

Studio comparato tra imbragatura bassa e imbragatura completa

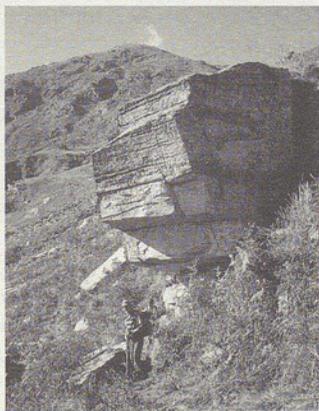
– Problema tecnico:

le variazioni climatiche esterne (in alta montagna +/- 15° C in qualche minuto) ma sovente il cambiamento di ritmo durante lo sforzo (passaggio più o meno difficile, l'attesa del proprio turno) obbligano l'arrampicatore a coprirsi e scoprirsi frequentemente. Questa operazione semplice da effettuare con l'imbrago basso, diventa più lunga, ancorché pericolosa, con un imbrago completo:

– per togliere una vestizione, bisogna essere in una posizione assai comoda che ci permetta di aprire completamente l'imbragatura ed allo stesso

tempo sfilarsela, da questo momento in poi non abbiamo più la sicurezza;

– sovente l'arrampicatore giudica troppo lunga una operazione (oppure si trova in una posizione che non gli permette di realizzarla,



Valchiusella, pendici della Cima Biolley, 1981 m.

egli allora rimane coperto, da qui una dispersione energetica supplementare, aumento della fatica e probabilità di caduta accresciuta).

– Problema dinamico:

La legatura alta, del tipo di quella ottenuta con l'utilizzo dell'imbrago completo, deve essere completamente proibita sul ghiacciaio ed in modo particolare per lo sci alpino contrariamente a tutte le idee fin qui raccolte che insistevano a consigliare l'imbragatura completa nel caso che una persona portasse un grosso zaino. In effetti, chi cade deve scegliere fra, essere fermato in posizione scomoda o trascinarsi con lui il suo assicuratore nel crepaccio o nella

sua scivolata.

Legatura alta: imbragatura completa.

La forza F crea un forte momento di basculata verso l'avanti dell'assicuratore che non ha la disponibilità fisica e muscolare per opporsi, egli allora parte prima con la testa ed incomincia la caduta.

Legatura bassa: imbragatura bassa.

Il movimento di basculata creato dalla forza F è più facilmente contrastato dalla disponibilità fisica e muscolare dell'assicuratore che trattiene la caduta caricando lo sforzo sulle sue gambe.

– Problema della doppia:

Il punto di attacco alto rende molto scomoda, perfino pericolosa, la discesa in doppia:

a) discensore al di sotto dell'autoassicurazione: il discensore si trova allora davanti al viso (problema dell'inceppamento

dei capelli) e l'autoassicurazione è allora molto alta, imponendo una posizione alta alle mani, posizione faticosa e che offre poca possibilità di manovra;

b) discensore al di sopra dell'autoassicurazione: il discensore si trova allora troppo lontano e, se occorre, difficile da raggiungere con la mano.

LA CADUTA

All'inizio non c'è alcuna possibilità di influenzare la caduta. Colui che cade resta nella sua posizione iniziale: testa o piedi in basso o sul fianco. Ciò è indipendente dal sistema di attacco; solo cosciale o imbragatura completa.

(continua)

MONTI E VALLI

MENSILE DEL CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI TORINO



Aut. Trib. di Torino n. 408 del 23/03/1949 - Redazione, amministrazione e segreteria: Via Barbaroux, 1 - 10122 Torino - Telefono (011) 54.60.31 - Abbonamento gratuito ai soci della sezione di Torino - Stampa: Arti Grafiche San Rocco - Grugliasco (TO) - Direttore responsabile: Fedele Bertorello - Redazione: CAI Torino - Segreteria: Anita Cumino - Monti e Valli è associato alla Unione Stampa Periodica Italiana.

COMITATO DI REDAZIONE: Tiziana Bernardi - Beppe Boccassi - Mauro Brusa - Marcello Campia - Luigi Cocco - Daria Conti - Marco Lavezzo - Lodovico Marchisio - Sergio Marchisio - Amedeo Micci - Giorgio Pettigiani - Piero Reposi - Laura Spagnolini

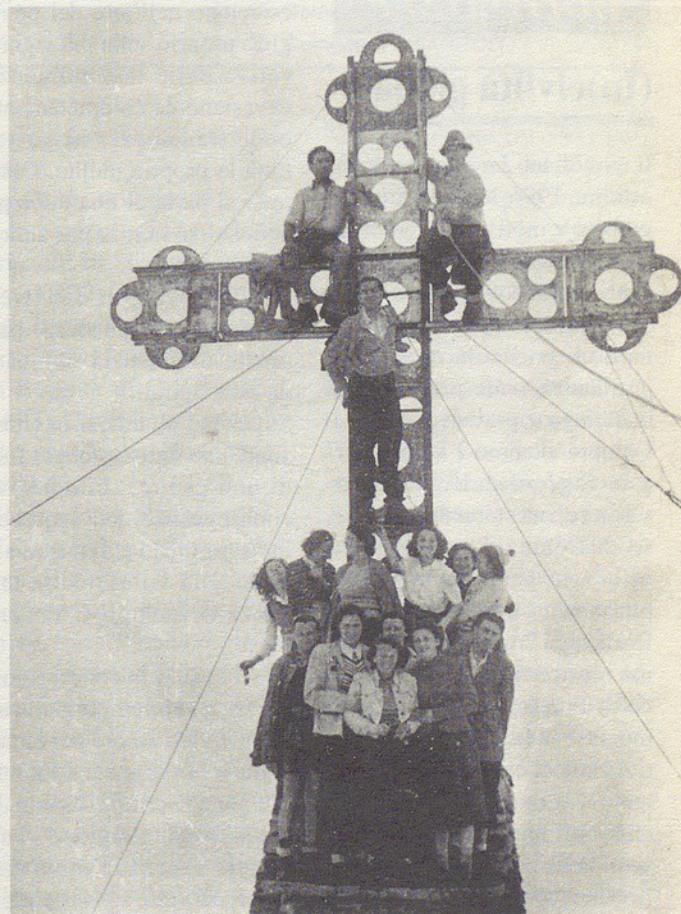
Orari di segreteria:

dal lunedì al venerdì 14,30 - 18,30

giovedì sera 21,00 - 22,30

Anno 52° - n. 5/97 - Sped. in abb. post. (comma 27 Art. 2 legge 549/95)

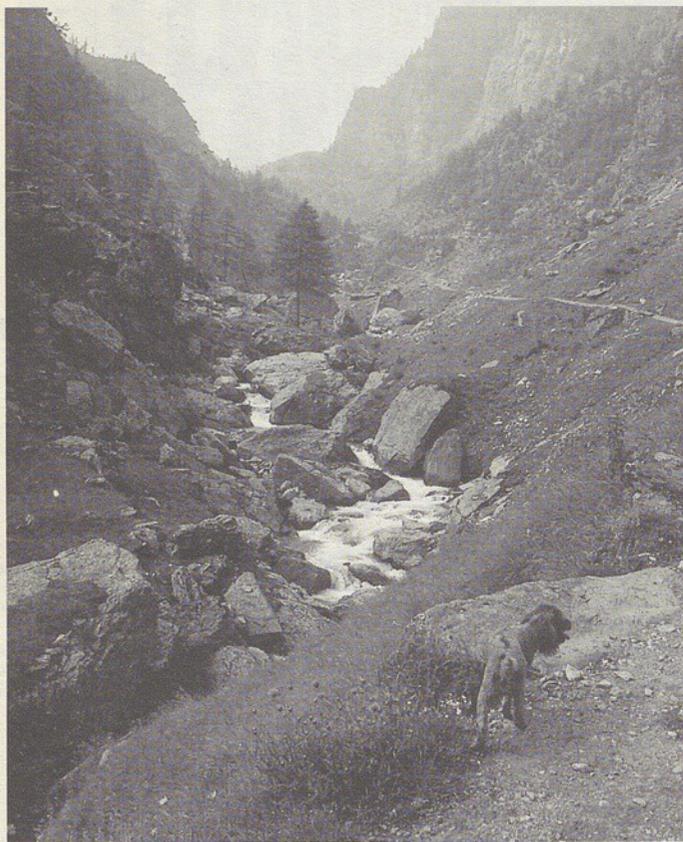
MAGGIO 1997



Gita sociale al Monte Mucrone (22 maggio 1949).

Dall'Archivio fotografico del CAI di Chieri





EDITORIALE

(In)civiltà globale

Il quotidiano *La Stampa* del 2 ottobre 1996 ha ospitato un garbato e motivato intervento di Mario Rigoni Stern circa la necessità di non divulgare l'esistenza di luoghi montani e naturali particolarmente significativi, onde permetterne una lunga sopravvivenza. Comprendemmo i sentimenti e le ragioni dello stimato scrittore, ma storcemmo il naso di fronte ad un atteggiamento che giudicammo precipitosamente come elitaristico. Domenica 2 marzo u.s. ci siamo recati nei pressi dell'Orrido di Foresto (e non vi daremo altre indicazioni per i motivi che poi capirete) con l'intento di ammirare alcuni antichissimi graffiti rupestri presenti nella zona. Ebbene, con sommo sgomento e furore, abbiamo constatato che l'idiota di turno (ma la penna vorrebbe scrivere di

peggio) s'è deliberatamente esercitato nell'arte del petroglifo proprio sulla più significativa delle testimonianze, devastandola completamente, onde tramandare ai posteri tutta la propria nullità. Oltretutto si parla di una delle più antiche (se non la più antica) della Valsusa.

Inutile cercare di descrivere l'amarezza e gli sterili propositi di giustizia sommaria da essa ispirati.

Superfluo attardarsi in riflessioni, che tutti farebbero finta di non capire, sulle nefaste conseguenze dell'approccio indiscriminato e di massa alla montagna voluto dalla tendenza dei tempi, CAI compreso.

Ci resta solo la constatazione d'aver a suo tempo giudicato male il vero amore per la montagna e la saggezza d'uno dei più grandi scrittori viventi.

Ha sacrosanta ragione Mario Rigoni Stern: la montagna non è per tutti e l'esistenza di certi luoghi non va divulgata.

Mauro Brusa
Daria Conti

NOTIZIE

Gruppo giovanile

Anche quest'anno le gite iniziali del programma di escursionismo sono davvero facili e a quote modeste, per permettere a tutti un graduale approccio alla montagna. Nell'ordine, i primi due itinerari si svolgeranno in Valle Angrogna ed in bassa Valsusa. Il primo è un percorso di interesse storico nei luoghi della Resistenza, precisamente nella zona dove veniva stampato un giornale clandestino, "Il

Con immensa tristezza tutta la redazione di *Monti e Valli* partecipa al vuoto lasciato dal nostro socio benemerito

Armando Biancardi

classe 1918, medaglia d'oro di questa Sezione 1996, uomo di pensiero e di azione che dedicò la sua vita alla montagna, più volte a fianco dei maggiori esponenti dell'alpinismo classico.

Con serena dolcezza vogliamo ricordarlo e con una preghiera dell'Abate Luigi de Blois salutarlo: "Sono la tua salvezza: non temere. Non aver paura delle tenebre: sono la luce. Non temere la morte: sono la vita. Non temere la dannazione: sono il Redentore".

Laura Spagnolini

pionere" per l'appunto. Il secondo prevede la salita di tre facili e vicine punte panoramiche, passando per quella che un tempo era la più famosa palestra di arrampicata del torinese, cioè Roccasella.

4 maggio

I sentieri del "Pioniere"

Dislivello 600 m, tempo complessivo di percorrenza 6h30, difficoltà E - Iscrizione: L. 5.000 entro giovedì 1 Maggio.

18 maggio

Punta di Costa Fiorita (m 1.712), Monte Sapei (m 1.615), Roccasella (m 1.508)

Dislivello m 722, tempo complessivo di percorrenza 5h, difficoltà E - Iscrizione: L. 5.000 entro giovedì 15 Maggio.

Tutte le gite del programma del Gruppo Giovanile, disponibile in sede, saranno condotte da esperti e qualificati accompagnatori a garanzia della sicurezza dei partecipanti.

Per informazioni ed iscrizioni, rivolgersi in sede (Via Barbaroux 1) tutti i martedì dalle 18,30 alle 19,30 o i giovedì sopraindicati dalle 21,00 alle 22,00. Si ricorda per l'ennesima volta che **non si accettano prenotazioni telefoniche**.

Per ulteriori informazioni, rivolgersi a Mauro Brusa (393279, ore pasti), Roberto Miletto (4151177, ore serali), Luca Motrassini (912645, ore serali).

M.B.

(continua a pag. 5)



ITINERARI

Domenica 23 marzo è stato inaugurato il "Sentiero degli orridi", tra Bussoleno e Chianocco. Questo sentiero, dirimpetto al più lungo e complesso sentiero dei Franchi, rappresenta un esempio di valorizzazione del sentiero che collega due centri alpini di fondovalle, permettendo l'approccio con due tra i più rinomati orridi della Valle (Foresto e Chianocco, interposti dal terzo orrido che s'incontra a metà percorso del Rio Maletta). Questo percorso è un fiore all'occhiello per la nostra Regione, e permetterebbe di incentivare un turismo intelligente rivolto a risorse naturalistiche ambientali.

Lodovico Marchisio



Sentiero degli orridi

Foresto (Frazione di Bussoleno, m 462) - Chianocco (m 550)

Dislivello: m 400

Bassa Valle di Susa. Itinerario assente nella numerazione EPT; segnalato nel 1996 a cura della Commissione Tutela Ambiente Montano delle Sezioni "di Torino" e "UGET-Torino" del CAI.

Tempo di percorrenza: 6 h

Difficoltà: E

Foresto (composto da diversi nuclei di borgate e da circa 800 abitanti, è stato Comune autonomo fino al 1929 ed attualmente è accorpato al territorio di Bussoleno) si trova ai piedi della maestosa vetta del Rocciamelone che, con i vecchi ruderi del lazaretto e le vicine pareti rocciose che

trovate a poche decine di metri dall'inizio del nostro sentiero, meritano sicuramente una visita.

Dopo aver superato il piccolo ponte in ferro che attraversa il Rio Rocciamelone ci si dirige alla propria sinistra per arrivare alle vecchie cave di calcare (attive fino agli anni '50/'60) da cui si estraeva la calce per la costruzione delle abitazioni. Seguendo un antico sentiero si raggiungono le pendici del "truc di S. Martino" (m 868).

È opportuno evidenziare che questo è il tratto più impegnativo, dopo il quale il percorso si presenta del tutto pianeggiante. L'impegno viene ricompensato dal bellissimo paesaggio che offre la bassa Val Susa con la visione a 360 gradi dei due versanti, la sagoma della Sacra di San Michele e, se la giornata è limpida, la Basilica di

Superga con Torino ai suoi piedi.

Tramite un sentiero ben segnalato si raggiungono le abitazioni di "Ca' del Trucco" (m 829), e muovendosi lungo la strada sterrata è possibile arrivare agevolmente alla Borgata di Falcemagna (m 843), dove si può rifornire d'acqua fresca alla fontana Comunale.

Individuata la piccola piazzetta si scende a valle per circa un centinaio di metri per poi girare alla propria sinistra ed entrare nella valletta del rio Moletta. Superato il rio si risale e si raggiunge un solitario fabbricato rurale denominato "Campobenello". Indi si riprende la strada carrozzabile per raggiungere comodamente l'ultima frazione di Bussoleno: Pietrabianca (m 900).

Proseguendo, si svolta a destra prima dell'abitato della

borgata Lorano (m 944) per arrivare alle case del "Mole" (m 880) dove si può ammirare un grande esemplare di torchio che nel passato veniva utilizzato per estrarre l'olio dalle noci.

Il percorso successivo è tutto in discesa con tratti panoramici sulla valle e scorci sull'Orrido di Chianocco. Arrivati ad una bacheca del Parco si prosegue sulla strada asfaltata per alcune centinaia di metri per intercettare, sulla sinistra, il sentiero che conduce nel cuore del Parco, e così, dopo aver osservato le bellezze del luogo e alcuni rari esemplari di leccio, si arriva all'abitato di Chianocco, che conserva interessanti testimonianze del suo passato: un campanile del XIII secolo, un castello (visibile al termine del percorso) ed una casaforte del XIV secolo in borgata Grangia.

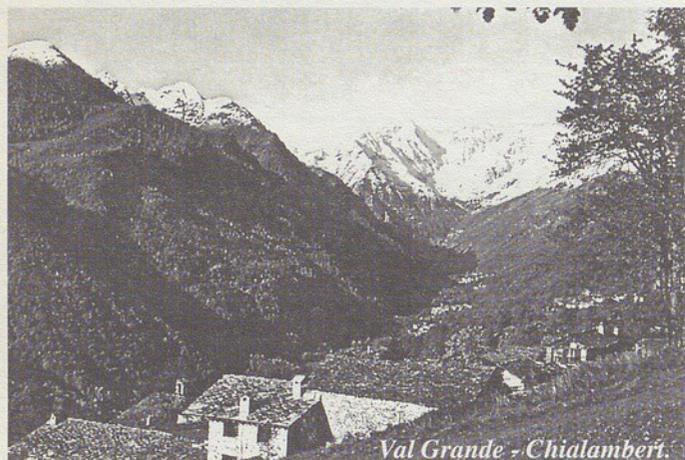
7-8 Giugno

(A) Testa di Tablasses, 2851 m (Valle Gesso)

Partenze: 1° g. Terme di Valdieri, 1368 m; 2° g. Rifugio Questa, 2388 m; dislivello:

1020+463 m; tempi di salita: ore 3,15+2

Capi gita: Roberto Guglielmetti (direttore), Antonio Sanazzaro, Paolo Meneghello, Alberto Marchionni.



Val Grande - Chialamberto.

Mostra a Chialamberto

Sabato 3 maggio 1997 alle ore 10 si inaugura a Chialamberto la mostra: "Obiettivo sulla Val Grande - I luoghi della fede" curata da Mariangela Leotardi Cervetti, Carla Parsani Motti e dall'Associazione Donne di Chialamberto.

La mostra fa parte di un ciclo più ampio che si svilupperà nei prossimi anni con temi diversi: la famiglia, le tradizioni, il folklore, l'ambiente naturale e quello costruito, la flora e la fauna.

Lo scopo di questa prima mostra è quello di contribuire a valorizzare ed a riscoprire le radici culturali, storiche della viva fede religiosa delle popolazioni del passato, in considerazione che la Cappella e la Chiesa hanno costituito per lungo tempo il primo nucleo di aggregazione, un punto di riferimento per la vita sociale affettiva e culturale degli abitanti della Val Grande. Inoltre questo progetto nasce dalla convinzione profonda che la conoscenza delle proprie ra-

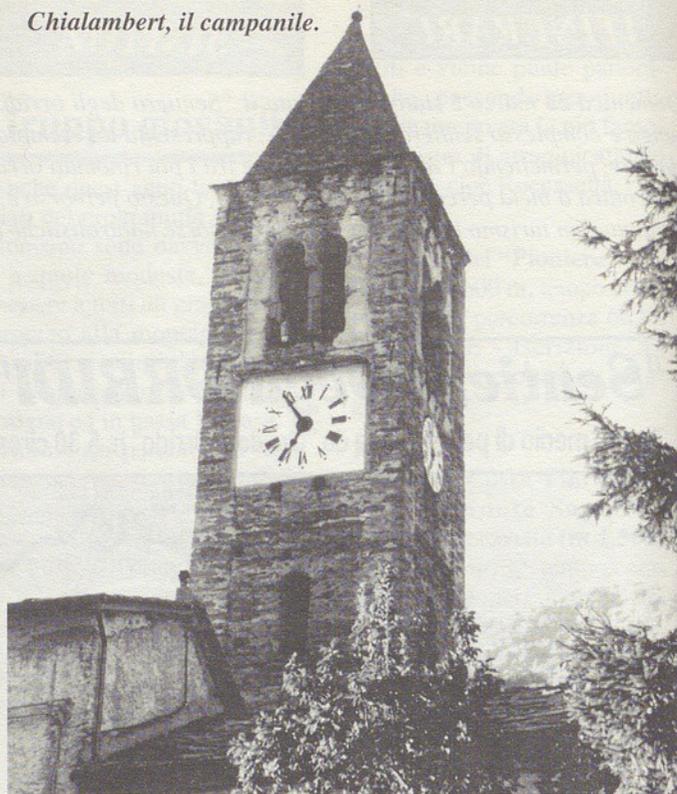
dici comportamenti soprattutto per i giovani (la mostra guarda con particolare attenzione ai ragazzi della scuola dell'obbligo, e delle superiori) la riscoperta di valori veri quali il senso della vita e l'amore ed il rispetto per la bellezza di luoghi ancora intatti.

Sono presentati oggetti di culto, ex-voto, documenti, materiali inerenti alle chiese, alle cappelle delle frazioni alpine, ai piloni votivi, ai campanili, alle feste patronali e alle processioni. E' inoltre allestito uno stand con le fotografie di Celestino Geninatti Chiolero. Alla realizzazione della mostra hanno collaborato tutti i Comuni della Val Grande: Ceres, Cantoira e Groscavallo, le scuole elementari e medie presenti nella valle, l'Istituto Formont, la III D del Liceo D'Azeglio di Torino e gruppi ed associazioni interessate al progetto.

Infine, si ricorda che la mostra ha anche lo scopo di far conoscere aspetti meno noti della Val Grande di Lanzo, una valle che esce da due alluvioni e che vuole così testimoniare una volontà di rinascita.

Carla Parsani Motti

Chialamberto, il campanile.



La mostra resterà aperta dal 3 al 18/5/97 con il seguente orario:

- dal lunedì al venerdì dalle 10 alle 19;
- sabato e domenica dalle 10 alle 22.

L'ingresso è gratuito.



Chialamberto, frazione Mottera

Lunedì 12 maggio - ore 20,30

CENTRO INCONTRI BANCA CRT
C.so Stati Uniti 23 - Torino

Incontro con

Spiro Dalla Porta Xydias

che presenterà il suo libro "In Lotta per la Vetta"

ed inoltre:

- Sentiero degli orridi (filmato RAI Tre)
- Sci spettacolo nei canyon (diapositive)
- Arrampicata sul ghiaccio (filmato)
- Very Severe (cartone animato satirico)
- Arrampicata sportiva (diapositive)

difficoltà crescente, che richiedono preparazione fisica e capacità tecniche.

Oltre agli organizzatori, nelle gite più impegnative sarà presente una guida alpina.

13 maggio

Serata di presentazione delle gite: alle ore 21.00 presso la sede CAI di piazza S. Pelli-co 3

25 maggio

Chamonix (F): Esercitazione pratica delle tecniche elementari alpinistiche su roccia e su ghiaccio.

Mattino: Ghiacciaio dei Bosson

Pomeriggio: Palestra di roccia Les Gaillands

CICLOALPINISMO

A chi ama la montagna, la mountain bike offre la possibilità di fare sport e di trascorrere allegre giornate in compagnia a contatto con la natura. E' con tale spirito che il CAI di Chieri propone l'attività del cicloalpinismo. Nei programmi 1997 segnaliamo la novità dei "percorsi ridotti", con l'ambizione di soddisfare le esigenze di tutti: esperti e principianti.

25-27 aprile

Dintorni di Varese Ligure
Difficoltà: MC+.

"Tre giorni nel verde dell'entroterra spezzino"

Iscrizioni entro il 10 Aprile.

Capigita: Nick McGill - Luciano Baucia.

18 maggio: Langhe

Langhe di Dogliani e Bosolasco

Difficoltà: MC.

"La Primavera delle colline tra boschi e vigneti"

Località di partenza: Dogliani (CN).

Dislivello: 700 m. ca.

Capigita: Nick McGill - Marco Manolino.

1 giugno: Valle Pesio

Gias Mascarone (1700 m)

Difficoltà: BCA.

"Per boschi e praterie ai con-

fini del Parco"

Località di partenza: Vigna (CN).

Dislivello: 1100 m. ca.; lunghezza: 35 km ca.

Percorso ridotto:

Dislivello: 800 m.ca.; lunghezza: 25 km ca.

Sottosezione UET

18 Maggio

(F) **Fressinieres - Falaise du Clot du Puy - Ecrin Briançonnai**

Partenza: Roche de Rame - Valle Argentiere; sviluppo: m 200; salita: ore 0,15+2 ferrata+0,30.

Breve via, in ambiente molto bello, adatta come introduzione alle vie ferrate. Possibilità di interruzione a metà percorso.

Accompagnatori: F. Griffone, G. Mantelli.

25 Maggio

(E) **Monte Dubia (m 2463) - Val d'Ala**

Partenza: Ala di Stura (m 1075); dislivello: m 1388; salita: ore 4.

Nel cuore delle Valli di Lanzo, la salita attraverso il colle ove le leggende narrano fosse passato Attila, fino ad una delle più panoramiche cime delle alpi Graie.

Accompagnatori: F. Griffone, G. Mantelli.

Sottosezione CRAL/CRT

24-25 Maggio

Monte Sumbro - Apuane

Mare, laghi e monti. Primo giorno sul litorale marino in una zona naturalistica sorprendente: la costa di Lerici e la visita della città etrusca di Luni (ore 3). Il secondo giorno si percorrerà (in una zona eccezionalmente bella dal punto di vista naturalistico nonostante l'alluvione della scorsa estate) un parco colmo di fiori, laghi e natura (ore 4). Capi gita: Ileana Serena, Silvano Doro.

Sottosezione di SETTIMO T.

Carissimo Socio, come già lo scorso anno la voglia di stare insieme per serate, gite e... mangiate è sempre molto sentita, quindi, per non perderti nessuno di questi preziosi momenti, tieni sempre a portata il calendario che abbiamo preparato dove ti ricordiamo passo a passo le nostre proposte 1997.

Questo è il calendario gite che Ti proponiamo:

Domenica 11 maggio

Balme: aggiornamento tecnico.

Domenica 25 maggio

Lago Loye m 2354: partenza da Lillaz m 1617, breve passeggiata per iniziare bene la stagione.

Domenica 1 giugno

Colle Sia' m 2274: partenza da Ceresole m 1587, gita amena nel Parco del Gran Paradiso.

Sottosezione GEAT

Gite Sci-Alpinistiche

24-25 Maggio

(BS) **Levanna Occidentale, 3593 m (Valle dell'Arc)**

Partenza: 1° g. l'Ecot de Bonneval, 2032 m; 2° g. Refuge du Carro, 2765 m; dislivello: 733+728 m; tempo di salita: ore 3,30+3,30

Capi gita: Alberto Marchionni (direttore), Luca Carpen, Ennio Cristiano, Marco Gillo.

Gite Escursionistiche ed Alpinistiche

17-18 Maggio

(E) **Giro nel parco nazionale della Valgrande (Val Vigezzo)**

Dislivelli: 585+844 m; tempi totali: ore 5+5

Capi gita: Giorgio Viano (direttore), Paolo Meneghello, Antonio Ripanti, Sergio Meda



Le Tridenty.

NOTIZIE

(segue da pag. 2)

TAM

4 maggio

Monte Beigua (Liguria)

Giacomo Ughetto (UGET) -
Giovanni Gambino (CAI Torino)

18 maggio

Visita al Forte di Fenestrelle

Laura Cavallino (UGET) -
Santo Schirripa (UGET) +
accompagnatore della Pro
Loco

1 giugno

La grotta della Beaume e
Orrido Oulx

Valerio Tarone (UGET) - Lo-
dovico Marchisio (CRAL-
CRT)

MANUTENZIONE
SENTIERI

Programma di maggio

1) Inizieremo con il sentiero di bassa quota che da Chialamberto attraverso gli abitati di Candiela, Pianardi, raggiunge la chiesetta di Frassa per proseguire verso Biollè, Bec di Mea, Alboni, Rivotti, prevedendo delle uscite per Breno, Bonzo, Migliere, Pialpetta.



2) Colle Paglia - Lago di Prà Fiorito EPT 507

Completamento della traversata Valle Grande - Valle dell'Orco iniziata l'anno scorso.

Ercole Perucca

Commissione
Rifugi

Si comunica ai Soci l'elenco dei Rifugi aperti a Maggio:

Rif. Terzo Alpini (Valle Stretta) apertura continua - tel. 0122-902071

Rif. Gravio (Valle del Gravio) tel. 011-9646364

Rif. Benevolo (Remes Notre Dame) apertura continua - tel. 0165-936143

Rif. Torino Vecchio (Colle del Gigante) apertura continua - tel. 0165-846484

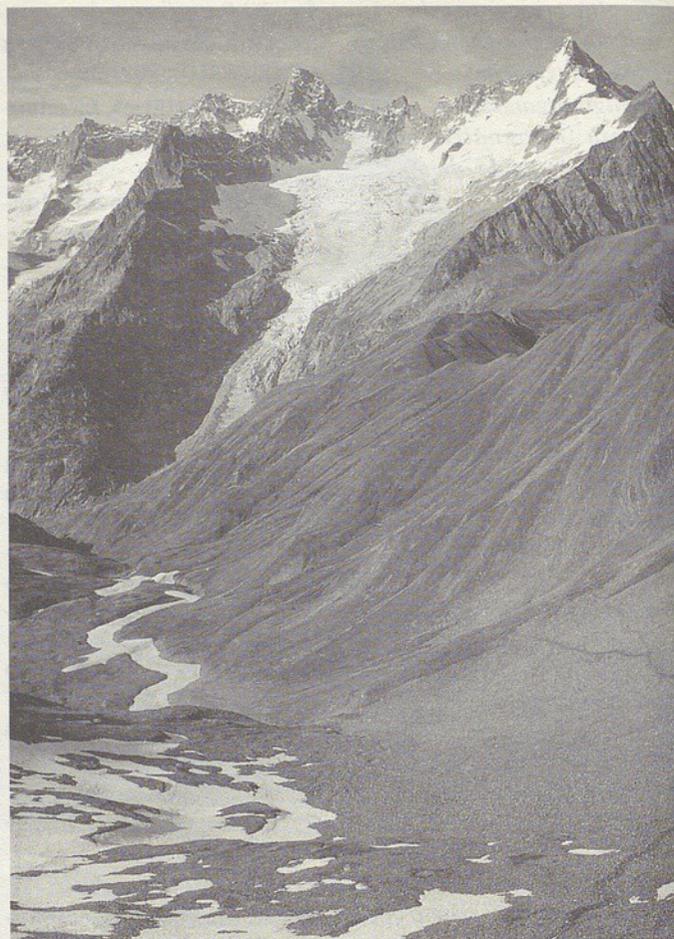
Rif. Teodulo (Colle del Teodulo) apertura continua - tel. 0166-949400

Rif. Bezzi (Alpe Vandel) apertura dal 10 Marzo - tel. 0165-97129

Rif. Vittorio Emanuele (Gran Paradiso) apertura dal 26 Marzo - tel. 0165-95920

Rif. Gastaldi (Balme) apertura dal 25 Aprile - tel. 0123-55257

Rif. Levi Molinari (Exilles) telefonare 0122-58241



Val Ferret: Ghiacc. ed Aig. de Triolet. Ghiacc. di Pré de Bar e M. Dolentt.

Rif. Toesca (Bussoleno) Pian del Roc - tel. 0122-39523

Rif. Nacamuli (Bionaz) Col Collon - tel. 0165-730047

È consigliabile sempre telefonare per sapere le condizioni della neve e se è aperto.

(E) **San Besso (2019 m)** (Val Soana)

Partenza: Campiglia (1350 m); tempo: ore 4,30 per il giro completo; gita in pullman. Direttore: Gino Defilippi

8 giugno

(E) **Rifugio Bezzi (2284 m)** (Valgrisanche)

Partenza: Valgrisanche (1664 m); tempo: ore 3.00; gita in pullman.

Direttore: Maurizio Fasano

Sottosezione
di CHIARI

ESCURSIONISMO

6 maggio

Serata di presentazione: ore 21.00 presso la sede di p.za Silvio Pellico, 3 - Chieri

11 maggio

(E) **Lago La Servaz (1801 m)** (Vallone di Champdepraz) Partenza: La Volla (1307 m); tempo: ore 2.00; gita in auto. Direttore: Federica Filippi

25 maggio

ALPINISMO

L'attività alpinistica che il CAI di Chieri propone per l'anno 1997 prevede alcune gite classiche affiancate ad altre decisamente nuove ed insolite, alla scoperta di ambienti unici e selvaggi delle Alpi Occidentali attraverso itinerari poco frequentati.

Il programma presenta uscite in alta montagna con gite di