

ESCURSIONI G.P.A.

REGOLAMENTO

INTRODUZIONE

CENNI STORICI	pag. 2
LE "ESCURSIONI GPA"	pag. 5
L' "ESCURSIONISTA GPA"	pag. 7
L' "ESCURSIONISTA GPA ESPERTO"	pag. 9
PUNTEGGI ESCURSIONISTICI	pag.10
ESEMPIO DI EQUIPAGGIAMENTO ESCURSIONISTICO	pag.12
ESEMPIO DI "AVVISO ESCURSIONE GPA" SU "TAB GPA"	pag.12
ES. DI "TAB GPA" (giornalino "TAB GPA") PER ESCURSIONE	pag.13
ESEMPIO DI ELENCO ESCURSIONI GPA	pag.14



Nota: il presente "REGOLAMENTO" annulla e sostituisce ogni sua precedente edizione ANTECEDENTE AL 31/12/2009

CENNI STORICI

LE PRIME TRE ESCURSIONI GPA

- La **PRIMA ESCURSIONE GPA** avvenne il 18 Gennaio 1981 senza che niente e nessuno l'avesse prevista. Difatti i 16 partecipanti (4 adulti e 12 adolescenti fra gli 11 e i 14 anni) partiti da Gorgonzola per una gita sciistica, organizzata dal Gruppo Podistico Mulino Vecchio in Val San Giacomo, ebbero la sfortuna di trovarvi pochissima neve e la grande fortuna di una bella giornata di sole. Così, dopo pranzo a casa di un partecipante (in quel di San Giacomo Filippo a 500 mt slm), la proposta di tramutare la giornata sciistica in una escursionistica raccolse il consenso unanime, tanto più che la meta indicata era ben conosciuta e priva di difficoltà.

L'obbiettivo era Sommarovina (956 mt slm) e poi da lì fino al Cigolino (1165 mt slm) se non ci sarebbe stata neve gelata, poiché nessuno aveva gli scarponi ma solo pedule leggere e doposci. Tutto andò per il meglio. Ci fermammo ai 1200 mt per delle foto ricordo e poi ritornammo allegramente a San Giacomo, da dove, dopo cena e sempre allegramente ce ne tornammo a casa.

- La **SECONDA ESCURSIONE GPA**. Per tutto il 1981 non si fecero più escursioni, ma il bel ricordo di quella prima volta ci fece ritornare nuovamente in quel di San Giacomo a metà Settembre 1982.

La meta adesso è una vera e propria escursione fino a Dalò (1100 mt slm) e poi ai prati di Agoncio (1348 mt slm). I partecipanti sono 21 (8 adulti, 11 adolescenti e 2 bambini). Ad Agoncio un gruppetto che si è staccato dagli altri per andare a cercare funghi, ritorna con due cestini pieni di porcini e mazze di tamburo (che a cena verranno poi cucinati in maniera squisita). Quell'escursione fu perfetta dall'inizio alla fine.

- La **TERZA ESCURSIONE GPA**. Già a Marzo 1983 si programmò una "Camminata in montagna" per il 1° Maggio. Ad incentivarla, come esperimento, si introdusse l'assegnazione di un punteggio podistico, uguale per tutti, valido per la Classifica Annuale del Campionato Podistico in corso: 120 punti per chi arrivava al 1° Rifugio 140 punti a chi arrivava al 2° Rifugio. In pratica, più o meno lo stesso criterio e gli stessi punti che si assegnavano, e che si assegnano tuttora, a chi partecipa alla manifestazione podistica della "STRAMILANO".

La montagna in questione era la Grigna Settentrionale, e i Rifugi: il "Pialeral" a quota 1420 mt e il "Brioschi", posto in cima, a quota 2410 mt.

Comunque non furono certamente i punti podistici a convincere i 40 partecipanti (14 adulti, 20 adolescenti e 6 bambini, 3 dei quali con meno di 5 anni) a presentarsi puntualmente la mattina del 1° Maggio all'appuntamento per la partenza, ma un genuino entusiasmo per l'escursione che ormai correva forte nel "GRUPPO PODISTICO – MULINO VECCHIO".

La partenza da Gorgonzola con una decina di macchine fu senza problemi, come pure l'arrivo ed il parcheggio a quota 900 mt circa dove furono lasciate. Anche la salita fino al 1° Rifugio filò liscia in un clima che a definirlo euforico è dire poco, eppure il cielo era piovigginoso e parecchi già sbuffavano dopo la prima mezz'ora di salita

Nel Rifugio, dove si fermarono saggiamente anche quelli intenzionati a salire fino al “Brioschi”, si consumò un 1° piatto caldo e poi la colazione al sacco portata da casa in una atmosfera generale serena e molto allegra, per niente scalfita dal meteo che fuori si faceva sempre più minaccioso.

Purtroppo era scritto che a vincere in quel giorno non sarebbe stata la semplice determinazione degli escursionisti ma la volontà maligna di una di quelle giornate stregate che anche in seguito il GPA avrebbe subito: così dopo tre ore di felice compagnia si decise, più per i bambini al seguito che per la maggioranza dei partecipanti, di togliere le tende e tornarsene alle macchine.

Salvo un gruppetto sceso con la jeep dal rifugio su un sentiero carrozzabile più a Nord, per gli altri fu una discesa da incubo sotto a una incessante grandinata di oltre 40 minuti: da quota 1400mt, un centinaio di metri dopo l'uscita dal Pialeral, a quota 900mt dove c'erano le macchine

.....

Ed anche se oggi viene più da ridere che da stupirsi (basti pensare alle pesantissime e spettacolari sculettate, in parte ammortizzate dall'acqua e dal fondo fangoso/erboso, o a chi, arrivato/a alle macchine, piangendo o ridendo si stava cambiando da cima a fondo senza avere cambi adeguati, o al momento in cui, riparati per 5 minuti sotto a un casolare diroccato, la grandine che aveva smesso proprio in quel momento ricomincia più violenta di prima appena uscito l'ultimo per riprendere la discesa ecc.ecc.) i pericoli corsi non furono certamente da poco: da quelli di caduta a quelli della perdita di orientamento, da quelli di malanni da raffreddamento a quelli dei colpi di grandine (a tratti grossi come noci...).

Comunque nessuno, tranne un paio di casi per raffreddore postumo ed un po' di bronchite, si fece seriamente del male ed una volta avviati in macchina per il viaggio di ritorno l'allegria ritornò sovrana. Va detto però, ad onor di cronaca, che se non fosse stata la buona conoscenza del percorso nel tratto boscoso da parte dei promotori di quella escursione e non si fossero prodigati nel correre avanti o nel fermarsi indietro in punti strategici ad orientare gli altri in discesa libera (su un sentiero quasi inesistente a causa dell'acqua a torrente che vi si era incanalata) molto probabilmente il “lieto fine” generale sarebbe stato ben diverso

1983 : UFFICIALIZZATO IL “GRUPPO ALPINISTICO MULINO VECCHIO”

Benché nessuno si fosse fatto del male, dopo l'esperienza del Pialeral gli entusiasmi si raffreddarono. I genitori si fecero apprensivi e le partecipazioni calarono considerevolmente. Nelle altre 14 escursioni che seguirono nel 1983, soltanto in 2 si ebbero più di 20 partecipanti. Ma come dice il proverbio, “non tutto il male viene per nuocere” : sull'altro piatto della bilancia, il fatto di essere spesso e volentieri i soliti quattro o cinque (ben determinati), permise al gruppetto di effettuare escursioni che diversamente non avrebbero potuto programmare.

Così, una dopo l'altra, malgrado una sostanziale inesperienza ed un equipaggiamento inadeguato (fra cui scarponi chiodati, vecchissimi, rigidissimi ed anche di tre numeri superiori...) verranno raggiunte più di 10 cime, fra cui le due Grigne (mt.2184 e mt.2410); il Pizzo Arera (mt.2512); il Pizzo della Presolana (mt.2521); il P.zo Tambò (mt.3275) e il P.zo Stella (mt.3163).

Su quest'ultimo a quota mt.3163, il 27 Agosto 1983, i quattro fondatori del "Gruppo Podistico Mulino Vecchio Gorgonzola" salutarono con tre poderosi URRRA' anche la nascita del "GRUPPO ALPINISTICO MULINO VECCHIO", che abbinato a quello podistico diventerà definitivamente quello che è ancora ai giorni nostri il "GRUPPO PODISTICO ALPINISTICO (GPA) – MULINO VECCHIO".

Il nuovo Gruppo, oltre alle cronache delle sue attività podistiche, iniziò a pubblicare anche le sue avventure alpinistiche su un settimanale locale che arrivava in quasi tutte le famiglie Gorgonzolesi.

Nello stesso anno, fin da Maggio, è in atto l'abbinamento di un punteggio alpinistico (di sola partecipazione, uguale per tutti) a quello podistico. Ma ad Ottobre l'esperimento viene bocciato senza alcun ripensamento: le due attività dovranno rimanere separate e distinte. Quindi su "TAB-GPA" appariranno le Tabelle podistiche relative al Campionato Podistico e quelle alpinistiche relative esclusivamente alle escursioni.

NUMERI GPA

Dall'inizio della sua attività alpinistica a tutt'oggi (31 Dicembre 2009) il GPA ha eseguito 236 escursioni e raggiunto la vetta di 105 cime diverse, fra cui quelle del Monte Bianco – Monte Rosa – Gran Paradiso ed Adamello. 154 (94m. e 60f.) sono gli escursionisti che hanno partecipato almeno ad una "escursione GPA".

Totalmente originale GPA, fin dal 1981, è la quantificazione in PUNTI-DISLIVELLO-ORE-DIFFICOLTA' di 1° e 2° GRADO ALPINISTICO-N° e TIPO ESCURSIONI FATTE-N° e TIPO DI CIME RAGGIUNTE-REGOLAMENTO ESCURSIONISTICO (il presente).

Originale GPA è pure la "GRADUATORIA ESCURSIONISTICA GPA" in cui sono riportati tutti i risultati alpinistici conseguiti, fin dal 1981, da qualsiasi Escursionista GPA a tutto il 31-12-2009.

L'elenco delle Escursioni GPA eseguite, con tutte le specifiche relative, è riportato periodicamente su "GPA".

LE ESCURSIONI - GPA

ABBREVIAZIONI NEL CAPITOLO:

E/GPA = Escursionista GPA che ha già partecipato ad escursioni GPA

ESC/GPA = Escursione GPA

GPA = "GRUPPO PODISTICO ALPINISTICO – MULINO VECCHIO"

TAB/GPA = Giornalino settimanale del GPA

SITO/GPA = Sito web del GPA : www.gpamulinovecchio.it

AVV/ESC = "Avvisi di Escursione – GPA" fatto su TAB/GPA

E/GPA/PROM = E/GPA che ha già acquisito notevole esperienza escursionistica, sia per il N° di escursioni eseguite che per il N° di DIFFICOLTA' superate (vedi "NOTE TECNICHE" di questo Capitolo, in par."1")

A) Le ESC/GPA nascono solo e soltanto nell'ambito escursionistico del GPA da E/GPA/PROM, che, normalmente, partecipano al Campionato Podistico "Amatori Corsa-GPA".

B) Nel periodo di svolgimento del suddetto Campionato le ESC/GPA (tranne 5 domeniche, come previsto nel Regolamento Podistico) hanno ragione di essere soltanto se programmate nella giornata del Sabato. Negli altri periodi possono essere programmate per qualsiasi giorno della settimana ma solo e soltanto se la loro programmazione è stata resa nota su TAB/GPA prima della sosta estiva del suddetto Campionato e/o prima della sosta invernale tra la chiusura del vecchio Campionato e l'inizio del nuovo.

C) Le ESC/GPA non hanno alcun fine di lucro né per gli E/GPA/PROM né per il GPA.

D) Il GPA non organizza alcun tipo di escursione. Il GPA informa, registra, quantifica, racconta e sostiene, tramite il suo TAB/GPA e/o il suo periodico "GPA" e/o il suo sito web SITO/GPA, le attività escursionistiche dei/delle suoi/sue amatori/amatrici qualora, in osservanza del presente Regolamento, notifichino alla Sede GPA, con correttezza e precisione, le loro esperienze escursionistiche.

E) Le ESC/GPA si dividono in quelle "già" fatte prima" e in quelle "mai fatte prima dal GPA".

F) Una ESC/GPA per essere definita tale deve: 1) essere promossa da almeno due E/GPA/PROM di cui almeno uno l'abbia già eseguita in passato; 2) darne avviso su TAB/GPA secondo la prassi e le modalità GPA; 3) essere solo per maggiorenni, a meno che i minorenni siano accompagnati da almeno un genitore o da chi ne fa le veci (con dichiarazione scritta da entrambi i genitori).

G) Una "ESCURSIONE UFFICIALE GPA" per essere ritenuta tale deve: 1) essere stata eseguita da almeno due partecipanti; 2) essere relazionata con correttezza e precisione secondo le norme GPA; 3) non aver implicato il buon nome del GPA con gesti o comportamenti lesivi dell'ambiente montano. Può essere ritenuta ESC/UFF/GPA anche quella (fatti salvi i paragrafi "F" e "G") partecipata con altri Gruppi e/o Società (tipo CAI ecc.), qualora vi siano almeno due E/GPA/PROM che facciano una relazione tecnica (vedi "Note tecniche" par. "3").

H) Tutte le ESC/GPA sono totalmente libere ed ogni partecipante è totalmente libero, come si fa tra amici, di aggregarsi o non aggregarsi agli E/GPA/PROM, così come gli E/GPA/PROM sono totalmente liberi di non aggregarsi con partecipanti non ritenuti, a loro insindacabile giudizio, non equipaggiati e/o non attrezzati adeguatamente e/o contrari allo spirito di Gruppo, indispensabile per farsi un'utile compagnia. Comunque sia gli uni che gli altri (gli E/GPA/PROM senz'altro) dovranno attenersi al paragrafo "G". Il GPA poi valuterà, a suo insindacabile giudizio, se ritenere valida o meno l'escursione degli uni e/o degli altri e/o di entrambi.

I) Per principio le ESC/GPA dovranno seguire i sentieri ed i tratti ed i passaggi più facili e comunque meno pericolosi.

L) Le ESC/GPA dovranno sempre includere, per iscritto nell'AVV/ESC su TAB/GPA e/o verbalmente soprattutto nel periodo estivo/invernale, le previsioni meteo e la fonte da dove queste sono state date.

M) Nell'AVV/ESC da pubblicare su TAB/GPA ci dovrà essere sempre la nota che invita i possibili partecipanti a prendere visione del presente Regolamento. Come pure nel periodo estivo/invernale tramite invito verbale a leggersi copia del suddetto.

N) Il GPA pensa che sia una buona cosa l'iscrizione al CAI, soprattutto per chi compie escursioni con una certa frequenza.

NOTE TECNICHE sulle escursioni GPA

1) Sono E/GPA/PROM quegli escursionisti che in "GRADUATORIA ESCURSIONISTI-GPA" abbiano già maturato un'esperienza escursionistica quantificata in almeno 2000 "punti escursionistici" ed in almeno 800 punti "difficoltà di 1° grado" e 600 punti "difficoltà di 2° grado".

2) Gli E/GPA/PROM, almeno in due, possono eseguire escursioni (salvo i paragrafi precedenti) mai fatte prima dal GPA senza darne avviso su TAB/GPA, ma soltanto agli altri E/GPA/PROM e a quanti in "Graduatoria Escursionisti-GPA" abbiano un punteggio significativo.

3) Ogni E/GPA deve essere relazionata da un E/GPA/PROM con: nome, cognome e data di nascita completa di chi ha compiuto l'escursione; orari di partenza ed arrivo al parcheggio macchina; orario di partenza con zaino in spalla; orario di arrivo ad ogni punto di sosta; tempi di sosta; orario di arrivo alla meta prefissata; idem su tutto il percorso di ritorno; foto di partenza ed arrivo con macchina; foto di partenza con zaino in spalla; possibilmente delle foto anche nei punti di sosta o particolare interesse; foto di cima e/o di meta; piccola cronaca sull'escursione eseguita. I partecipanti non aggregati agli E/GPA/PROM dovranno relazionare essi stessi e consegnare la relazione scritta più foto agli E/GPA/PROM oppure alla sede GPA.

4) L'AVV/ESC che gli E/GPA/PROM danno su TAB/GPA deve evidenziare: chiaramente le mete previste; il punto di ritrovo (il più vicino al punto di partenza con zaino in spalla); l'orario ed il luogo di partenza con zaino in spalla (con almeno 30' di tolleranza); note informative sull'escursione in programma; i recapiti telefonici (almeno uno) degli E/GPA/PROM; le previsioni meteo e la loro fonte; la nota finale in cui si invitano gli eventuali partecipanti ad essere muniti di telefono cellulare e di eventuale equipaggiamento particolare e di conoscenza del presente Regolamento e di eventuali contatti pre-escursione in modo da semplificare meglio ogni cosa.

L' ESCURSIONISTA GPA

A) L' ESCURSIONISTA GPA è, per definizione, un amatore/amatrice GPA o una matricola GPA, partecipante al Campionato Podistico "AMATORI CORSA-GPA" nell'anno in corso, che si aggrega agli Escursionisti GPA per una escursione di cui è stato dato l'avviso su TAB/GPA.

B) L' ESCURSIONISTA GPA è anche quell'escursionista che negli anni passati ha già partecipato ad almeno una Escursione GPA e ad almeno due corse del Campionato Podistico; oppure ad almeno tre Escursioni GPA.

C) L' ESCURSIONISTA GPA è pienamente e totalmente libero nelle sue azioni e, come tale, pienamente e totalmente responsabile di se stesso. Deve essere maggiorenne e, se non lo è, essere accompagnato da almeno un genitore o da altra persona delegata da entrambi i genitori (se viventi, altrimenti da chi ne è, in qualche modo, responsabile e/o tutore).

D) L' ESCURSIONISTA GPA è colui che, a conoscenza del presente "Regolamento" e dell'AVV/ESC, si presenta (possibilmente dopo aver contattato, almeno un giorno prima, i promotori dell'AVV/ESC) nell'orario indicato al Punto di Ritrovo. Nel periodo Estivo o Invernale la prassi sarà identica a quella del periodo di attività del Campionato Podistico, tranne che gli avvisi di escursione verranno dati on-line sul sito GPA o telefonicamente confermando di volta in volta l'escursione stabilita nel PROGRAMMA ESTIVO e/o INVERNALE.

E) L' ESCURSIONISTA GPA, una volta raggiunto il "Punto di Ritrovo", avrà cura: di posteggiare la macchina in spazi idonei e comunque non vietati (eventualmente chiederne localmente il permesso); di rintracciare gli altri escursionisti ed unirsi a loro senza fare rumori inutili o schiamazzi, dato l'orario mattutino; di rintracciare telefonicamente gli eventuali ritardatari per sapere come comportarsi; di non partire comunque, prima dell' "Orario di Partenza", se non è più che certo che nessun altro potrà arrivare; di rinunciare all'escursione in qualunque caso ci si ritrovi da solo al "Punto di Partenza" (nel caso non volesse rinunciare controlli di avere con se il telefonino, la cartina del percorso, gli abituali numeri telefonici – primo fra tutti quello del Soccorso Alpino – e, meglio ancora, aspettare che qualcuno pratico del sentiero faccia lo stesso tragitto per potersi accompagnare).

F) L' ESCURSIONISTA GPA, una volta avviato con zaino in spalla assieme agli altri escursionisti GPA, mantiene un'andatura con passo adeguato a quello più lento del gruppo e non lascerà mai, comunque, che qualcuno rimanga indietro (e se, per cause di forza maggiore, dovesse farlo, si premurerà di fare tutto il possibile per aiutare l'amico o il compagno rimasto indietro).

G) L' ESCURSIONISTA GPA, probabilmente idoneo per il tratto intermedio dell'escursione (solitamente un Rifugio od un Bivacco ecc. che si trova a non più di una / max due ore e mezza dal "punto di partenza con zaino in spalla"), deve valutare molto attentamente se si sente in grado di proseguire oltre verso fatiche supplementari e difficoltà a cui potrebbe non essere ancora adeguatamente preparato, rischiando danni per se stesso e per chi avrà vicino.

H) L' ESCURSIONISTA GPA, prima di proseguire oltre il punto intermedio (solitamente un Rifugio) si premurerà di :

- a** - lasciare detto ai propri compagni fermi al Rifugio od ai gestori del Rifugio stesso, l'itinerario e l'orario (più o meno) del ritrovo previsto al rifugio
- b** - accordarsi con gli altri escursionisti GPA che, come lui, intendano proseguire e con loro stabilire quale sarà l'escursionista GPA più esperto che farà il passo ed in un certo senso anche la guida
- c** - scambiarsi il numero di cellulare e del Soccorso Alpino coi propri compagni, sia con quelli che proseguiranno insieme a lui e sia con quelli che aspetteranno al rifugio
- d** - controllare che l'equipaggiamento e l'eventuale attrezzatura (caschetto, imbracatura, cartina ecc.) sia tutto in ordine

I) L' ESCURSIONISTA GPA è rigorosamente rispettoso delle Leggi che regolano l'ecosistema circostante.

L) L' ESCURSIONISTA GPA è preferibilmente iscritto al C.A.I. .

L'ESCURSIONISTA GPA ESPERTO

Si può definire "ESCURSIONISTA GPA ESPERTO", innanzitutto chi conosce, ama, rispetta, teme, apprezza e valorizza la montagna nel suo insieme. Poi, chi ha affrontato, e superato con sufficiente sicurezza, qualsiasi tipo di percorso escursionistico disseminato anche di tratti difficoltosi come quelli riportati al paragrafo "Difficoltà di 1° e 2° grado".

Tecnicamente, può ritenersi "Escursionista GPA Esperto" chi sappia (o abbia saputo) superare con sufficiente sicurezza: passaggi rocciosi di 1° e 2° grado ed anche brevissimi tratti di 3° grado non esposto; brevi passaggi ferrati di 2°/3° grado ed anche brevissimi tratti di 4° grado non esposto; passaggi in cresta con discreta pendenza laterale; passaggi su sentierini in costa con forte pendenza laterale; passaggi su brevissimi tratti gelati pendenti; momenti di scarsa e scarsissima visibilità; temporali improvvisi; perdite di tracce o di sentiero.

Inoltre un buon escursionista "esperto" sa che non dovrebbe mai:

- a** - proseguire su un percorso (a meno che l'indietreggiare comporti un rischio maggiore) quando si accorge che il continuare (soprattutto su un sentiero o su un passaggio mai effettuato prima) sarebbe troppo pericoloso per se e per chi è con lui
- b** - andare in escursione da solo su sentieri poco battuti e comunque di lunga percorrenza
- c** - andare in escursione quando le previsioni meteo non sono buone o quanto meno non vi siano Rifugi o Bivacchi a meno di due ore di cammino su facile sentiero
- d** - essere male equipaggiato (meglio avere qualche chilo in più sulle spalle che correre rischi)
- e** - essere poco informato su di un percorso o su di un'escursione mai effettuata prima
- f** - mai effettuare escursioni che richiedano un numero di ore di effettivo cammino superiore a quelle per cui si sente adeguatamente allenato
- g** - mai rischiare passaggi pericolosi affrettati senza prima aver studiato attentamente la possibilità di alternative meno pericolose
- h** - violare le leggi che regolano l'ecosistema dell'ambiente in cui si svolge l'escursione.

In più nel bagagliaio di un escursionista esperto e completo non dovrebbe mancare: esperienza di pernottamento in Rifugi, Bivacchi e tendine; almeno una decina di escursioni alpine sopra i 3000mt ed un paio sopra i 4000mt; capacità di escursioni che comportano anche 15/20 ore di effettivo cammino complessivo, svolto in due giornate ravvicinate; un buon senso dell'orientamento; un finale ringraziamento alla montagna, ai compagni di escursione (ed al Padreterno o alla buona sorte) dopo il ritorno, sani e salvi, al punto di partenza.

PUNTEGGI ESCURSIONISTICI

PREMESSE

Le altitudini riportate su “TAB GPA” e su “Periodico GPA” possono non coincidere (questione di pochi mt comunque) con quelle riportate dalle cartine topografiche più aggiornate.

Alcune escursioni con punto di partenza ed obiettivo finale uguale possono riportare punteggi differenti. Ciò è dovuto a punti o quote di partenza differenti o percorsi differenti, o periodi (estivo/invernale) diversi ecc. .

I “**DISLIVELLI TOTALI**” riportati sulla tabella GPA e nel capitolo “ESCURSIONI UFFICIALI GPA” si riferiscono a quelli registrati dal punto di partenza con zaino in spalla al punto più alto superato nell’escursione, più altri eventuali dislivelli qualora su di un percorso in salita vi fossero discese e relative risalite. Esempio: se su un sentiero in salita si presenta una discesa di 100mt (magari per superare un vallone) il “dislivello” di quell’escursione avrà un “dislivello totale” maggiore di 200mt ; poiché la stessa salita in quel tratto si presenterà anche in discesa . Inoltre il “dislivello totale” è sempre maggiorato almeno al 100 mt superiore (Es. un dislivello effettivo di 1220mt sarà arrotondato a 1300mt, anche in considerazione delle varie piccole salite che non vengono rilevate).

Le “**ORE TOTALI**” indicate per compiere un’escursione GPA tengono conto, oltre ai tempi di cammino, anche di quelle soste che normalmente rientrano in un’escursione che non sia soltanto un fatto puramente atletico-sportivo (soste di riposo o per colazione; cambio di indumenti; togliere e mettere ramponi o imbracature; foto e/o riprese con la telecamera; osservazione del territorio, del paesaggio, della fauna ecc.).

Le ore sono registrate comunque sul passo di un escursionista tranquillo, caricato mediamente con 5/16-18 Kg di zaino, che in un’ora – compresa una percentuale di tempi per le soste sopra scritte – supera circa 200/400 mt di dislivello tra salita e discesa. Inoltre su ogni escursione GPA sono previste, in aggiunta ai tempi di escursione, “x” ore valutate per motivi vari.

NOTE:

1) Da tener presente che, soprattutto su creste e cime, possono presentarsi delle **variazioni dovute al degrado roccioso e morenaico o al ritiro o scomparsa di ghiacciai o all’esistenza di tratti ferrati o meno ecc.** Per cui può essere che ciò che era facile 20 anni fa oggi sia difficile o viceversa.

2) La quantificazione delle “DIFFICOLTA’ ” riportate sulla presente tabella sono state assegnate su escursioni eseguite, normalmente, nel periodo estivo. È chiaro che per escursioni da eseguire in altri periodi dell’anno, specialmente in inverno, le quantità di difficoltà possono cambiare notevolmente.

Comunque l’escursionista GPA per avere indicazioni precise su un determinato tratto o su di un sentiero di una determinata escursione avrà cura di informarsi sulle edizioni di altre società (esempio CAI) più specializzate. La nostra è e vuole essere una avvertenza da prendere in considerazione come indicazione puramente soggettiva da parte di chi ha fatto per la prima volta una determinata escursione.

3) Il conteggio delle ore per i motivi precedentemente riportati potrà risultare eccessivo per chi va normalmente in escursione superando, con passo altrettanto tranquillo, almeno 500/600 mt di dislivello/ora tra salita e discesa. Così come è chiaro che un escursionista (o più escursionisti) allenato, in una giornata di sicuro bel tempo, con indumenti, zaino e scarponi leggeri addosso e su un sentiero senza o con poche difficoltà può ridurre di molto i tempi di cammino specialmente se il percorso presenta un fondo asciutto, compatto e con poca marcia di avvicinamento.

Comunque sulle originali “**TABELLE ESCURSIONI GPA**” sono segnalati esattamente (al minuto) i tempi di effettivo cammino e le soste effettuate (superiori ai 5 minuti) dal gruppo di escursionisti in ogni singola escursione.

(Vedi esempio di “Tabella Escursionistica GPA”)

CALCOLO PUNTEGGI

I “**PUNTI ESCURSIONISTICI**” sono quantificati in base ad una valutazione tecnica che assegna:

- 1 punto x ogni ora di escursione
- 1 punto x ogni 100mt di dislivello in salita
- 1÷3 punti per lunghe marce di avvicinamento
- 1÷3 punti per lunghi passaggi su ghiaccio o neve o morena
- 3 punti per una cima raggiunta in un giorno
- 5 punti per più cime raggiunte in un giorno
- 3 punti per escursioni eseguite in 2 giorni di seguito con almeno 1800mt di dislivello totale raggiunto in salita
- 3 punti per un carico di alta montagna (vedi “Equipaggiamento tipico minimo”)
- 1 punto per pernottamento in Rifugio
- 3 punti per pernottamento in bivacco
- 4 punti per pernottamento in tendina
- 5 punti per escursioni sopra i 3600mt

I punti di “**1°GRADO**” e di “**2°GRADO**” sono assegnati anch’essi in base ad una valutazione tecnica (in questo caso soggettiva) per richiamare l’attenzione sulle difficoltà presenti su un percorso.

Comunque il punteggio per le difficoltà di 1° e 2° grado tiene conto: dei passaggi su roccia con sufficienti o scarsi punti di appoggio; passaggi su roccia esposta o non esposta; passaggi su ferrate non particolarmente impegnative e comunque con sufficienti punti di appoggio; passaggi in cresta con pendenza laterale; passaggi ripidi su morene a fondo instabile; possibili passaggi su tratti ripidi gelati; passaggi su nevai ripidi; passaggi su ghiacciai e/o crepacciate; alta quota ; possibile pernottamento disagiato.

ESEMPIO DI EQUIPAGGIAMENTO ESCURSIONISTICO

Equipaggiamento tipico minimo :

Per alta montagna senza ghiaccio, senza Rifugio e senza pernottamento: zaino, indumenti di cambio, giacca a vento, camicia pesante, berretto, cuffia di lana, bastoni, caschetto, imbragatura, beverage, viveri per un giorno.

Attrezzatura da dividersi fra gli escursionisti partecipanti: 20mt di corda, martello, qualche chiodo da parete, qualche chiodo da terra, qualche moschettone, cannocchiale, macchina fotografica, telecamera, altimetro, bussola, medicinali d'emergenza, cartina topografica, copertina d'alluminio, sacchetti di plastica per cambi bagnati, coltellino multiuso, telefono.

Attrezzatura supplementare per ghiacciaio e pernottamento in quota: piccozza, supplemento indumenti di cambio, supplemento viveri, ramponi, sacco a pelo, guanti, fornellino, pentolino, scodelline, accendino, occhiali da ghiaccio, eventuale tendina ecc. .

ESEMPIO TIPICO DI AVVISO ESCURSIONE GPA SU “TABELLA GPA”

Sabato 23 Giugno 2002 escursione GPA n°161 al monte Resegone con due mete: Rifugio CAM a 1220mt e cima Resegone a 1875mt.

RITROVO ad Erve (mt 600) dalle ore 7 alle 7:30' nei pressi della stradina che porta all'inizio del sentiero x il Rifugio CAM.

PARTENZA con ZAINO IN SPALLA alle ore 7:35' dal piazzale terminale della stradina suddetta .

N.B.: l'escursione, a seconda dei partecipanti per le due mete sopra indicate, potrà imboccare il sentiero “San Carlo” (pendenza più dolce, graduale e senza difficoltà), oppure il sentiero “Prà di Ratt” (più ripido ma più breve e con qualche difficoltà di 1° grado).


Una volta raggiunto il Rifugio CAM, dopo una sosta adeguata, chi vuole ha la possibilità di fare escursioncine nei dintorni oppure riposare ulteriormente oppure, se ne ha voglia e soprattutto se si sente preparato e allenato sufficientemente e con condizioni meteo buone, ha la possibilità di proseguire fino alla cima del Resegone. In questo caso troverà difficoltà di 1° e 2° grado (ed anche piccoli tratti di 3° grado) se prenderà il sentiero della “Ferrata del Centenario” e difficoltà di 1° grado (e piccoli tratti anche di 2° grado) se prenderà il sentiero del canalone centrale.

NOTA: consultarsi telefonicamente la sera prima dell'escursione,
alcuni riferimenti telefonici: 02.9876543 (Tizio) – 02.1234567 (Caio)

ESEMPIO DI TABELLA GPA

TABELLA GPA N° 75/2	ESCURSIONE ANNO 1983 N° 12	ESCURSIONE dal 1977 N° 14	DATA 24-9-83	OBIETTIVI RAGGIUNTI CON ZAINO IN SPALLA a mt.										
<p>NOTE: Giornata stupenda sotto ogni aspetto. Partenza da S. Giacomo con un cielo stellato favoloso ed una Venere immensa da sembrare quasi la luce di un faro. Alla Dogana dobbiamo aspettare un bel po' prima di vedere qualcuno. Finalmente un finanziere in maglietta si indica più avanti un paletto con la freccia per il sentiero del Tambo. Incamminati al buio, smarriamo e ritroviamo più volte il sentiero. Senza problemi la salita al Tamborello e seguente discesa sul fianco del Lattenhorn (m. 2852). Problemi, invece per la s. zeri: sal meno 1 davanti. lanci faccchi è stato. (tote basissime univalete ex manca di roopa) son 2 mt di vecchia corda dei panzi) e Favoloso lo stupendo paesaggio circostante - Lunghe bevute a gogo</p>				<p>(Passo dello Spluga) 2115 Cima Tamborello 2669 Cima Pizzo Tambo 3275</p>										
PUNTEGGIO ALPINISTICO														
FATTORIO 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28	COGNOME	NOME	ANNO NASCITA	ESCURSIONISTICO	DIFFICOLTA' 1° GRADO	DIFFICOLTA' 2° GRADO	N° ORE TOTALI	DISLIVELLO TOTALE in mt.	N° CIME RAGGIUNTE tra i 1000 e oltre 1000 mt. 2000 mt. 3000 mt.					
	Esc.	Anno	Totale	Esc.	Anno	Totale	Esc.	Anno	Totale					
1	Villa	llo	37	30	270	25	80	15	45	10	103	1300	13200	2
2	Villa		67	30	270	25	80	15	45	10	103	1300	13200	2
3	Villa		68	30	270	25	80	15	45	10	103	1300	13200	2
4	Villa	co	70	30	270	25	80	15	45	10	103	1300	13200	2
5	Piro	mo	68	30	135	25	45	15	25	10	51	1300	6400	2
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														
15														
16														
17														
18														
19														
20														
21														
22														
23														
24														
25														
26														
27														
28														

RIFERIMENTI ESCURSIONE	PUNTEGGIO ESCURSIONE
Partenza da S. Giacomo F. h. 5.13'	ORE TOTALI 10
Arrivo Dogana Passo Spluga h. 6.03'	DISLIVELLO TOTALE 1300
Partenza con zaino h. 6.31'	Punti per ore e dislivello e cima 26
Arrivo in cima al Tamborello h. 7.40'	* marcia avvicinamento 1
Arrivo sul calmo del Pan di Zucch. h. 10.24'	* per marcia su ghiacciaio 1
in inizio piramide terminale h. 11.00	* per orcio alta montagna 2
Sosta 30'	* per pernottamento bivacco -
Arrivo in cima al Pizzo Tambo h. 12.34'	* per pernottamento in tenda -
Sosta 49'	TOTALE PUNTI ESCURSIONISTICI 30
Partenza x Passo Spluga h. 13.23'	DIFFICOLTA' 1° 2°
Arrivo al P. di Zucchera h. 14.40'	Passaggi rocciosi • •
Sosta 55'	* su sentieri pericolosi • •
Arrivo al Passo dello Spluga h. 18.02'	* su ferrate • •
Partenza per S.G. h. 18.10'	* su scarpate ripide • •
Arrivo a S.G. h. 19.25'	* su creste • •
	* su ghiaccio • •
	* ripidi su roccia fine • •
	* ripidi su roccia grossa • •
	* su roccia senza appigli • •
	TOTALE PUNTI DIFFICOLTA' 25 15
	N.B. Arrotondamento a ore e dislivello



G.P.A.
Gruppo Alpino
MULINO VECCHIO

Sede
Tel. 029513622
VIA CARLONI 20

GORGONZOLA

Esempio di Tabella Escursionistica GPA

ESEMPIO DI ELENCO ESCURSIONI GPA

REGISTRAZIONE GPA				LOCALITA' MONTAGNA				PUNTEGGI					
Escursione N°	Tab GPA N°	DATA	Partecipanti N°	Località dove ha avuto inizio il cammino a piedi	A quota mt.	OBIETTIVI RAGGIUNTI		A quota mt.	Ore di cammino per salita e discesa	Dislivello tot	Punti escursione	DIFFICOLTA'	
						Località Rifugio Cima						punti 1° grado	punti 2° grado
60	235	20/08/87	4	Le Nid d'Aigle	2.372	Rifugio Gouter		3.818	20	2600	60	70	70
		21/08/87	4			CIMA A.DE GOUTER		3.863					
						Bivacco Vallot		4.362					
						CIMA MONTE BIANCO		4.807					
61	256	4-4-88	10	Candalino	500	Cime corni di Canzo		1.373	Vedi Escursione N° 13				
62	281	2-7-88	6	Sotto Rif.Roccoli	1.400	Cima Legnone		2.609	Vedi Escursione N° 25				
63	282	16-8-88	4	S.Giacomo Filippo	500	Risalita Torrente Liro			2	200	4	5	5
						Mescolana		700					
64	284	12-2-89	6	Colmo del Piano	1.124	CIMA GERBAL		1.318	7	800	19	-	-
						CIMA PONCIV		1.453					
						Cima di Costone		1.614					
						Cima Monte S.Primo		1.686					
						Pian del Tivano		950					
Rif. Stoppani		1.124											
65	294	25-4-89	8	Candalino	500	Cime corni di Canzo		1.373	Vedi Escursione N° 13				
66	302	25-6-89	8	Erve	600	Cime Monte Resegone		1.875	Vedi Escursione N° 24				