro "Anfiteatro linceo".



Federico Cesi

IMPRESSIONI DEI SOCI

L'art. 1 dello Statuto dell'Accademia recita: *“Essa ha lo scopo di promuovere, coordinare, integrare e diffondere le conoscenze scientifiche nelle loro più elevate espressioni nel quadro dell'unità e universalità della cultura...”*.

La conoscenza attraverso l'osservazione e la sperimentazione erano lo scopo di questi studiosi.

Lo stesso Federico Cesi scrive in un suo trattato: *“E' necessario ben leggere questo grande, veridico et universal libro del mondo; è necessario dunque visitar le parti di esso et esercitarsi nello osservare et sperimentare per fondar in questi due buoni mezzi un'acuta e profonda contemplazione...”*.

I fondatori dell'Accademia accolsero presto (1611) tra le loro fila Galileo Galilei le cui tesi, in contrasto con la dottrina cristiana, fecero sorgere notevoli problemi con la Chiesa.

Da Galileo essi appresero l'uso degli strumenti ottici da lui perfezionati: il telescopio e il microscopio, ausili indispensabili per indagare profondamente la natura.



Il Pratone di Monte Gennaro

Alla morte del Cesi però la sua istituzione perse di entusiasmo e di iniziativa. Solo nell'800 il papa Pio IX si ricollegò ai Lincei fondando la *Pontificia Accademia dei Nuovi Lincei*.

Dopo l'unità d'Italia, Quintino Sella, come a tutti noto, fonda nel 1863 il Club Alpino Italiano, e dopo la presa di Roma del 1870, diventa presidente dell'Accademia dei Lincei dando nuovo impulso all'Istituzione. Oltre a ribadire la laicità dell'Accademia, inserisce tra le materie di pertinenza dei Lincei, in aggiunta alla fisica, alla matematica e alle scienze naturali, anche le materie chiamate “moralì” quali la storia, l'archeologia, la filosofia, il diritto.

A questa illustre Istituzione, aperta a scienziati sia italiani che stranieri, parteciperanno personaggi del calibro di Pacinotti, Fermi, Pasteur, Einstein.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Uno degli ultimi presidenti sarà anche il fisico Giorgio Parisi, futuro premio Nobel per la fisica.

Queste poche righe servono per incuriosire e invitare ad approfondire l'argomento. Se camminando incontriamo la nostra linca dipinta, possiamo andare col pensiero ai secoli di desiderio di conoscenza, di studi, di scoperte che sono a monte di quella immagine. O se solamente andiamo col pensiero a ciò che ci pare ormai assodato sulla natura del suolo, degli animali e delle piante, non possiamo dimenticare coloro che hanno dedicato la vita a chiedersi e a dare risposte. Quante sono state le ore passate a cercare, quante lotte per ribadire delle convinzioni in odore di eresia col pericolo di finire sul rogo!

Anche questo serve all'escursionista che non vede solo la terra dove posa il suo piede ma cerca di camminare immerso nell'ambiente, nella sua storia e con esso nella conoscenza.

<https://www.lincai.it/it>

<https://www.treccani.it/enciclopedia/cesi-federico-detto-il-linceo>

<https://www.castellosanpolo.it/storia/>

<https://www.arborsapientiae.com/libro/3469/i-monti-della-lince.html>

<http://www.lincai-celebrazioni.it/igalilei.html>

<https://www.museogalileo.it/it/biblioteca-e-istituto-di-ricerca/biblioteca-digitale/collezioni-tematiche/742-accademia-dei-lincai.html>

LA STRUTTURA RECETTIVA IN MONTAGNA

Paola Del Serrone

Per il CAI la struttura recettiva che si può trovare in montagna alle diverse altitudini rappresenta “..... la casa del Socio aperta a tutti i frequentatori della Montagna, nata per dare rifugio agli alpinisti che nel tempo si è trasformata in porta di accesso alle montagne; punto di partenza e arrivo di impegnative salite ma anche di facili escursioni.”

Si distinguono diversi tipi di strutture recettive:

il **Rifugio**: “un presidio di ospitalità in quota sobrio, essenziale e sostenibile, presidio culturale e del territorio, centro di attività divulgative, formative, educative e di apprendimento propedeutiche alla conoscenza e alla corretta frequentazione della Montagna.

Non è un albergo ma un laboratorio del “fare montagna” che sa contenere insieme etica dell’alpinismo, socialità, accoglienza, alta performance in ambiente, turismo consapevole, rispetto e tutela del Paesaggio montano”. Regolamentata come dal Titolo 2 del Regolamento Strutture Ricettive del Club Alpino Italiano.

Nel Regolamento sono riportate anche le categorie dei rifugi, identificate da una lettera (A, B, C, D, E) che si basano principalmente su due parametri: la facilità di raggiungimento del rifugio da parte di un escursionista e le modalità di rifornimento.

“A: rifugi raggiungibili dalla clientela con auto privata o con massimo 10 minuti a piedi dal parcheggio. Sono incluse anche situazioni dove il cliente raggiunge il rifugio (o le immediate vicinanze) pagando un ticket.

B: rifugi raggiungibili con impianto a fune, o nelle strette vicinanze (entro i 10 minuti a piedi dall’arrivo dell’impianto).

C, D, E: Il parametro di facilità di raggiungimento sono le ore di cammino da tabella CAI. Per



Rifugio dell’Alpetto

quanto riguarda il mezzo di trasporto dei rifornimenti/attrezzature, si assume che il costo in elicottero è il più elevato mentre la teleferica ha un costo una tantum ed ammortizzabile su più anni. Si assume che un rifugio rifornito in elicottero, deve essere almeno in classe D o superiore. Si assume che un rifugio per essere in classe E deve essere sempre a più di 4 ore di cammino.” Come da tabella riportata nel regolamento.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Per quanto riguarda il mezzo di trasporto dei rifornimenti/attrezzature, si assume che il costo in elicottero è il più elevato mentre la teleferica ha un costo un tantum ed ammortizzabile su più anni.

Il primo rifugio ufficiale del CAI (anno 1866) è l'Alpetto, il vero riferimento per gli alpinisti che alla fine del secolo scorso si avventuravano verso la scalata del Re di Pietra, il Monviso, situato a quota 2.268 m in Località Lago dell'Alpetto, vallone di Oncino, di proprietà del CAI sez. di Cavour e Comune di Oncino.

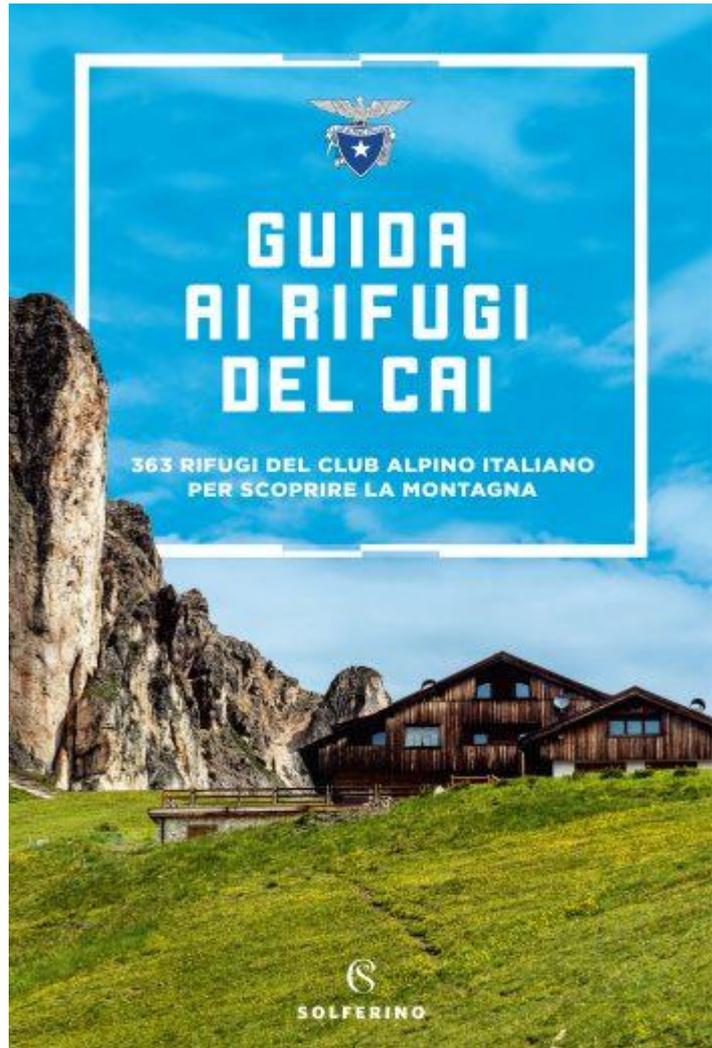
Il Punto d'Appoggio: " ...è una struttura fissa generalmente ricavata con modesti interventi di restauro e recupero di esistenti edifici tipici del paesaggio alpicolturale quali casere, baite, malghe e stazzi non più utilizzate, purché agibili, al fine di salvaguardare un aspetto del paesaggio tradizionale della montagna; è dotato di servizi minimi utili al ricovero di emergenza; è dotato di materiale di pronto-soccorso; ha vincolo di non redditività; è aperto in permanenza; espone il divieto di introduzione di animali domestici."

La Capanna Sociale: " ... struttura facente funzione di sede sociale in quota; è dotata di servizi utili all'attività sociale, culturale ed escursionistica; è dotata di materiale di pronto-soccorso; è in disponibilità esclusiva della Sezione proprietaria o affidataria, che può concederla per il soggiorno di sezioni o per incontri inter-sezionali; non eroga servizi verso soggetti terzi al sodalizio e dunque non è soggetta all'applicazione del Tariffario."

Il Bivacco: " ...è un manufatto tecnico di modeste dimensioni con capienza normalmente non inferiore a 6 posti e non superiore ai 12 posti, finalizzato alle pratiche alpinistiche, generalmente ubicato nelle zone più elevate delle catene montuose, frequentate per alpinismo classico, quali basi prossime agli attacchi delle vie di salita o lungo percorsi alpinistici di quota; è dotato di servizi minimi utili al ricovero di emergenza; è dotato di materiale di pronto-soccorso; ha vincolo di non redditività; è aperto in permanenza; espone il divieto di introduzione di animali; è mantenuto in efficienza, ovvero sostituito secondo i criteri dell'allegato 4. "Linee Guida per la Sostituzione di bivacchi fissi", approvate dal CC su proposta dell'OTCO Rifugi Opere Alpine (vedi allegato 3). Questi ultimi regolamentati come dal Titolo 3 del Regolamento di cui sopra.

Nel database "Unico rifugi 2.0", si possono consultare tutte le schede relative alle 722 strutture di proprietà del CAI centrale e delle Sezioni. Di questi 310 sono rifugi custoditi, 65 sono incustoditi, 247 i bivacchi, 88 le capanne sociali, 10 i punti d'appoggio, uno i ricoveri di emergenza.

Altre strutture recettive che si incontrano sulle catene montuose alpine sono gli Ospizi che raccontano una lunga storia di ospitalità. L'ospizio, fedele alla radice latina della parola hospes,



IMPRESSIONI DEI SOCI

ospite, era un edificio voluto per dare alloggio (“ospitare”) forestieri e pellegrini, mettendoli al riparo da lupi e briganti, o quanto meno dal freddo e dalla fame. Nel Medioevo, un gran numero di “domus hospitales” si sviluppò lungo gli ardui percorsi che collegavano i due versanti della catena alpina.

Gli ospizi del Gran San Bernardo, del Sempione, del Gottardo sono rimasti, a causa dei trafori stradali e ferroviari, isolati in cima a passi ormai percorsi solo dai pochi che non hanno fretta. In realtà, però, dal Piemonte al Friuli, dalla Svizzera all’Austria, sulle vette e nelle valli, piccoli come rifugi alpini o grandi come abbazie, gli ospizi sorti nel Medioevo erano centinaia, e con una caratteristica che oggi verrebbe apprezzata dai tanti che percorrono il Cammino di Santiago o la Via Francigena: chi vi si fermava a dormire e a mangiare non pagava un soldo. Sant’Agostino, del resto, lo aveva ben raccomandato: “Praticate l’ospitalità, attraverso la quale si giunge a Dio. Accogli l’ospite del quale tu sei compagno di strada, dal momento che siamo tutti pellegrini”. E san Benedetto non era da meno: “Tutti gli ospiti che giungono in monastero siano ricevuti come Cristo”. grande “padrino” della diffusione degli hospitia sull’arco alpino sarebbe stato niente meno che Carlo Magno, mosso tanto da ragioni religiose quanto politiche: a lui la leggenda ha attribuito la fondazione di parecchi monasteri alpini, fra cui San Pietro al passo dell’Aprica e soprattutto l’abbazia benedettina nella svizzera Val Müstair o Val Monastero, dove il re franco transitò, diretto a Roma per essere incoronato. L’ex abbazia, sorta in posizione strategica fra Engadina, Val Venosta e Valtellina, conserva straordinari affreschi carolingi del IX secolo (fra cui una delle prime rappresentazioni di Giudizio universale) che gli hanno valso l’inserimento nel Patrimonio Unesco.

Touring Club Italiano, [Gli ospizi delle Alpi, una lunga storia di ospitalità](#), su *Touring Club Italiano*. URL consultato il 25 maggio 2022.

[Passi, ospizi e pellegrini: accoglienza e ospitalità sulle Alpi](#), su *Monastica Novaliciensia Sancti Benedicti*, 22 maggio 2022. URL consultato il 25 maggio 2022.

[Il rifugio alpino: cenni storici](#), su *www.regione.piemonte.it*. URL consultato il 25 maggio 2022.

[Il Ricovero dell’Alpetto](#), su *www.regione.piemonte.it*. URL consultato il 25 maggio 2022.

[Gran Sasso, festa per il Garibaldi: è il rifugio più antico d’Italia](#), su *ilmessaggero.it*. URL consultato il 19 agosto 2021.

SORATTE

Fausto Borsato

Seguendo il dettato del primo articolo dello statuto del Cai e nello spirito di voler conoscere sempre di più i luoghi che frequentiamo nel nostro peregrinare, continuando quanto avevamo promesso di fare nel numero precedente descrivendo per cenni la Sabina, vogliamo proporvi ora qualche spunto di ricerca sul Soratte, che rientra nel territorio di competenza della nostra Sezione e che ci vede impegnati qualche volta nel condividere le escursioni anche con chi ha difficoltà a camminare.



Il Monte Soratte

Già dalla campagna romana e in particolare da Monterotondo, volgendo lo sguardo verso nord, è ben visibile l'evidente sagoma di una montagna che si staglia sola all'orizzonte. È uno scoglio di calcare tra i più antichi del Centro Italia. Già milioni di anni prima che sorgesse l'Appennino, la montagna di calcare era sorta dal mare (circa 200 milioni di anni fa), formata da innumerevoli cristalli di carbonato di calcio frammisti a residui di materiale dovuto alla decadenza dei gusci di animali marini come gasteropodi, echinodermi, radiolari, lamellibranchi etc.

Per milioni di anni, dal mare poco profondo a est della zona di Roma, si alzava, con direzione NO-SE, la 'dorsale tiberina' formata appunto dall'elevazione dell'attuale Monte Soratte e dai Monti Cornicolani, identificati attualmente da Poggio Cesi e dai colli vicini, sormontati ora dagli abitati di S. Angelo Romano e Montecelio. Tutto il resto era coperto dall'acqua. Ma circa 600.000 anni fa iniziò la sua attività il Vulcano Sabatino. Inizialmente ci furono esplosioni violente e nei secoli successivi l'apparato vulcanico eruttò vari tipi di magma caratterizzando i tufi di Sacrofano e delle zone circostanti.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Circa 300.000 anni fa la camera magmatica fu raggiunta dall'acqua e produsse la distruzione della parte sommitale del vulcano con lo sprofondamento della caldera. In quella stessa depressione sorge ora l'abitato di Sacrofano.

Ma ciò che interessa al fine del nostro racconto è che i materiali così esplosi dai vulcani attivi in quel periodo nella zona laziale (non solo il Sabatino ma anche l'Apparato Laziale, il vulcano Vulsino, il Cimino ed altri) si depositarono alle pendici del Monte Soratte, ricoprendo in molte parti il calcare originario, determinando una flora e conseguente fauna particolari.

Dalla sua nascita e sviluppo geologico possiamo comprendere perché l'isolata montagna sia corrosa al suo interno, dando origine a grotte, doline, inghiottitoi. Gli stessi sentieri che la percorrono richiedono attenzione nel superare rocce appuntite, levigate dal tempo e dai fenomeni naturali.

Ma lasciamo la formazione geologica per giungere in epoca preistorica a ritrovare, attorno alla nostra montagna, popolazioni che vedevano nei luoghi elevati una sacralità da venerare. Nulla vieta di pensare che anche sul Soratte, nelle sue cavità e sulle sue creste, fossero presenti luoghi di culto molto frequentati. Ne è un esempio la statuetta di ceramica, ritrovata di recente sempre in Sabina a Poggio Nativo, in particolare nella grotta di Battifratta, che risale a circa 7000 anni fa, in pieno periodo Neolitico. Si deduce quindi, che nei pressi della valle del Tevere vivevano popolazioni che erano diventate stanziali, dedite quindi all'allevamento e alla agricoltura e fabbricavano oggetti di ceramica anche a scopo culturale.

Siamo a Nord di Roma e le popolazioni degli Etruschi, dei Falisci, dei Capenati e dei Sabini, nell'età del Bronzo, riconobbero l'isolato Monte come sede di divinità di volta in volta benefiche o riottose.

Lo stesso Plinio racconta come il dio Soranus fosse venerato sul Mons Sorax dalle famiglie degli Hirpi Sorani ("Lupi di Soranus") che, durante le cerimonie in onore del dio, camminavano sui carboni accesi.

A questo proposito, si legga l'interessante libro (*Ombre pagane* ed. MonteCovello) del nostro concittadino e amico Franco Mieli, che descrive, all'interno di una assolutamente fantastica, misteriosa ed inquietante vicenda, i riti legati al culto del dio sul Monte Soratte.



San Silvestro

IMPRESSIONI DEI SOCI

I Romani conquistarono nel 396 a.C. la città di Veio e “romanizzarono” il territorio. Nel 241 a.C. distrussero definitivamente anche Falerii Veteres e fondarono Falerii Novi nei pressi dell’attuale Civita Castellana. Conseguentemente la campagna e lo stesso monte Soratte furono colonizzati da ville rustiche di cui qualche resto ancora compare nelle vicinanze di S. Oreste.

Al dio Soranus, identificato ora con Apollo, venne dedicato un tempio sulla sommità del Monte.

Con l’avvento del Cristianesimo i luoghi di culto pagani furono abbandonati o riconvertiti in chiese, abbazie etc.

Il tempio di Apollo di cui si è parlato, è diventata una chiesa dedicata a San Silvestro, papa ai tempi di Costantino.

La leggenda racconta come Silvestro vi si rifugiò per fuggire alle persecuzioni dello stesso Costantino. Qualche secolo più tardi l’edificio sacro fu distrutto dai Longobardi e ricostruito da Carlomanno, figlio di Carlo Martello e fratello di Pipino il Breve nonché zio di Carlomagno, che rinunciò al regno ritirandosi nell’eremo, appena riedificato, come monaco.

Salendo alla sommità, con uno dei numerosi itinerari che vi conducono, oltre a varie cappelle votive, testimoni della continuata frequentazione sacra dei luoghi, siamo immersi in una vegetazione di tipo prettamente mediterraneo.

Tra gli alberi è frequentissimo il leccio (*Quercus ilex*) assieme al carpino (*Ostrya carpinifolia*) e all’orniello (*Fraxinus ornus*). Lungo i sentieri più scoscesi ci si deve fare strada tra rocce appuntite e arbusti di fillirea (*Phyllirea latifolia*), di acero minore (*Acer monspessolanum*) e terebinto (*Pistacia terebinthus*). In qualche tratto libero dalla vegetazione arborea, su suolo ghiaioso, spiccano le piante dell’elicriso (*Helichrysum italicum*), pianta dall’intenso profumo che assomiglia alla liquirizia.

Segnalo qui una bellissima pubblicazione a cura della Città metropolitana di Roma Capitale, autori Francesca Marini e Corrado Battisti, intitolata “Gli uccelli nidificanti nella Riserva Naturale di Monte Soratte”. L’opera, oltre ad una ricca prefazione di informazioni relative alla geologia, alla



Illustrazione dell’estensione del bunker

flora e fauna della riserva, compila una ricchissima check-list sulla distribuzione locale e sullo stato di conservazione della fauna ornitologica presumibilmente nidificante nella Riserva. L’opera, per chi è interessato, è reperibile presso la sede della Riserva a Sant’Oreste, in piazza dei Cavalieri Caccia 9. Tra le presenze poco osservabili se non nelle ore crepuscolari o

notturne, ci sono i Pipistrelli. Secondo alcune rilevazioni fatte negli anni passati sono addirittura 14 le specie di pipistrelli di cui si è captato il segnale ultrasonico. Naturalmente alcune specie

IMPRESSIONI DEI SOCI

sono più presenti di altre, favorite certamente dal territorio ricco di cavità e grotte, ma anche per l'ingombrante - dal punto di vista del volume delle cavità scavate - presenza delle immense gallerie del "Bunker del Monte Soratte".

La storia di questo labirinto è affascinante e rimando, per una conoscenza più approfondita, alle visite proposte dalla cooperativa "Associazione bunker Soratte" (tel. 3803838102, mail: prenotazioni@bunkersoratte.it).



E, per concludere, ricordo che l'ampia rete sentieristica è curata oltre che dal personale della Riserva anche dal CAI di Monterotondo, al quale è possibile rivolgersi per informazioni e suggerimenti.

Come ricordato nell'incipit, il principale sentiero che sale al Monte -sentieri Cai 201+205- è stato certificato come adatto al passaggio di una joelette (carrozzina monoruota per il trasporto di un disabile non deambulante) e identificato con la sigla LH32. Per chi non ha la possibilità di salire autonomamente e guardare dall'alto la campagna romana e il territorio circostante, è una modalità unica per una grande soddisfazione.

GLI ALBERI MONUMENTALI DELLA MONTAGNA: I FAGGI

Paola Del Serrone

decorazione del giardino, come la notissima *purpurea*, a foglie rosso chiaro in primavera e bellissime tonalità autunnali:

F. purpurea pendula a rami ricadenti.

F. grandifolia o «faggio americano», alta sino a 24 m, ha foglie ovali.

F. japonica o «faggio giapponese», alta circa 20 m, ha foglie ovali o ovali arrotondate color verde sfumato in azzurro.

F. orientalis, alta circa 30 m, con chioma piramidale, ha foglie ovali arrotondate.

Queste specie sono suscettibili a malattie quali:

- **mal del colletto:** colpisce le piantine giovani e si manifesta nei mesi estivi con una diffusa *clorosi* (mancanza di ferro) delle foglie, alla quale fa seguito il completo disseccamento della pianta. Si combatte estirpando e distruggendo gli esemplari colpiti;
- **marciume radicale:** si manifesta generalmente in esemplari coltivati in terreni umidi e compatti. La malattia attacca le radici, che si ricoprono di uno strato più o meno spesso di muffa, con conseguente ingiallimento della chioma, caduta prematura delle foglie, disseccamento dei rami. Occorre intervenire ai primi sintomi distruggendo le piante colpite se sono ancora in giovane età, e spargendo sul terreno solfato di ferro, nella dose di mezzo kg per metro quadro. Se invece l'albero è ormai molto sviluppato si può cercare di guarirlo somministrando ogni settimana un secchio d'acqua in cui siano stati sciolti 10 g di solfato di ferro ogni litro;
- **mal del rotondo:** infezione che attacca il legno della pianta e consiste in placche bruno scuro a bordi biancastri che appaiono sul tronco e sulle radici. Si cura mettendo a nudo le radici colpite e, se è possibile, eliminando le parti più intaccate. Il fusto e le radici che non possono essere tagliati debbono essere lavati ripetutamente con una soluzione d'acqua e solfato di ferro (gr 10 per litro d'acqua). È anche opportuno intervenire con annaffiature quindicinali,

Insieme al castagno e alla quercia, il faggio (*Fagus sylvatica*) è il più importante albero della famiglia botanica delle *Fagacee*.

In Italia il genere è rappresentato dall'unica specie *Fagus sylvatica* L. diffusa sulle Alpi e sugli Appennini, dove forma boschi puri (faggete) o misti (di solito con *Abies alba* Mill. o *Picea abies* Karst.), nelle stazioni oltre i 500 m sulle Alpi e oltre i 900 m s.l.m. sugli Appennini.

F. sylvatica o «faggio comune», può essere alto anche 30-40 m con fusto del diametro di 2 m. Di questa specie esistono numerose e interessanti varietà, fra cui alcune adatte alla

IMPRESSIONI DEI SOCI

sempre a base di solfato di ferro, nelle dosi di un secchio d'acqua con l'aggiunta di 4 gr di solfato di ferro per ogni litro d'acqua.



Fagus orientalis purpurea, specie ornamentale

Il faggio vive e prospera in quasi tutta l'Europa, arrivando verso oriente fino ai monti del Caucaso.

Cresce bene tra i 700 e i 1.600-2.000 m d'altitudine ma si trova anche in pianura, purché il terreno sia umido e ci sia ombra e vento. L'impollinazione in questa pianta infatti è detta *anemofila* in quanto sono le folate di vento a trasportare il polline da un albero all'altro.

Nel nostro paese il faggio forma dei boschi – le faggete – che troviamo sulle Alpi, sugli Appennini, sulle pendici dell'Etna. Si trova spesso associato all'abete.

Le sue foglie, che cadono in autunno, sono verde scuro e lucide superiormente,

più pallide e con 5÷8 spesse nervature pelose al di sotto. I fiori sono separati: quelli maschili formano ciuffetti di *amenti*, infiorescenze a spiga formate solo da stami, mentre i fiori femminili, posti alla base delle foglie, sono circondati da un rivestimento che, maturando, diventa legnoso e spinoso. Al suo interno si

sviluppa la *faggiola*, un frutto che ricorda la noce. Quando cade a terra, la faggiola germina subito per cui, andando per i boschi in autunno, alla base degli alberi si possono notare numerose piantine di faggi neonati.

Il faggio, oltre a essere un albero maestoso, dall'ampia e fitta chioma, è anche molto utile. Il suo legno, di ottima qualità e dai riflessi rosati, viene usato per fare mobili, liste per il *parquet*, remi e costruzioni navali, nonché un tipo di carta pregiata. Dalle faggioline si ricava un olio commestibile, mentre dal legno si estrae una sostanza scura e catramosa, la pece di faggio, usata per curare alcune malattie della pelle.

In silvicoltura il faggio è considerato pianta pregiata e di solito è coltivato a *bosco ceduo*. Il bosco ceduo è quello in cui gli alberi sono fatti crescere fino ad altezza media e tagliati periodicamente. La riproduzione avviene poi tramite *polloni*, nuovi germogli rigogliosi che la pianta getta fuori dalla sua base.

La coltura a ceduo serve per ottenere legna da ardere e carbone; se invece le faggete sono governate a *fustaia*, gli alberi vengono lasciati crescere a grande altezza e poi tagliati, ma in tal caso il legno serve per essere lavorato.

Vengono chiamati *patriarchi verdi* gli alberi monumentali che raggiungono età e dimensioni eccezionali. Per quelli italiani esiste un elenco realizzato dal Corpo forestale dello Stato, che ne ha fatto un censimento nel 1982 dividendoli regione per regione.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Il faggio si trova sempre in tali elenchi: in Irpinia ne esiste un esemplare di oltre 6 m di diametro, nel Lazio un altro che raggiunge il diametro di 4,6 m e i 35 m d'altezza, in Calabria, nel Pollino, un altro ancora arriva a 45 m!

Dell'importanza del faggio parla anche il naturalista latino Plinio che racconta come, nel bosco sacro che circondava il tempio di Diana sui colli Albani, esistesse un faggio che il sacerdote, custode del tempio, venerava quasi fosse la personificazione della dea di cui egli era lo sposo. Lo baciava, l'abbracciava, dormiva sotto la sua ombra e gli versava vino sul tronco come a una vera moglie.

D'altra parte, non solo in Italia, ma anche nell'antica India e in Oriente, esisteva il costume di celebrare le nozze tra uomini o donne e alberi, segno del rispetto sacro di cui queste meraviglie della natura sono state sempre circondate.

Il 24 luglio si omaggeranno i maestosi faggi di Pus, a Pian Longhi, un incontro con alcuni giganti arborei montani, presso i ruderi di vecchie casere, porterà il visitatore a ricordare la frugale vita e le passate attività dei nostri montanari. La presenza di un roccolo testimonia invece la pratica antica dell'uccellazione, che costituiva un'integrazione del modesto reddito pastorale. Il percorso si concluderà con la vista di una incantevole macchia di betulle, le eleganti "signorine" del bosco.



Faggio monumentale

PENSIERI IN CAMMINO SULLA VIA DI BENEDETTO

QUI DI SEGUITO L'ESPERIENZA DI EMIDIO, UNO DEI PARTECIPANTI

Emidio Simoncelli

È stato il primo cammino che ho intrapreso spinto dalla voglia di provare un'esperienza nuova, per l'impegno fisico necessario e per la condivisione del vissuto con altre persone.

Non conoscevo i partecipanti tranne Loredana ed Orietta che avevo incontrato in una precedente escursione, i miei compagni si conoscevano tra di loro ed avevano affrontato altre esperienze insieme, anche di questo tipo.

Sin da subito ho incontrato l'accoglienza da parte di tutti, mi sono sentito parte attiva del gruppo e spero di essere riuscito a dare quanto ho ricevuto.



Questo aspetto ha caratterizzato sostanzialmente la mia esperienza, il cammino non si è interrotto nell'ultima tappa ma sta continuando tutt'ora attraverso la condivisione di altri momenti di incontro e contatto con loro.

IMPRESSIONI DEI SOCI

L'aspetto umano in termini di emozioni, relazioni ed anche di condivisione degli aspetti pratici ed organizzativi è stato secondo me l'anima di questo percorso. Ho visto cose belle intorno a me, ho visitato luoghi nuovi godendoli appieno nella lentezza di un cammino a piedi dimenticando le frenesie delle quotidianità del tempo attuale, ho approfondito la conoscenza dell'arte e della cultura di questi luoghi nel susseguirsi delle vicende storiche ed umane.

Non mi soffermo tuttavia sui percorsi, sui luoghi, sulle storie e curiosità, sugli aspetti tecnici questi sono ben descritti in pubblicazioni e siti on-line. Cerco per quanto possibile di lasciare le mie impressioni che, seppur soggettive, possono dare idea del profondo valore che scaturisce nelle dinamiche dei rapporti umani. Tuttavia è difficile condividere le esperienze umane raccontandole, vanno vissute e fatte proprie.



Iniziamo il cammino da Subiaco il mattino di sabato 22 aprile 23, nei primi cento metri di cammino ero con i miei compagni di viaggio, nei restanti 140 chilometri ero con i miei amici. Insieme abbiamo attraversato strade, paesi, conosciuto persone, vissuto luoghi e testimonianze, abbiamo scherzato, giocato, ci siamo divertiti, abbiamo collaborato, trovato soluzioni, improvvisato per superare inconvenienti, ci siamo stancati insieme e riposati, sdraiati in silenzio al tepore del sole o seduti al tavolo di un bar. È stato un turbinio continuo di emozioni nella dinamica di scambi interpersonali intensi e veri.

Ho avuto l'opportunità di camminare fianco a fianco a Diego, Loredana, Corrado, Cinzia, Giovanni, Roberta, Giuseppe, Orietta, Marco e Gaetano, la loro presenza accanto a me ha reso questo cammino vivo e carico di emozioni, porto con me un'esperienza nuova, ricca di contenuti umani che non erano riportati in nessuna locandina e che non avrei mai potuto immaginare.

AVVICINAMENTI

Alla scoperta dei Vini delle Terre Alte

Romina Oricchio

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.

INCANTO ED EBBREZZA TRA IL MARE E I MONTI LATTARI

*"Vieni qui dunque, Ulisse famoso, fulgor degli Achivi:
ferma la nave, ch  udire tu possa la nostra canzone:
poi che nessuno pass  qui oltre col cerulo legno,
pria che dal nostro labbro udisse il mellifluo canto..." (Odissea libro XII)*



William Etty "Ulysses e le Sirene" 1837, olio su tela, Manchester Art Gallery

Così Omero, nell'Odissea, faceva parlare le Sirene, creature belle e adescatrici, mentre si adoperavano, con perizia tutta femminile, ad ammaliare Ulisse.

Il loro canto, struggente e mortifero, incantava i naviganti che avevano la fortuna e la sventura di sentirlo. Tutti rimanevano estasiati dalle lusinghe delle loro melodie, si lasciavano sedurre e andavano verso di esse, ma poi, di quei marinai, non rimanevano che mucchi di

ossa. Nessuno era capace di resistere alla loro seduzione. Nessuno, tranne Ulisse, che, facendosi legare all'albero maestro e tappando le orecchie dei suoi compagni con della cera, fu l'unico ad udire quel canto dolcissimo e ipnotico e il solo, stretto dalla morsa delle funi, a resistere alla loro mortale malia. Indenne superò l'arcipelago de Li Galli, detto anche arcipelago delle Sirene ubicato dinanzi la Penisola Sorrentina, di fronte Positano, nello splendido Golfo di Salerno.

IMPRESSIONI DEI SOCI

La magia di queste terre, e l'incanto che da esse deriva, capace di lasciare l'uomo ammaliato, non risiede solo nel racconto mitologico ma nello straordinario paesaggio, sospeso tra cielo e mare della **Costiera Amalfitana**, che regala riflessi iridescenti, caratterizzato da alte scogliere, incantevoli calette e piccole baie, terrazze punteggiate di agrumi, viti e olivi.

Un paesaggio verticale che dal mare, senza soluzione di continuità passa alla montagna, i cui crinali sono stati "terrazzati" nel corso dei secoli, modellati dal lavoro dell'uomo per creare lembi di terra coltivabili. Pendenze di oltre il 60%, muretti a secco a picco sul mare, fazzoletti di vigna dalle dimensioni ridottissime, ripidi scalini dal profilo irregolare. Ogni giorno avvengono piccoli miracoli della viticoltura, realizzati da uno sparuto manipolo di produttori, caparbi e forse anche un po' folli, che, sfidando la conformazione morfologica del territorio, realizzano delle vere e proprie opere di viticoltura eroica.

Il suolo è calcareo e in alcune zone misto alla materia vulcanica eruttata, nel corso dei secoli dal vicino Vesuvio. La natura geologica del terreno va ricercata nella storia eruttiva del Vesuvio che nell'arco dei millenni ha spinto fin qui le sue ceneri, determinando un composto tufaceo, miscela di sabbia e lapilli, ma anche di



argilla, che conferisce al terreno un colore rossastro. Inoltre, l'isolamento geografico imposto dalla catena dei Monti Lattari permette ai vigneti di godere della brezza che spira dal mare e dell'influenza costante dei venti di terra. Le escursioni termiche sono marcate perché nel giro di pochi chilometri si passa da 100 a 600 m s.l.m. Il caldo del giorno alternato al fresco della notte, la composizione del terreno e la ventilazione marina permettono la coltivazione di una numerosissima varietà di **vitigni autoctoni**, semi sconosciuti alla massa ma delle vere e proprie perle enologiche, rare e difficili da trovare in quanto coltivate in ridotte quantità.

Tra le **uve a bacca rossa** troviamo:

- **Tintore:** vitigno centenario che nasce da uve cosiddette minori e, seppur produttivo, risulta non essere ancora iscritto nel registro nazionale delle varietà di viti. Coltivato a piede franco, il Tintore, è molto propenso all'invecchiamento, col suo gusto secco, ricco di estratti, con tannini non eccessivamente astringenti e sentori di frutta rossa, ciliegia e more. Per incontrarlo, si deve arrivare a Tramonti, paesino situato tra Ravello e il Valico di Chiunzi.
- **Sciascinoso:** In Costiera lo si trova frammisto ad altre uve, impiegato in passato per le sue rese produttive e per il suo grande rendimento in vino, data la notevole dimensione degli acini. Di contro, maturando tardi, è sensibile a peronospora e Botrytis, data anche la compattezza del grappolo. Una delicatezza che ha condotto molti produttori ad abbandonarlo, pur possedendo positive doti: calibrata dotazione zuccherina, buona acidità, aromi spiccati e complessi. Vitigno restio a rilasciare i propri antociani, ben si presta alla produzione di vini rosati.
- **Piedirosso:** varietà dalle antiche origini che deve il suo nome alla rutilante colorazione che prendono rachide e pedicello al momento della maturazione delle uve (piuttosto precoce). In purezza, rispetto all'Aglianico dà vini meno concentrati, più morbidi e delicati, dai tannini meno serrati e duri, con acidità più contenuta.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Tra i vitigni a bacca bianca abbiamo:

- **Biancazita d'Amalfi o Ginestra:** è attualmente diffusa a macchia di leopardo su tutta la Costiera Amalfitana, in particolare nei comuni salernitani di Scala, Ravello, Amalfi, Maiori, Minori, ma anche a Furore, Tramonti, Corbara e Positano. Vitigno vigoroso e fertile, richiede potature drastiche. A piena maturazione, offre un livello zuccherino equilibrato e un'acidità abbastanza elevata. Se ne ottiene un vino dai tratti floreali che, in evoluzione, offre note di idrocarburi.
- **Ripoli e Fenile:** due vitigni spesso vinificati insieme perché solo così le loro caratteristiche si bilanciano dando equilibrio e profondità gustativa al vino. Il Ripoli dà complessità aromatica, dapprima con note di frutta esotica e miele, che via via negli anni si traducono in ricordi di pietra focaia. Il Fenile, raccolto tardivamente, offre calore alcolico e calibrata acidità.
- **Biancolella:** sebbene sia il vitigno tipico dell'Isola di Ischia la sua coltivazione è diffusa anche a Procida, Capri e in tutta la costa amalfitana. Il bouquet è solare, splendido per delicatezza con un fruttato che spazia dalle susine agli agrumi, toccando le mandorle e le nocciole. C'è un lievissimo accenno speziato di noce moscata ma soprattutto un'esplosione di macchia mediterranea, cipresso, pino, quasi un richiamo di sale e alghe, resine. Al palato è tagliente, sospinto da una vena sapida elettrizzante: ha polpa, è succoso e pieno di sale che sprizza da ogni poro. La struttura è media, ma la sensazione di mineralità è appagante. Il finale è iodato, pieno di erbe aromatiche, lungo e persistente. Non è un vino grasso, sontuoso, anzi è tutto giocato su toni leggiadri e sottili, pur avendo un dinamismo acido-sapido eccellente.

Questi sono solo i più importanti e maggiormente diffusi vitigni autoctoni coltivati nei terrazzamenti della Costa d'Amalfi. È praticamente impossibile elencare tutte le varietà. Alcuni di questi sono stati di recente tutelati all'interno di un decreto che nasce dal "Testo unico del vino" per la salvaguardia dei vigneti "storici". Esso definisce "storici" quelli con almeno 60 anni, ed "eroici", quelli ubicati su terreni con una pendenza superiore al 30%, in territori dall'altitudine superiore ai 500 metri, distesi su filari di terrazzamenti a ridosso di versanti costieri impervi. Altra forma di tutela e salvaguardia sono ovviamente i Disciplinari che regolano la produzione del vino all'interno di determinate aree geografiche.

Sono due le Denominazioni di Origine Protetta presenti su questo territorio, il cui spartiacque è proprio la catena dei Monti Lattari:

- Sul versante NW troviamo la **DOP Penisola Sorrentina** con le sottozone **Lettere e Gragnano**, in cui si producono principalmente vini rossi fermi e frizzanti da uve Piediroso, Sciascinoso e Aglianico caratterizzati da un colore rosso rubino vivace e un corredo olfattivo fresco e fruttato.
- Sul versante SE abbiamo la **DOP Costa d'Amalfi** con le sottozone **Furore, Tramonti, Ravello**, dove invece si prediligono vini bianchi fermi ottenuti da uve Falanghina, Ginestra e Biancolella, dai delicati sentori di frutta e dagli inconfondibili odori mediterranei, e vini rossi ottenuti prevalentemente da Tintore e Sciascinoso.

Le sottozone delle due Denominazioni corrispondono ad alcuni borghi dislocati in questo lembo di terra alcuni dei quali sono oggi famose attrazioni turistiche, che per la loro bellezza, richiamano flussi di viaggiatori provenienti da ogni dove pur di vedere il duomo di Amalfi, affacciarsi dalla Terrazza dell'Infinito di Villa Cimbrone a Ravello o semplicemente passeggiare e mangiare un gelato tra i vicoli di Positano.

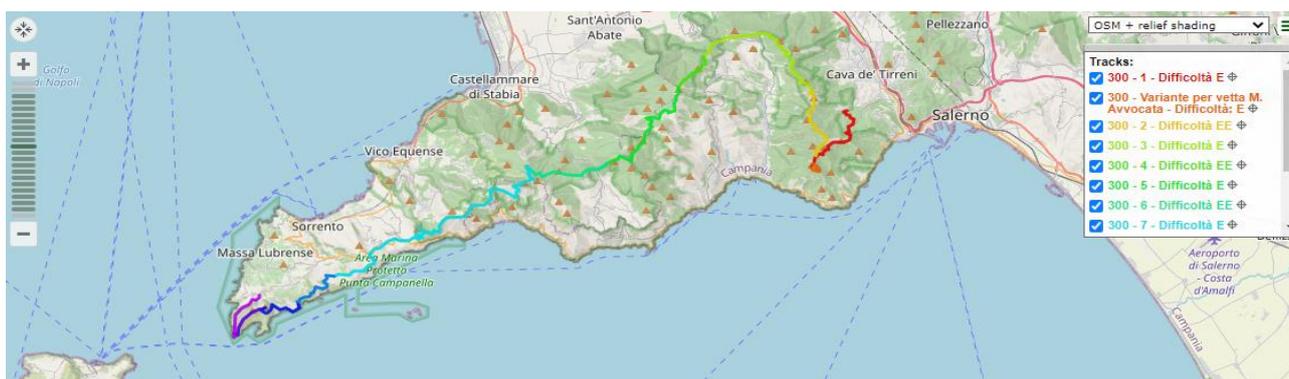
Per gli amanti del trekking questa zona è sinonimo di uno dei sentieri più belli d'Italia, **Il Sentiero degli Dei** (9km da Agerola a Positano), un percorso che lo scrittore Italo Calvino descriveva come *"quella strada sospesa sul magico golfo delle "Sirene" solcato ancora oggi dalla memoria e dal mito"*.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Oltre questo itinerario, c'è molto da scoprire per gli escursionisti appassionati di trekking:

- Il Sentiero dei Limoni;
- Il Sentiero dei Tre Calli;
- La Valle della Ferriere;
- La Riserva naturale di Punta Campanella;
- Monte Faito

Personalmente credo che il modo migliore per godere della natura incontaminata camminando immersi nella sua magia e al contempo dominando dall'alto splendidi paesaggi al di fuori dei classici circuiti turistici, circondati da tranquillità e silenzio, è percorrere l'**Alta Via dei Monti Lattari**, un sentiero escursionistico di lunga distanza che corre da Cava dei Tirreni sulla Costiera Amalfitana, fino a Punta Campanella della penisola Sorrentina.



80 km circa distribuiti più o meno in 6 tappe in cui si percorrono vecchie mulattiere e sentieri di montagna che corrispondono al **sentiero numero 300 del CAI**, contraddistinto dalla segnaletica bianco-rossa.

Un itinerario meraviglioso e selvaggio che corre a mezza costa lungo l'intera catena montuosa, spina dorsale della penisola sorrentina e amalfitana. Una rotta mitologica che riempie gli occhi di bellezza, rafforza il corpo e rinvigorisce lo spirito e un alternarsi di paesaggi, dalle gole e i fiordi marini, alla campagna rupestre con uliveti e piccole chiese, antiche rovine e vecchie case di coloni. Si arriva poi a toccare le croci di vetta fino a scendere verso il mare e sfociare nella punta più estrema della penisola Sorrentina, con la costante presenza del mare e l'isola di Capri che si avvicina sempre di più.

Durante la traversata si raggiungono le vette di Monte Finestra (1145); Monte Cerreto (1316); Monte Rotondo (1023); Croce della Conocchia (1314) dalle quali di volta in volta si aprono panorami ampissimi che abbracciano dal versante SW quasi l'intero litorale campano e le isole del suo arcipelago, dal golfo di Napoli alla Costiera Cilentana, dal versante NE l'Agro Nocerino e la piana del fiume Sarno.

I periodi migliori per intraprendere questo trekking sono la primavera e l'autunno quando le temperature non sono eccessivamente calde e la natura si colora di mille sfumature e l'aria si riempie di profumi inebrianti che hanno quasi lo stesso potere delle Sirene al tempo di Ulisse.

Non resta che lasciarsi ammaliare da questa terra baciata dal sole, incastonata tra mare e monti che può essere fatale incantatrice di superba bellezza e rendere l'uomo debole d'avanti all'ebbrezza dei suoi vini tra i quali consiglio assolutamente:

- **“Fiorduva” Costa D’Amalfi DOP Furore Bianco, Cantina Marisa Cuomo:** vino decisamente equilibrato, ottenuto da Ginestra 30%, Fenile 30% e Ripoli 40% dal, colore vivace e carico, ben strutturato, con nette note minerarie. La frutta gialla che emerge, albicocca e pesca, contribuisce a collocare questo bianco tra le sorprese più stupefacenti d'Italia (Miglior Bianco Vinitaly 2023).
- **“È Iss” Campania Tintore di Tramonti Prephylloxera Igt, Cantina Tenuta San Francesco:** Da vigne ultracentenarie a piede franco su terreni calcareo-dolomitico-piroclastici,

IMPRESSIONI DEI SOCI

allevate a pergola su terrazzamenti da brivido. Il vino è violaceo, con profumi di more, sottobosco, cenere, grafite. Al sorso è pieno, acido, sapido, persistente; un nettare bisognoso di anni di bottiglia per dare il meglio di sé.

- *Costa d'Amalfi Tramonti Rosato Doc, Cantina Giuseppe Apicella*: un blend paritario di Sciascinoso e Piediroso, da vigne esposte a est tra i 300 e i 400 m, su terreni limosi e ricchi di detriti, allevate a raggiera e pergola. Ne scaturisce un nettare dagli effluvi floreali (viola, primule) e fruttati (lamponi, melagrana), dal sorso vellutato, fresco e persistente.
- *“Aliseo” Costa d'Amalfi Tramonti Bianco Doc, Cantina Reale*: proviene da vecchie viti, esposte a nord-ovest, su terreni argilloso vulcanici, allevate con la locale forma a pergola; se ne ricava un blend con prevalenza di Biancazita. Il suo naso è un'esplosione dei profumi della sua terra, l'agrodolce di un limone di Amalfi, freschezza, brio e mineralità. Al palato il suo corpo si fa sentire, ma è agile e sinuoso grazie ad una notevole spinta acida che rallegra l'intera bevuta.

Tra vino e sentieri di trekking la scelta è ampia e variegata per cui non resta che partire con zaino, scarponi e costume perché il richiamo del mare sarà sempre una tentazione a cui prima o poi cedere.

Buon eno-trekking a tutti!!!

ATTRAVERSANDO LA MAJELLA

Daniela Ridolfi

Un cammino in Majella dona uno sguardo nuovo dentro e fuori di noi.

È questo un luogo ricco di suggestioni profonde ed intense che va attraversato quasi in punta di piedi.

Il tempo della Majella è un tempo sospeso, incastonato tra valli di un verde smeraldo e paesini ricchi di storia e di passione per la montagna, che qui è padrona indiscussa.

Il tempo della Majella è un tempo fatto del silenzio necessario per assaporare gli scenari infiniti che si aprono fuori e dentro di noi.

Accompagnati da Virginio Federici e Roberto Simei, un gruppo di 10 soci della Sezione Cai di Monterotondo e 3 della Sezione di Ancona è partito venerdì mattina 23 giugno alla volta del Parco Nazionale della Majella, per trascorrere 3 giorni in questo luogo affascinante, ricco di storia e di natura incontaminata. Siamo in un territorio vasto e noi abbiamo scelto di attraversarlo iniziando da un percorso ad anello, lungo il sentiero C1 che da Roccamorice porta all'eremo di San Bartolomeo in Legio, attraverso la Valle Giumentina. Quest'eremo, come altri della zona, rientra nel Cammino di Celestino, dedicato appunto a Pietro da Morrone che fu eletto Papa nell'agosto del 1294 con il nome di Celestino V. Nel dicembre dello stesso anno però il Papa rinunciò al pontificato (nella storia della Chiesa sono in tutto 5 i Papi che hanno rinunciato, l'ultimo Papa Ratzinger). Celestino fuggì verso Oriente, fu raggiunto e catturato dai soldati a Vieste e morì in prigionia a Fumone. Oggi è santo e le sue spoglie sono custodite nella Basilica di Collemaggio a L'Aquila. Questi luoghi sono a lui dedicati, e indubbiamente, ripercorrendo i suoi passi che hanno attraversato questa valle, è forte il sentimento di spiritualità che si respira. La natura è dolce e insieme forte e vivida.



Il caldo umido e il sole cocente sicuramente ci hanno fatto soffrire un po', ma camminando lungo questo percorso ci siamo riempiti gli occhi con lo spettacolo delle verdissime felci insieme ai tanti fiori dai mille colori.

IMPRESSIONI DEI SOCI

L'eremo di San Bartolomeo è incastonato nella roccia calcarea di color ocra, si affaccia nella vallata verde ed offre senza ombra di dubbio uno scenario fantastico, sia dal punto di vista naturalistico sia da quello della costruzione dell'eremo, scavato interamente nella roccia.

Rientrati in hotel a Passo Lanciano il pomeriggio è trascorso leggero tra una birra e un po' di esercitazioni pratiche tra nodi e corde, didattica improntata dalle nostre due guide. La serata è finita con un'abbondante e gustosa cena.



Il secondo giorno raggiungiamo intorno alle 8,30 9,00 Deontra (Caramanico Terme) sotto un refrigerante acquazzone.

In breve tempo però il meteo si ristabilizza donandoci una piacevole brezza di vento che ci accompagnerà per tutto il giorno. Il nostro percorso prende avvio dal Sentiero B1 che ci condurrà fino al Prato della Majelletta, salendo costantemente fino a Piana Grande.

Intersecando più volte la carrareccia, tocchiamo muretti, stazzi e resti di capanne in pietra a

secco. A Piana Grande incrociamo il Sentiero S ed in lontananza osserviamo la Valle dell'Orfento e l'Eremo di S. Giovanni.

Proseguiamo sul nostro Sentiero B1 e raggiungiamo il Rifugio Di Marco, della Sezione Cai di Pescara. Qui allegramente, in un paesaggio tipicamente montanaro e al tempo stesso bucolico, consumiamo il pranzo. In breve riprendiamo il cammino riprendendo la nostra traversata che ci conduce sulla strada della Majelletta, con vista sulla costa adriatica. Concludiamo la nostra escursione allo Chalet Majelletta WE in località Fonte Tettone a Pretoro. Oltre al meritato terzo tempo, un mitico bigliardino ci ha fatto compagnia regalandoci una divertente e chissosa sfida tra di noi.

Questo secondo giorno sulla Majella mi ha regalato paesaggi autentici e selvaggi che lasciano una dolce sensazione di benessere, fatto di un mix tra appagamento mentale e fisico.

Ed è questo per me il dono più bello e significativo di questi luoghi.

La Forza con cui la natura spazza via l'inutile, che sia un pensiero, un'inquietudine, una preoccupazione. Riportando tutto nella giusta misura. Lasciandoti nel cuore e nella mente solo ciò che ha senso di esistere. Lo spazio e il tempo presente. L'Autentico.

Il nostro terzo giorno qui in Majella inizia in allegria. Il tempo è bello e noi siamo un gruppo ben assortito e in sintonia. Iniziamo a camminare scegliendo un percorso differente rispetto a quello preventivato, per motivi logistici, dovendo rientrare la sera stessa. Questa terza giornata ci regala un'escursione ad anello poco conosciuta perché è il frutto di un concatenamento di sentieri, l'F1

IMPRESSIONI DEI SOCI

l’F3 e l’F4. La partenza è a circa 1 km dal Rifugio B. Pomilio. Il percorso taglia obliquamente il pendio, scavalca la cresta tra pini mughi e prati fino ad arrivare a Fonte Carlese (1725 m). Si prosegue in cresta giungendo a Colle Sferracavallo e poi ad una radura con un roccione denominato il Campanaro, dove ci fermiamo qualche minuto. Dopo poco un ampio fosso denominato Valle delle Monache ci conduce nel sentiero F3. Boschi di faggi rigogliosi ci conducono fino al Fondo della Valle dell’Acquafredda. Proseguendo prendiamo il sentiero F4 e attraverso una faggeta altissima raggiungiamo i prati della Majelletta. Da lì, in breve e attraverso un lungo sentiero nei prati, raggiungiamo lo spiazzo di Mammарosa.

Il terzo giorno ha ancora di più, rispetto ai giorni precedenti, il colore del verde intenso del bosco di faggi altissimi che attraversiamo tutti insieme con passo deciso e costante, nel giusto silenzio, quello necessario per ascoltare il battito del cuore di questo magnifico polmone verde che si armonizza con quello di ciascuno di noi. Parte di un gruppo che ha scelto di percorrere, camminando, un Tempo della propria vita, insieme. E tutte le differenze tra di noi e che ciascuno di noi rappresenta, in questo terzo giorno, vivono e trovano la giusta sintonia.

Concludiamo il nostro terzo giorno ...e Terzo Tempo allo stesso Chalet Majelletta WE di ieri e non poteva mancare una bottiglia di Montepulciano regalataci da Fabio del Ti Bionda Suisse per festeggiare insieme e degnamente la nostra tre giorni in un luogo non solo ospitale ma decisamente magico, fatto di vallate e boschi di un verde smeraldo intenso che mi è entrato negli occhi e nello sguardo e che, rientrata a Roma, ancora mi accompagna.

Questo territorio così vasto e meraviglioso è davvero un dono a portata di mano, da esplorare col giusto Tempo, senza fretta. Con la Mente a riposo e il Cuore acceso.

Motivo per cui ci siamo dati appuntamento, tutti noi, alla prossima Majella..

P. S. La descrizione dei percorsi è stata ripresa dalle elaborazioni tecniche di Virginio Federici.

Le Parole del Camminare

*Parole e pensieri in libertà,
evocati da un'escursione. O anche:
quando sono felice, e voglio farci*

“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.....

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

RIFUGIO: *In nessun luogo l'uomo può trovare un rifugio più tranquillo o più sereno che nella sua anima.*

Marco Aurelio



Ala della sfinge ritrovata nella tomba omonima

VULCI

Fausto Borsato

Come consuetudine della nostra sezione, nell'approntare in autunno il programma escursionistico dell'anno successivo, inseriamo sempre una o più escursioni a carattere archeologico. Naturalmente la nostra sezione, essendo così vicina alla città eterna e gravitando nell'Italia Centrale e nei luoghi che furono teatro delle conquiste e colonizzazioni da parte dell'Antica Roma, non ha difficoltà a trovare siti, oltre che interessanti dal punto di vista storico-archeologico, pure appaganti per l'ambiente naturalistico in cui sono inseriti.

Siamo fortunati ad avere con noi una nostra socia che è archeologa e guida turistica, che ci illustra gli aspetti salienti della storia dei luoghi visitati. Così nei vari anni abbiamo visitato il sito di Alba Fucens ai piedi del

Velino, la cosiddetta Piramide Etrusca tra Chia e Bomarzo, la Via Amerina e i resti di Falerii Veteres, Sutri con il suo anfiteatro, il Mitreo e un tratto della Via Francigena.

Tutti questi eventi sono molto partecipati, data la loro brevità, facilità e per l'interesse culturale che rivestono.

Quest'anno abbiamo scelto il sito archeologico-naturalistico di Vulci, vicino a Montalto di Castro.

In queste occasioni, si uniscono a noi, soci Cai, anche i soci dell'Associazione Sì Viaggiare che fa capo a Enza Broccoli, l'archeologa già citata (<https://www.associazionesiviaggiare.it/>).

Per i motivi esposti sopra anche questa volta eravamo più di settanta, molto attenti ed interessati. Dopo le laboriose attività propedeutiche - ritrovo al punto concordato (per fortuna il parcheggio è ampio e capiente), raccolta delle quote per acquisto del biglietto d'ingresso, visita ai bagni - ci siamo ritrovati all'ingresso dell'area archeologica. La nostra guida ci ha parlato della storia del luogo, cominciando dall'antica città etrusca di Vulci, di cui rimangono soprattutto tombe attorno al nucleo urbano dell'antica Vulci, per illustrare poi lo sviluppo della città romana dopo la conquista avvenuta nel 280 a.C.

Molti dei monumenti tuttora identificabili sono costruzioni romane su base etrusca.

Passeggiando lungo il basolato del 'decumano' (il 'decumano ed il 'cardo' sono due assi viari che intersecandosi ortogonalmente formano la viabilità principale della città) sono stati illustrati i vari monumenti o quello che ne è rimasto. Abbiamo superato la monumentale Porta Ovest, già inizialmente possente ma rimaneggiata dagli etruschi in forma di bastione triangolare per

LE TURISTICHE CAI

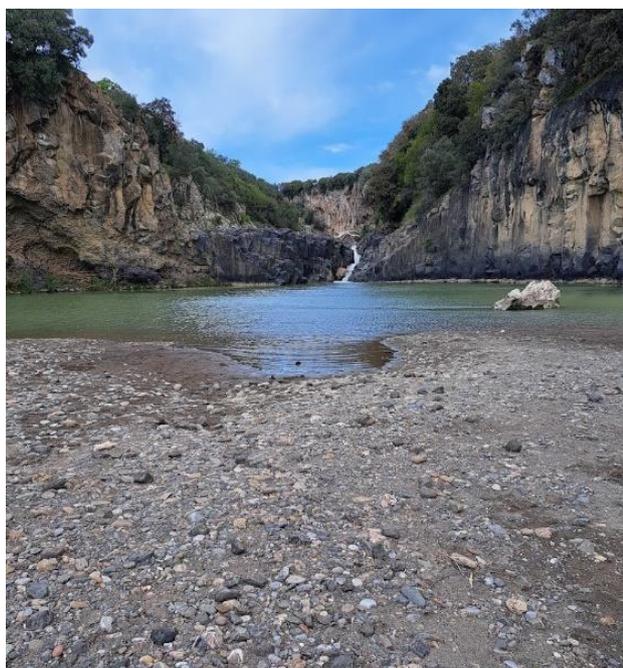
prepararsi ad affrontare l'impatto delle truppe romane. Più avanti sono venuti alla luce, in tempi meno remoti, i resti di un arco dedicato, cosa piuttosto insolita, ad un funzionario romano. Il basolato in questa parte, prima di incrociare il 'cardo', è ancora in condizioni discrete dovuto anche a qualche recente restauro. Alla sinistra abbiamo ammirato ciò che rimane di un grande tempio che conserva la parte in muratura edificata dai romani sull'antico basamento etrusco. Appena oltre si apre una vasta zona su cui



Il gruppo alla porta ovest

sorgeva la 'Casa del Criptoportico'. Anch'essa romana su preesistenti evidenze etrusche, è particolarmente interessante perché si tratta di una dimora privata, molto grande e si presuppone anche di un proprietario notevolmente ricco. La caratteristica peculiare è la presenza di una lunga galleria coperta con ambienti di conservazione e di lavorazione, nonché di una vasca d'acqua sotterranea. In un lato della domus sono visibili le strutture tipiche di un impianto termale, costituite da un pavimento rialzato per far passare l'aria che doveva scaldare i vari ambienti.

Alla sinistra, alla confluenza col cardo sorge il tempio del dio Mitra. Il dio non era conosciuto, almeno come tale, dagli Etruschi, per cui il tempio è certamente di origine romana. Il culto del dio è di provenienza persiana e si diffuse tra i militari e le popolazioni meno abbienti. Era un culto



Il Laghetto del Pelicone

segreto per cui anche questo tempio era seminascosto. Il culto veniva celebrato dagli adepti semisdraiati su dei banconi disposti lateralmente. Sul fondo spicca la statua del dio Mitra che uccide il toro e ai suoi fianchi due figure che rappresentano l'aurora ed il tramonto.

Continuando sul basolato ora piuttosto sconnesso, siamo scesi verso le rive del fiume Fiora. La visuale si è allargata e uscendo dall'antica città ci siamo avvicinati al fiume che, al tempo degli Etruschi, doveva essere navigabile tanto da fare di Vulci una ricca città commerciale. Abbiamo passeggiato alti sulla riva ben protetti da una robusta recinzione. In questo punto il fiume non è guadabile e dello stesso 'Ponte Rotto', unico antico transito tra le due sponde, non rimangono che poche vestigia del basamento interno. Per ritornare all'altezza della città siamo risaliti per un aspro ma largo

sentiero il cui passaggio è stato facilitato da comode scale metalliche. Ora un ameno passaggio tra gli alberi ha condotto tutto il gruppo sul greto del fiume. In quel punto il Fiora forma una bellissima cascata tra incombenti pareti rocciose e si allarga in uno specchio d'acqua delizioso,

LE TURISTICHE CAI

detto il laghetto del Pelicone. È qui che Roberto Benigni e Massimo Troisi, nel film ‘Non ci resta che piangere’, incontrano Leonardo e cercano di insegnargli, inutilmente, a giocare a Scopa. Non poteva essere che questo il luogo ideale per un panino ed una sosta. Ripartendo, poco più avanti, il previsto sito definito ‘Ristoro’ aveva esaurite le scorte, per cui abbiamo dovuto attendere per bere un agognato caffè.

All’uscita il tempo ci rimaneva per visitare la conosciuta “Tomba della Sfinge”, del cui corredo funerario fa parte la Sfinge dal corpo leonino, la cui ala è rappresentata nel logo del Parco di Vulci.

Ancora rimaneva un interessante sito da visitare: il Ponte del Diavolo. Solitamente è raggiungibile dall’interno dello stesso Parco. Purtroppo per lavori di sistemazione sentieristica siamo dovuti uscire e raggiungere, in qualche centinaio di metri, il castello della Badia sulle rive del Fiora, sede del Museo Archeologico di Vulci, e appena dietro, il famoso Ponte. I piloni che poggiano direttamente sulle rocce che formano la gola su cui scorre il fiume sono di origine etrusca, su cui i romani hanno poi costruito il ponte, rimaneggiato ancora nel medioevo. Al nostro arrivo, un po’ rumoroso, un airone cinerino, dal fondo del fiume, ha appena alzato il capo, incurante, preoccupato solo della sua pesca.

Anche senza arrampicare o salire sulla vetta di qualche montagna, è sempre possibile scoprire dei luoghi magici per storia e natura. Vulci è uno di questi.



UN TREKKING DA VIVERE

Giovanni Pieragostini

Come programmato, il 22 aprile di quest'anno alle ore 8:30, ci siamo ritrovati al Sacro Speco di Subiaco per iniziare il Cammino delle Abbazie sulle Orme di Benedetto.

Da più di due mesi, insieme con Roberta del Cai di Tivoli, stavamo preparando questo trekking, facendo ricerche e telefonate, cercando alloggi, dove mangiare, chiedere per le visite guidate, ecc. ecc.

Finalmente si parte. Sono previsti sette giorni di cammino per circa 140 km totali, in tappe variabili da 16 a 25 km giornalieri, visitando paesi, Abbazie e luoghi ameni del Frusinate fino ad arrivare all'Abbazia di Montecassino.

Alle ore 9:00 inizia la visita guidata al Sacro Speco. Lo avevo visitato già nelle precedenti escursioni, ma ogni volta c'è da stupirsi e meravigliarsi.

Il sacro speco è un vero gioiello di religiosità, storia, cultura.

Nella chiesa superiore del Sacro Speco, sulle pareti affrescate viene raccontata con immagini la vita di Gesù e degli apostoli, poiché a quei tempi la maggioranza era analfabeta, e poteva quindi vedere e capire i racconti evangelici. Nella parte inferiore, gli affreschi riportano, oltre ad ammonimenti sulla vita degli



uomini, immagini della vita di Benedetto con i tentativi di ucciderlo da parte di monaci invidiosi. Particolare emozione suscita la grotta, il Sacro speco, dove si suppone abbia dormito Benedetto da Norcia e vissuto per circa tre anni meditando, e dove il monachesimo Benedettino ebbe inizio, fondando piccole comunità in monasteri, prima in Italia e poi in tutta Europa. È a tutti nota la sua regola “Ora et labora”, norma di vita dei monaci di queste comunità.

Eccezionalmente interessante e poco distante, si trovano il monastero e la basilica intitolata alla sorella Santa Scolastica, e nel quale nacque la prima tipografia in Italia.

Dopo questa visita, ci siamo incamminati lungo l’Aniene, godendo delle vedute sul fiume: una mola, Comunacque ed infine Trevi nel Lazio,

paesino sito in una vallata con vista del monte Viglio e del Cotento.

Il giorno successivo siamo passati sotto il famoso arco di Trevi, delimitante i confini fra Guarcino e Trevi nel Lazio, proseguendo abbiamo traversato una incantevole valle, percorso un sentiero che ci ha portato a Guarcino dove subito abbiamo gustato i famosi amaretti.

E così, cammin facendo, abbiamo attraversato boschi, paesi, luoghi, visitato chiese e abbazie ricche di storia: Collepardo, Trisulti, Casamari, Monte San Giovanni Campano, Isola Liri e la sua cascata, Arpino, con la sua storia fin dai tempi di Roma e la sua acropoli più antica nota come Civitavecchia con il suo arco a sesto acuto, unico del genere.

Da Arpino, siamo discesi sulle gole del Melfa, e dopo averle percorse per otto chilometri circa, siamo giunti a Roccasecca, paese di San Tommaso d’Acquino, e in tempi più recenti del famoso “flauto d’oro” Severino Gazzelloni.

Il giorno dopo, lasciato Arpino, ci siamo incamminati verso l’abbazia di Montecassino. Strada facendo, lungo il percorso in un birrifico abbiamo gustato l’ottima birra “Monastero”.

Poi, dopo aver costeggiato il cimitero militare polacco, siamo giunti all’abbazia di Montecassino.

Nella visita guidata, ci è stato detto che nella sua storia, per quattro volte è stato ricostruito, la prima intorno al 570 e l’ultima dopo gli eventi bellici dell’ultima guerra, a causa del bombardamento effettuato dagli aerei americani convinti che nell’antica costruzione fosse insediato il comando tedesco. Nel dopoguerra il vetusto monastero fu interamente ricostruito.

Ricca è la sua storia: dai romani a Carlo Magno ed altri illustri personaggi di varie epoche, oltre ovviamente a San Benedetto. Contiene una ricca biblioteca, con affreschi di varie epoche, il più recente meno di 50 anni e di grandi dimensioni che troneggia sulla parete uscendo dalla chiesa. Questa è ricca di ori e dettagli che sorprendono il visitatore. Nel suo cortile una statua di San Benedetto lo raffigura con le mani alzate verso il cielo, sorretto da due monaci. Così dicono sia morto in questo luogo.

I TREKKING CAI

E così siamo giunti al termine del trekking: Giovanni e Gaetano del Cai di Monterotondo; Roberta, Orietta, Cinzia, Corrado, Diego, Marco, Emidio, Loredana e Giuseppe, del Cai di Tivoli.

A differenza di una escursione giornaliera, un trekking di una settimana è molto più coinvolgente. Per forza di cose bisogna avere uno spirito di adattamento: nei rapporti con gli altri, per gli alloggi, i trasporti, le persone che ci accolgono, che si incontrano. Si lasciano a casa tanti pensieri, che a volte ci preoccupano, e a volte, dopo queste esperienze si dissolvono. Rimangono tanti bei momenti vissuti insieme, che non si cancelleranno tanto facilmente.





GLI ACRONIMI DEL CAI

Aldo Mancini

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:

SVI

Servizio Valanghe Italiano

Il Servizio Valanghe Italiano è una Struttura Operativa del CAI già Organo Tecnico Centrale Operativo 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 con gli altri Organi Tecnici Centrali del CAI da cui l'Alpinismo Giovanile attinge competenze specifiche.

OS

Strutture Operative

Le Strutture Operative del CAI sono costituite da:

1. Centro Nazionale Coralità;
2. Biblioteca Nazionale del Club Alpino Italiano;
3. Centro Studi Materiali e Tecniche;
4. Laboratorio Scientifico di Bossea;
5. Centro di Cinematografia e Cineteca;
6. Centro Operativo Editoriale;
7. Sentieri e Cartografia;
8. Servizio Valanghe Italiano.





“Da sempre ogni società, indipendentemente dal proprio grado di evoluzione e di democrazia raggiunto, ricerca l’equilibrio grazie all’osservanza di consuetudini o di regole naturali che dovrebbero, anche se non sempre è così, facilitare le opportunità di convivenza reciproca e tutelare gli interessi collettivi. Questa considerazione di carattere generale, vale anche per le montagne del mondo e per gli ambienti naturali, teatri della nostra attività escursionistica ed alpinistica che, è bene non dimenticare, inizialmente animata da stimoli culturali, scientifici ed esplorativi, ormai rincorre spesso motivazioni ed esperienze strettamente personali. In un contesto generale di consapevole rispetto delle regole, regole che non sempre si è preparati a comprendere, si dovrebbe imparare ad accettare motivate rinunce alla nostra libertà d’azione, come ad esempio, accettare in casi specifici e motivati, le limitazioni all’accesso a determinate aree naturali dove le attività umane, escursionismo e alpinismo compresi, non siano compatibili con la conservazione dell’ambiente naturale.”

(tratto dal libro Montagna da vivere montagna da conoscere pag. 548)

Con questa rubrica, iniziata con il primo numero del notiziario “Il Ginepro”, proseguiamo un percorso informativo/educativo, mirato al rispetto ed alla tutela dell’ambiente montano, invitando tutti i lettori a fornire, per quanto loro possibile, contributi in merito.

Continuiamo, quindi, a parlare del documento cardine del Club Alpino Italiano, che punta a dare una consapevolezza di ciò che è il CAI a tutti gli iscritti del Sodalizio.

Per il conseguimento di questi obiettivi, il CAI ritiene indispensabile riferirsi ai principi dell’autodisciplina ed autoregolamentazione, quella regola cioè posta dallo stesso soggetto che la deve rispettare.

Si tratta del **BIDECALOGO**. La parola stessa indica che si tratta di venti punti ben definiti, di cui i primi dieci (prima parte) esprimono la posizione e l’impegno del CAI a favore dell’ambiente montano e della sua tutela, gli altri dieci (seconda parte) rappresentano la politica di autodisciplina del CAI.

Ovviamente questo documento è reperibile sia in forma cartacea, presso la Sezione locale, che on line sul sito del CAI.

La nostra intenzione è quella di riportare integralmente, uno per volta, ogni singolo articolo, al duplice fine di indurne la lettura a tutti i Soci e, ancora più interessante, di sollecitare un dibattito intorno ad ogni punto, così da condividere ed approfondire ogni aspetto del problema.

Questo è quello che ci aspettiamo. Staremo a vedere.

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;

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

PARTE SECONDA - POLITICA DI AUTODISCIPLINA DEL CAI

CONSIDERAZIONI GENERALI

La libertà e la gratuità d’accesso alla montagna sono valori primari. Ne è corollario la necessità di proteggere il patrimonio naturale e culturale costituito dalla montagna. L’alpinismo è, da sempre, l’attività sportiva di avvicinamento ed esplorazione del territorio montano, ambiente naturale governato da un “fragile” e delicato equilibrio.

Tuttavia si deve constatare che altre e più “moderne” pratiche sportive “usano” l’ambiente montano quale terreno per lo svolgimento delle diverse attività.

L’accettazione del rischio è parte integrante dell’alpinismo e della frequentazione, nelle diverse forme, della montagna.

Il CAI, attraverso i propri soci, è allo stesso tempo “utilizzatore” e “protettore” dell’ambiente montano. È altresì presente nei propri Organi, direttivi, di indirizzo e formazione la convinzione che il peso e la pressione sugli ecosistemi alpini, esercitati dalle numerose forme di frequentazione da esso stesso organizzate, sono sempre più importanti. Da qui la necessità di accrescere il senso etico nel conciliare la pratica delle proprie attività con la salvaguardia della montagna, mantenendone il libero accesso quale principio irrinunciabile.

Il CAI stigmatizza alcuni tentativi di vietare, con leggi e/o con ordinanze di vario genere, la pratica delle attività sportive e turistiche in montagna. Individua invece nell’autodisciplina e nel comportamento responsabile ed ecocompatibile di chi pratica tali attività il solo modo per evitare che si creino situazioni di rischio per sé, per gli altri e per l’ambiente naturale.

In ottemperanza a quanto sopra enunciato, il CAI si impegna a seguire un proprio codice di autodisciplina articolato nei successivi punti.

BIDECALOGO PUNTO 11M

RIFUGI, BIVACCHI, CAPANNE E SEDI SOCIALI

Si deve sottolineare il ruolo che il CAI ha da sempre assegnato ai rifugi, ai bivacchi ed alle proprie capanne sociali: quello, cioè di essere posti di sentinella in quota del territorio montano, punto di partenza e di arrivo, ideale per scoprire i paesaggi alpini. Pari importanza il CAI attribuisce alle proprie sedi sociali. Tali strutture possono inoltre essere considerate una vera e propria vetrina

ed il “fiore all’occhiello” del sodalizio, con tutto ciò che ne consegue, compreso essere costantemente sotto esame da parte degli Enti Locali, per quanto riguarda l’osservanza delle normative tecniche, igienico-sanitarie, ecc. Ciò anche in relazione al fatto che il rifugio oggi sta diventando sempre più spesso esso stesso meta di arrivo, non più, come un tempo, punto di partenza per le ascensioni in quota.

LA NOSTRA POSIZIONE

Da tempo ormai gli orientamenti del CAI sono esclusivamente volti al mantenimento delle strutture esistenti (rifugi, bivacchi, capanne sociali), con la consapevolezza che l’attuale densità delle stesse, appare in alcune zone delle Alpi e Appennini sufficiente a soddisfare il fabbisogno in termini di sicurezza e accoglienza di alpinisti ed escursionisti, mentre in altre zone la realizzazione di nuove strutture dovrà essere valutata secondo criteri di effettiva necessità nonché di compatibilità con gli obiettivi del Club Alpino Italiano in base ai regolamenti vigenti.

Altrettanto forte è la convinzione che non siano condivisibili e accettabili i tentativi, che a volte si affacciano, di trasformare i propri rifugi in alberghi di montagna.

L’impegno del Sodalizio è pertanto rivolto, oltre alla manutenzione ordinaria, ai lavori di messa a norma ecologica, di miglioramento igienico-sanitario, di smaltimento dei reflui, di ricerca di soluzioni atte ad evitare accumuli di rifiuti e di soluzioni non inquinanti per il fabbisogno energetico.

Vale la pena di rimarcare come, nel composito mondo dei rifugi, si assista ad un progressivo snaturamento della funzione. Le Sezioni proprietarie, pertanto, dovranno tenere sotto controllo le proprie strutture, affinché il rifugio sia esempio di rispetto delle regole e luogo di sobrietà.

Nel variegato panorama amministrativo italiano, (leggi regionali), e per la stessa diversità dei comportamenti umani (usi e tradizioni locali), deve essere mantenuto un confronto serio e costruttivo con i gestori e le loro associazioni, al fine di ricercare un giusto equilibrio tra necessità di reddito e il rispetto dei valori del CAI.

IL NOSTRO IMPEGNO

- sostenere iniziative legislative a favore dei rifugi, partecipando, laddove richiesto e possibile, a tavoli di lavoro, commissioni e consulte istituzionali sul tema;
- prendere posizione nei confronti di una proliferazione indiscriminata di rifugi privati;
- sostenere il ruolo del rifugio quale “presidio culturale” e di “pubblica utilità” nelle Terre Alte;
- incentivare l’utilizzo dei nostri rifugi da parte dei soci, a cominciare dai giovani e dalle famiglie;
- incentivare tutte le forme di produzione di energie alternative, rispetto ai combustibili fossili;
- evitare la trasformazione dei rifugi in strutture alberghiere, ricercando comunque buoni standard di qualità possibilmente certificati;
- promuovere la formazione di corsi di base per gestori ed ispettori tramite i Gruppi Regionali, in materia ambientale, sicurezza sui luoghi di lavoro, norme antincendio, ecc.;
- far sì che, in caso di nuova costruzione e di ristrutturazione e ammodernamento dei rifugi, gli impatti ambientali e paesaggistici siano i più contenuti possibili;
- ricercare nuove forme di accoglienza e permanenza, non esclusa una diversa politica tariffaria per famiglie con giovani;
- promuovere, richiedendo la collaborazione dei gestori e delle associazioni dei gestori, campagne di informazione volte a sensibilizzare la fruizione dei rifugi, non in chiave alberghiera, ma in chiave ecologica e di sobrietà;
- adoperarsi affinché negli approvvigionamenti dei rifugi e/o capanne sociali l’utilizzo dei mezzi a motore, elicottero compreso, da parte dei propri incaricati, sia limitato allo stretto necessario, parimenti, sia evitato l’uso dell’elitransporto in occasione di manifestazioni nei rifugi/bivacchi in quota;

PILLOLE DI CAI

- suggerire alle Sezioni di inserire nei contratti di gestione dei propri rifugi, clausole risolutorie in presenza di comportamenti in contrasto con queste norme-raccomandazioni da parte dei gestori;
- favorire e sostenere l'acquisto ed il consumo, nell'ambito delle proprie attività e strutture, di prodotti locali, nell'ottica del "km 0";
- dotare, ove possibile, i propri rifugi, le proprie strutture in genere (sedi sociali, capanne ecc.), di impianti per la produzione diretta di energia proveniente da fonti rinnovabili o, in alternativa, sottoscrivere contratti di approvvigionamento con Società che abbiano come fonti di produzione esclusive o prevalenti, fonti rinnovabili;
- gestire le proprie strutture secondo principi di sostenibilità;
- limitare l'alienazione dei patrimoni (rifugi, capanne ecc.).



GUARDARE ALLA MONTAGNA È ANCHE.....

Roberta Sport

primi anni '80, avevamo trattato l'abbigliamento e l'attrezzatura sciistica, abbandonando quest'ultima per un evidente calo del consumo.

Lo spazio creato è stato immediatamente riempito con i prodotti relativi alla disciplina del trekking, scelta rivelatasi di fondamentale importanza.

Abbiamo stipulato un contratto di affiliazione con uno dei più importanti e affermati marchi della storia dello sport, il gruppo Brugi con i suoi brands Astrolabio e Nordsen, specialisti nella fornitura di prodotti per la neve, il trekking, l'outdoor, il fitness, l'underwear e molto altro. Rafforzando la loro presenza nella nostra sede e dandoci la possibilità di soddisfare le esigenze giornaliere dei nostri clienti con attenzione, professionalità e cortesia nella scelta dei prodotti, con modelli, colori, taglie e soprattutto particolare attenzione al binomio qualità/prezzo contribuiscono a migliorare il rapporto con la clientela.

Di conseguenza è stato naturale prendere in considerazione il coinvolgimento di una realtà tra le più importanti e dinamiche del territorio quale è il Club Alpino Italiano nella sua Sezione di

Monterotondo, il quale ha accolto con entusiasmo e subito sposato l'idea rispondendo con soddisfazione alla nostra proposta, trovando nel nostro negozio una adeguata fornitura e personale preparato nonché agevolazioni e sconti per i soci.

La collaborazione si è rivelata subito positiva, dettata anche dal desiderio di crescere insieme e agevolata dalla presenza in negozio di materiali innovativi e all'avanguardia, che, oltre ad essere disponibili in un locale di Monterotondo, quindi facili da reperire, hanno incontrato la soddisfazione dei soci per confort e sicurezza nell'uscite sul campo.



OLTRE IL CAI

Con la stagione invernale da poco conclusa si è registrata una forte gratificazione da parte degli iscritti riscontrata con positive testimonianze in loco, like sui più importanti veicoli di comunicazione social quali Facebook e Instagram, condivisa e confermata da entrambi i convenzionati.

Da parte nostra ci sarà sempre un'attenta vigilanza con grafici e statistiche, riservandosi quella piccola marginalità di errore che stimola il miglioramento.

Viviamo la stagione attuale (estivo 2023) sempre con molta attenzione all'utente finale ma soprattutto già proiettati verso la stagione invernale 2023/24, ringraziando coloro che collaborano insieme a noi tutti i giorni, manifestando voglia, serietà e professionalità in tutto ciò che fanno e confermando solo così che si possono creare realtà solide, concrete e persistenti nel tempo.

Guardiamo e andiamo avanti con questo binomio.

Grazie, grazie, grazie.

Stefano Parnafelli



GRANDI STORIE DI MONTAGNA

dalla redazione

Autore:
Stefano Ardito

Editore:
Newton Compton
Editori

Pubblicato:
2010

In commercio:
21/06/2012

Formato:
Ebook Edizione digitale
a cura di geco srl

ISBN:
978-88-541-4403-3

La parola all'autore:

“INTRODUZIONE

Per milioni di persone, in tutto il mondo, la montagna è un luogo di passione sportiva. C'è chi cammina e chi scia, chi vola in parapendio e chi pedala in mountain bike. L'alpinismo, monolitico per chi lo osserva da fuori, è diviso in mondi che comunicano poco. Le gelide cascate di ghiaccio e la solare arrampicata sportiva, le scalate di qualche ora e le interminabili spedizioni agli “ottomila”, le vie classiche verso vette famose e la ricerca di nuovi itinerari su guglie e torrioni sconosciuti.



C'è una montagna tranquilla, fatta di picnic con i bimbi, di passeggiate alla ricerca dei funghi, di pesca nei torrenti e nei laghi. Orsi e stambecchi, aquile e piante rare, insieme ai grandi spazi selvaggi, fanno della montagna uno dei grandi spazi di biodiversità della Terra. Dalla Majella al Tibet, e dai vulcani del Messico al Sinai, la montagna è sempre stata uno spazio dove andare alla ricerca di Dio. Poi c'è - e guai a dimenticarla! - la montagna di chi semplicemente ci vive, e deve confrontarsi ogni giorno con le forze della natura che l'uomo che vive in città può ignorare. In passato, vivere e lavorare ad alta quota era sinonimo di miseria. Oggi alcune comunità sono rimaste remote.

Ma grazie al turismo, soprattutto invernale, centri come Zermatt, Cortina, Saint Moritz e Chamonix sono tra i più ricchi d'Europa.

Per l'autore, e basta un'occhiata all'indice per capirlo, la montagna è prima di tutto un filo, a volte sottile ma tenace, che unisce luoghi, paesi, atmosfere e personaggi diversi. Cosa, se non le Dolomiti, accomuna Dino Buzzati, grande giornalista e scrittore, a re Alberto I del Belgio e a un virtuoso dell'arrampicata come Manolo? Cosa, se non la trama dura della pietra, unisce le orme di dinosauro del Pelmo, le placche verticali del Cerro Torre o la forma bizzarra del Campanile di Val Montanaia, alias "l'urlo pietrificato di un dannato"?

Non mancano in queste pagine le storie di paura e di morte, quelle per cui la montagna diventa "assassina" sui giornali. Ci sono santi e streghe, condottieri e soldati in trincea, scienziati di diverse discipline. Poi qualche campione dello sci (grazie Gustav per quella chiacchierata a Trafoi!), protagonisti di avventure sconosciute, fenomeni mediatici e di business come i musei di Reinhold Messner.

Qualche volta mi sono dovuto documentare da zero. Della maggioranza di queste 101 storie, invece, mi sono occupato in passato, in televisione o sulla stampa, in trent'anni di lavoro e passione. La montagna è come la vita, e ognuno può attraversarla come crede. Ma spero che ogni lettore, tra i luoghi e i personaggi che racconto, scovi almeno una storia che lo faccia incuriosire o sognare.

STEFANO ARDITO"



LA MORTE SOSPESA

dalla redazione

Titolo originale:

Kevin Macdonald

Data di uscita:

18 marzo 2005

Genere:

Documentario/
Avventura

Anno:

2003

Regista:

Kevin Macdonald



La Morte sospesa, un film-documentario, vincitore del premio BAFTA 2004, tratta dall'omonimo libro di Joe Simpson, da leggere. Narra la storia realmente accaduta a Joe Simpson e Simon Yates due amici, appassionati di alpinismo, che scalano la Siula Grande, nelle Ande peruviane. Joe scivola e cade, restando nel vuoto, attaccato a Simon solo dalla corda di sicurezza. La situazione è drammatica, ma Simon non molla. Cerca di tirare a sé il compagno non ci riesce. Taglia la corda, una decisione che un alpinista non vorrebbe mai prendere. Torna al campo base, convinto della morte del compagno, precipitato nel vuoto. Ma non è così...

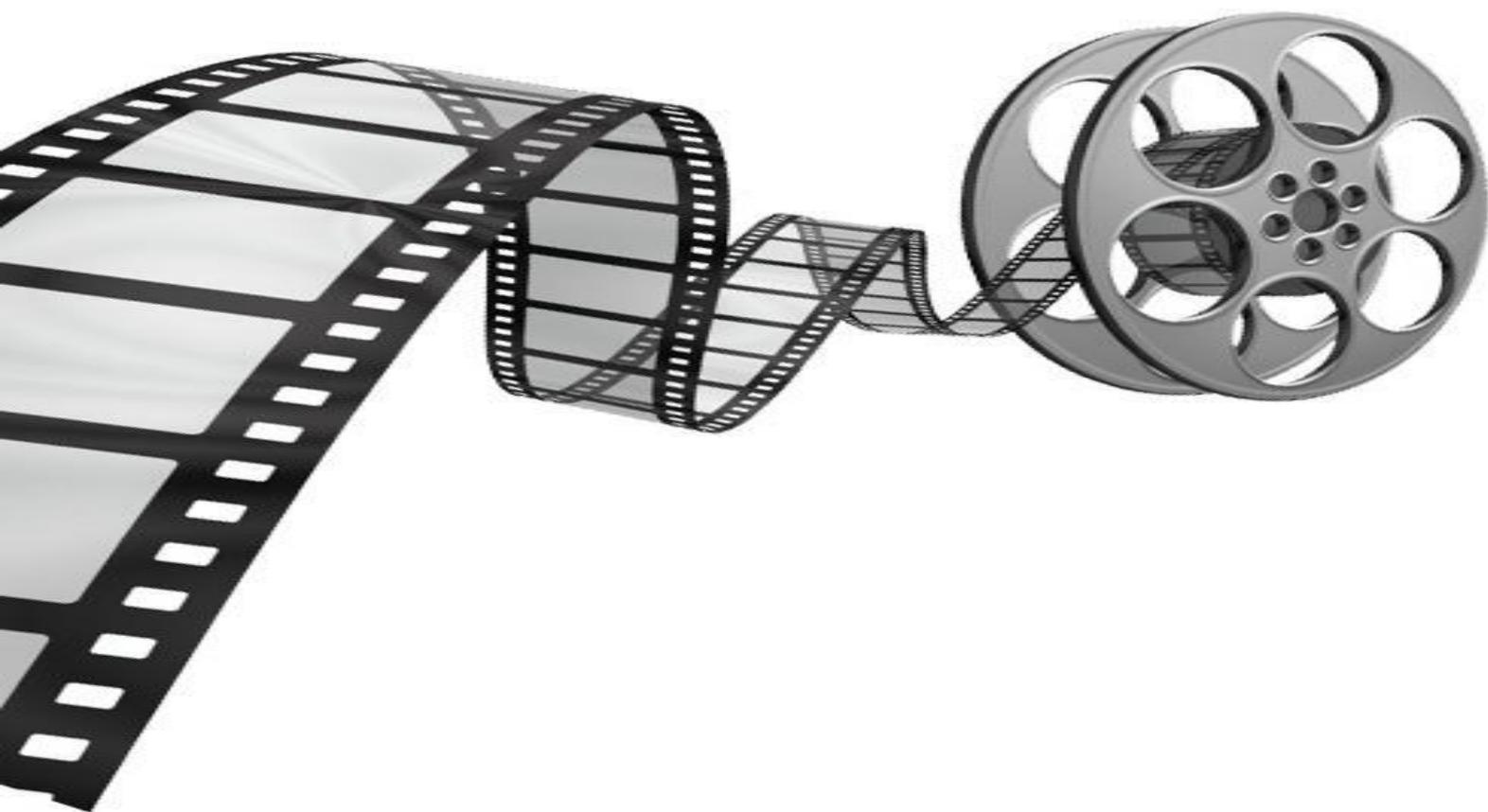
IL FILM

OLTRE IL CAI

La comunità alpinista accusa Simon di aver tradito un inviolabile codice etico. Joe decide allora di scrivere un libro per scagionare l'amico...

È un documentario interessante, coinvolgente, spettacolare, tesissimo dall'inizio alla fine e di grande impatto drammatico. La suspense e il ritmo sono sempre elevatissimi ed è impossibile non trattenere il fiato. La narrazione dei fatti è priva di ogni didascalismo e colpisce profondamente lo spettatore grazie alla rappresentazione cruda e realistica che ci offre.

Profondo il senso di angoscia, inquietudine, terrore e impotenza che si prova; e un commovente esempio di dignità e coraggio unicamente umana. La forza di volontà può riuscire a superare ostacoli che sembrano insormontabili; l'istinto di sopravvivenza di Simpson è qualcosa di incredibile....."“Ciò che stavamo scalando era un incubo di solchi e scanalature. La neve ci si congelava addosso, formando una pesante armatura”.



ESCURSIONISMO E FOTOGRAFIA



SEMPlici CONSIGLI PER REALIZZARE UNA BUONA COMPOSIZIONE FOTOGRAFICA

Paolo Gentili

Affrontare un'escursione in montagna e al tempo stesso riuscire a realizzare buone foto, non è sempre facile, a volte perché il percorso può essere particolarmente impegnativo, oppure le condizioni atmosferiche non lo consentono. Sul meteo avverso, o sulle asperità di un sentiero che impone la massima attenzione nel proseguire, non abbiamo molto spazio di intervento, ma sulle nostre capacità compositive possiamo certo lavorare. Fotografare durante un'escursione in montagna può essere un'esperienza dentro l'altra, un'avventura meravigliosa per catturare la bellezza dell'ambiente naturale.

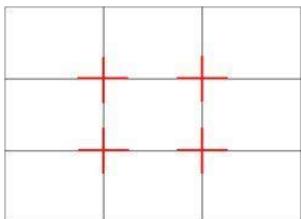
Il mio intento è quello di aggiungere ogni volta qualcosa di nuovo, e di ripetere magari con forme ed esempi diversi concetti già espressi, per una crescente acquisizione della tecnica compositiva. Un piccolo suggerimento e una metodologia facile da ricordare e da seguire possono certamente fare la differenza nell'atto pratico dello scatto. Alcune regole sono nuove, altre le ho già trattate in precedenza, l'importante è acquisire le basi, affinché la "composizione fotografica" diventi un'azione il più naturale possibile, seguendo delle semplici istruzioni, che permettano di migliorare la tecnica. Fare una buona foto, comporre la giusta scena, dare le giuste sensazioni a chi la osserverà, sarà a quel punto più facile. Poi certamente, se oltre alla tecnica, alle regole, la sensibilità e l'occhio dell'escursionista-fotografo aggiungono quel pizzico di enfasi o di emozione che la rende unica, il cerchio è chiuso.

Oggi quindi, a differenza delle volte precedenti, vorrei fissare in un piccolo elenco dei liberi e facili consigli per fare delle belle foto durante le escursioni in montagna:

- Il soggetto dell'immagine non va messo necessariamente al centro dell'inquadratura, anzi non va fatto quasi mai. Fatta esclusione per la macro, dove spesso un insetto ingrandito, occupa gran parte del fotogramma. Insomma decentrare la posizione del soggetto permette di realizzare immagini più interessanti e meno banali. Se c'è del movimento viene così evidenziato, e in tal caso bisogna lasciare giusto spazio nel lato dove procede tale movimento, come può essere un uccello in volo, o un camoscio in piena corsa. Oppure ad esempio nel caso di un ritratto, se il soggetto è di tre quarti, si lascia più spazio davanti al volto in direzione dello sguardo.

OLTRE IL CAI

- Va evitato di posizionare al centro della scena linee orizzontali come l'orizzonte, o verticali come un albero, meglio utilizzare le linee periferiche. Ancora meglio utilizzare la “regola



Regola dei terzi, in rosso i punti di forza

dei terzi”, argomento già abbondantemente trattato in precedenza. È una regola molto usata oltre che dai fotografi, da sempre anche dai pittori, che riassumendo qui consiglia di utilizzare i punti di forza che si



Trichodes alvearius, Macchia di Gattaceca e del Barco, Monterotondo, maggio 2023.

Applicazione della regola dei terzi: soggetto posizionato nel secondo punto di forza.

vengono a creare dividendo l'immagine in nove quadranti tramite due righe orizzontali e due verticali. Posizionando gli elementi più importanti della scena su questi quattro punti di intersezione, permette di avere una foto oltre che ben composta molto più coinvolgente.

- Non bisogna avere troppa fretta di scattare, usare il tempo necessario per verificare l'inquadratura e costruire la scena con l'obiettivo. Facendo così attenzione ad escludere eventuali oggetti o soggetti invadenti, oppure ad includerne altri per dare l'effetto voluto. Ad esempio, se stiamo fotografando un paesaggio con più piani presenti, come una catena montuosa sullo sfondo e un branco di cavalli allo stato brado nel mezzo, far entrare nella composizione, una roccia o un arbusto fiorito in primo piano, non solo arricchisce l'ambientazione, ma ne amplifica l'effetto tridimensionale, ne aumenta la profondità, facendola diventare molto più immersiva per l'osservatore.

- Muoversi nel comporre la scena, avvicinandosi o allontanandosi quel che serve, salendo o scendendo, cercando sempre punti di ripresa diversi, anche inusuali. Ciò non può che arricchire la foto, rendendola più particolare e meno banale. E nel riprendere animali o piante, abbassandosi al loro livello, cambia totalmente il risultato della ripresa, rendendola più naturale e vera.

- Cercare, per quanto possibile, di non esagerare con il numero dei soggetti o degli oggetti ripresi, e neanche dei dettagli, per non confondere troppo lo spettatore.



Volpe nel Parco nazionale d'Abbruzzo, Pescasseroli, novembre 2021. Anche qui è stata applicata la regola dei terzi, oltre a scattare quasi all'altezza dell'animale.



Anche in questa foto scattata in cammino verso l'Abbazia di Trisulti (FR) nel novembre 2022, si trovano alcuni dei suggerimenti sopra esposti: rocce in primo piano ad aumentare l'effetto profondità con gli escursionisti nel piano intermedio e la catena montuosa sullo sfondo, che occupa la prima linea orizzontale superiore.

- A meno che non si tratti di una foto voluta, o che riprenda la folla di un evento sportivo, oppure una mandria che migra, insomma è meglio far rientrare nell'inquadratura solo gli elementi indispensabili, altrimenti si ottiene una foto dispersiva, caotica e poco leggibile.
- Sfruttare le linee diagonali, anche questo arricchisce e dà maggior interesse, maggior carattere alla foto. Far partire una strada che va verso l'orizzonte oppure la linea di un edificio da un angolo basso della foto, garantisce già di per sé un buon risultato. Provare per credere!

E poi mi raccomando, purtroppo è l'errore più comune: l'orizzonte deve essere dritto, che sia mare, lago o cielo, non deve pendere né a destra né a sinistra!



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 anche 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

LUGLIO 2023

SABATO 1 Roma - Fiumicino Via di Francesco (30m) Disl. 80 m Diff MC

DOMENICA 2 Crepacuore Monti Ernici Diff. E

SABATO 8 Corno Grande Ferrata Brizio PN Gran Sasso Laga Diff EEA

DOMENICA 9 M. Costone PNR Velino Sirente (2271 m) Disl. 1400 Diff EE

DOMENICA 16 Sentiero Centenario PN Gran Sasso Laga Dif. EEA

Dal 22 al 29 Settimana Verde Diff E

DOMENICA 23 M. Meta Mainarde Diff.E

DOMENICA 30 Corno Grande direttissima PN Gran Sasso Laga (2192 m) Disl. 800 Diff. EE.

AGOSTO 2023

SABATO 5 Corno Piccolo Ferrata Danesi PN Gran Sasso Laga Diff EEA

DOMENICA 6 Gole di Celano PNE Velino Sirente Disl. 800 m. Diff. E

Dal 23 al 25 Anello delle tre Cime / Grotte Pastorali PN Maiella Diff. EEA/EE

Dal 31 al 3 Grande Anello dei Sibillini 2° parte Monti Sibillini Diff. T/E

Per maggiori dettagli consultare il Programma 2023 edito dalla Sezione



**Un'altra consapevolezza
(dal web)**