



PANDA TREK

TREK a PIEDI stanziali ed itineranti

WEEKEND
a PIEDI

5 maggio 2019
Val di MELLO in Lombardia
...Yosemite Valley italiana



Immaginate una valle ampia e assolata, delimitata da pareti verticali alte centinaia di metri, percorsa da un fresco torrente che si fa strada fra prati e boschi di larici. Una mulattiera collega minuscoli villaggi di pietra dove non passano macchine, dove non si odono altri suoni se non quello dell'acqua che precipita dai ghiacciai poco distanti generando imponenti cascate. Non è l'inizio di una favola, ma la Val di Mello, così com'è. E' merito della roccia in cui è scolpita, una varietà di granito, se questa valle è così bella. Del resto questa roccia quasi magica è responsabile di alcuni degli scenari più attraenti e famosi del nostro Paese, che si tratti delle coste sarde, di quelle dell'Isola d'Elba o delle cime innevate del Monte Bianco. Durante l'escursione andremo alla scoperta di questa straordinaria oasi di pace e dei suoi molti segreti

PROGRAMMA

Ore 7.00 ritrovo a Milano in Piazzale Loreto davanti alla Banca Popolare di Lodi
Ore 7.15 partenza in pulmino per San Martino in Val di Masino

TREK: San Martino – Osteria del Gatto Rosso – Casera Pioda e ritorno

Partenza per il ritorno a Milano con arrivo per le ore 19.30 circa

AMBIENTE: alpino
DIFFICOLTA': media
VIAGGIO: pulmino

ISCRIZIONI ENTRO: 3 maggio
MIN/MAX partecipanti: 5/8

➤ **QUOTA ISCRIZIONE: € 12,00**

Comprende: accompagnatore, assicurazione, spese fisse
Non comprende: pranzo al sacco, bevande, quanto non indicato alla voce "Comprende"

➤ **Viaggio in pullmino da Milano: € 30,00**

L'**arrampicata** può essere definita come la salita di un ostacolo, sia esso una parete rocciosa, naturale espressione e terreno preferito su cui l'arrampicata si è sviluppata in tutte le sue forme, sia esso un sasso, un pannello artificiale o una qualsiasi struttura urbana. Si tratta di una disciplina complessa caratterizzata sia da un aspetto fisico motorio che da una importante componente psicologica. Il termine **arrampicata sportiva** oggi indica l'insieme delle discipline sportive - discendenti dell'alpinismo - nate a partire dagli anni settanta. Se l'alpinismo classico aveva (ed ha) come scopo quello di ascendere avventurosamente una montagna (per vie tracciate o nuove), l'arrampicata sportiva ha come scopo il puro divertimento o la competizione sportiva, anche lontano da ambienti montani, su vie dove le protezioni (come i chiodi) sono normalmente già presenti, ponendo enfasi sulle abilità ginniche.

L'arrampicata può essere distinta in: **Arrampicata libera e Arrampicata in artificiale**

Gli aggettivi *libera* e *artificiale* vengono utilizzati per sottolineare la differenza tra le due pratiche: nel secondo caso si utilizzano aiuti artificiali per compiere la scalata, nel primo no.

Si distinguono diverse specialità di arrampicata in funzione del ambito in cui essa si svolge:

Su roccia - che si svolge risalendo pareti rocciose in ambiente naturale (falesie)

Su ghiaccio - che si svolge risalendo ghiacciai e/o cascate gelate

Arrampicata su terreno misto, caratterizzata dalla presenza di due o più tipologie di terreno da affrontare. Ad esempio, ghiaccio e roccia, ghiaccio e neve, roccia e terra. Il terreno misto richiede particolare attenzione per essere affrontato, in quanto richiede capacità, conoscenze e tecniche inerenti diversi metodi di salita.

Arrampicata indoor - arrampicata in palestre attrezzate con pannelli artificiali chiamate rocciodromi.

Le attività di Panda Trek sono rivolte esclusivamente ai soci. La tessera ha validità annuale, dal 20 gennaio al 19 gennaio dell'anno successivo. Le quote associative sono: - *Socio Ordinario*: € 10,00 (dal 13 anni in su) - *Socio Junior*: € 5,00 (fino ai 12 anni compiuti)

da Lunedì a Venerdì 9.00-17.00 orario continuato

Associazione PANDA TREK

Organizzazione tecnica Panda Trek S.r.l.

Laboratorio di Turismo fatto in Modo **Molto Responsabile**

Via Porpora, 14 - 20131 Milano

Tel 02 20 24 14 04 - Fax 02 20404090 - e-mail: pandatrek@gmail.com / pandatrek.elio@gmail.com - Sito: www.pandatrek.it