



Il CAI Capiago con la collaborazione di UCC Albate illustra il programma del Gruppo Escursionistico Seniores:

## **Programma escursioni primaverili 2026**

**Ogni escursione verrà presentata con una Locandina dettagliata.**



### **4 Febbraio – Capanna Dotra 1.747 mt – Svizzera – (o Piani Artavaggio)**

Ciaspolata. Si sale immersi in un suggestivo bosco di abeti e piccoli ruscelli, l'ambiente è fiabesco in piena natura. Difficoltà EAI - Accesso da Campra (zona Bollette) con dislivello di 330 mt – Tempo 5/6 ore

### **18 Febbraio – San Bernardino (CH) o Alpe Devero o Monte Muggio**

Ciaspolata da definire in funzione della copertura del manto nevoso/meteo

### **4 marzo – Baiedo (641mt) – Rifugio Riva – San Calimero (1.491 mt)**

Bella escursione nei boschi sotto il Grignone – il percorso lambisce i Piani di Nava e arriva al Rifugio Riva (1.022 mt). Proseguiremo per la Chiesetta di San Calimero da dove si gode una fantastica vista sulla valle. Dislivello 850 mt – Difficoltà E – Tempo 6 ore

### **18 marzo – Monte San Giorgio (1.097 mt) da Riva San Vitale**

Panorama grandioso sul Ceresio e sulle montagne circostanti – Dal cimitero di Riva San Vitale saliremo verso il Monte San Giorgio. In vetta è presente un bivacco sempre aperto dove potremo pranzare al sacco tutti insieme. Rientro ad anello da Meride. Dislivello 790 mt – Difficoltà E – Tempo 5 ore

### **1 aprile – Garzeno – Rifugio Mottafoiada 1.320 mt e Rifugio S. Jorio – Monte Marmontana (2.316 mt)**

Da Garzeno saliamo in auto sino alla Bocchetta di Sant'Anna, da dove inizia l'escursione - Dislivello 700 / 940 mt. Rif. Sant'Jorio – Facoltativa la salita al Monte Marmontana – Difficoltà E / EE – Tempo 5/6 ore

**15 aprile – Lago Grande (1.890 mt) e Alpe Lendine, Valchiavenna – da Olmo (1.050)**

L'itinerario si snoda tra boschi di larici e abeti, con un panorama che include il lago alpino e gli alpeggi. Dislivello 850 mt. Difficoltà E – Tempo 6 ore

**29 aprile – Monte Resegone (1.875 mt) dalla Forcella d'Olino (1.158 mt)**

Il Resegone famosa cima Lecchese, da Morterone – Dislivello 700 mt – Difficoltà E – Tempo 5 ore

**13 maggio – Premana (940 mt) – Alpe Deleguaggio (1.690 mt) – Laghetto di Deleguaggio (2.090 mt)**

Da Premana si sale verso l'Alpe Deleguaggio. Dislivello 750 mt – Facoltativa la salita al primo lago con il suo bel colore blu intenso e una grandiosa vista sulle montagne circostanti. Dislivello (1.150 mt) – Difficoltà E – Tempo 5/6 ore

**27 maggio – Rifugio Omio (2.108 mt) da Bagni di Masino (1.170 mt)**

Ci recheremo in Val Masino per raggiungere il Rifugio Omio posto su un ripiano della vasta testata della Valle dell'Oro – Dislivello 928 mt – Difficoltà E – Tempo 6 ore

**3 giugno – Val Biandino – Rifugio Valbiandino in località Bocca di Biandino (1.500 mt) con cena per la fine del programma**

Grande classica di fine stagione, la giornata prevede la salita e discesa dal Rifugio in Jeep. Escursione in Val Biandino e cena conviviale in Rifugio seguita da cori di montagna.

oooooooooooooooooooo

**21 giugno al 26 giugno – Soggiorno a Soraga in Val di Fassa – presso il Relais Hotel des Alpes**

Previste escursioni nel Canitaccio, Monzoni, Piz Boè/Pisciadu e Pale di San Martino – locandina dettagliata a parte.