

Un'idea per il fine settimana

Organo informativo Sezione Escursionismo FIE Cral Galliera

Escursionismo, gite varie, viaggi, vita all'aria aperta...

Numero 6



Salendo lungo il sentiero Frassati, nei pressi della Punta Pietralunga, sopra l'Acquasanta (9 ottobre 2005)



Lettera aperta del Presidente della Sezione Escursionismo

Relazione di Maurizio Lo Conti al termine del triennio 2003\05.

Metereologicamente parlando, l'anno 2005, è stato uno dei peggiori, costringendoci a rinviare ad altra data ben 9 gite! Inoltre, alcune escursioni sono risultate più o meno bagnate (due gocce sulla Cinque Campanili di Zoagli, tanta acqua sul Margueris e sulla Maremonti Arenzano). Un disastro, insomma... Questo fatto, oltre a stressare oltremodo il sottoscritto (è veramente faticoso ed oneroso tutte le volte preparare e, poi, all'ultimo momento, rinviare...), ha, inevitabilmente, avuto il risultato di registrare una leggerissima flessione sulla media dei partecipanti (uno 0, qualcosa), in controtendenza rispetto al passato. La media è comunque sempre sopra le 20 unità.



(segue a pagina II)

Sommario:	<i>pag</i>
<i>L'anello Frassati</i>	II
<i>L'angolo cottura</i>	III
<i>La giornata del Cammino Alleanza</i>	IV
<i>La Maremonti 2005</i>	IV
<i>Anteprima, estate 2006: da Vis a Split</i>	V
<i>Appunti di viaggio: Irlanda</i>	VI
<i>Liguria, entroterra sconosciuto</i>	VIII



(segue dalla prima pagina)

In ogni caso, veniamo ora ai prossimi anni. Quale sarà il futuro della Sezione Escursionismo? Non lo so... Il mio mandato scade, come termina anche quello di tesoriere... Nutro la massima fiducia nel presidente in pectore Dott. Danilo Cosso, ma non dipenderà solo da lui... Cosa deciderà il nuovo direttivo? Le promesse fatte saranno mantenute o rimarranno solo parole? Di certo c'è solo che io in questi anni ho gestito e fornito un servizio di tipo quasi professionale e per poter continuare servono non meno di 1500 euro all'anno. E' chiaro che se le promesse non verranno mantenute, mi vedrò costretto a congelare il tutto in attesa che la situazione si sblocchi. Una cosa è certa. Se voi vorrete, per il 2006/08, sarò disponibile ad un nuovo mandato, ma sarà sicuramente il mio ultimo triennio come Presidente della Sezione escursionismo. Alla fine del 2008 lascerò in ogni caso. Sarà quindi compito non solo mio ma di tutti, trovare valide soluzioni alternative per permettere la sopravvivenza della Sezione Escursionismo. E' un sfida molto difficile, non so se sarà vinta...

TABELLA - ATTIVITA' PROPOSTA PER L'ANNO 2006 (Info: 010 563 2303 ufficio)				
DATA	LUOGO	PERCORRENZA	DISLIV.	DIFFIC.
5 Febbraio	Il Finalese: l'anello della rocca di Corno	4h	200 mt	EM/EE
5 Marzo	Da Monterosso a Vernazza, per santuari e lungo l'AV delle 5 Terre(G.F.)	4h	550 mt	EM
2 Aprile	Il Castell'Ermo e le guglie del "giardino" del monte Nero (Guide Fie)	4\5h	670 mt	EM
7 Maggio	L'anello del lago Badana, nel parco regionale di Marcarolo	3\4h	300 mt	TEM
11 Giugno	La catena dell'Antola: i monti Chiappo ed Ebro	4h	400 mt	T
14\16 Luglio	Week end al rifugio Ciarlo Bossi: cima Pian Ballaur	7h	1100 mt	EE
9\10 Sett.bre	Maremonti Arenzano, 22a edizione	diverse tipologie	diversi	TEM/EE
1 Ottobre	Nella faggeta del monte Gottero e della "Foce dei Tre Confini"	3\4h	550 mt	EM
12 Novembre	Il monte Reale (spaghettata)	2\3h	400 mt	TEM
25 o 26 Nov.	Cena o pranzo di fine anno	-	-	-



Difficoltà escursionistiche: T = turistica/facile; EM = escursionisti medi; EE = escursionisti esperti. Le date e le gite sono indicative, soggette a conferma. Ecco la bozza di programma per l'anno 2006. Come sempre, si tratta del catalogo base, a cui verranno aggiunti, in corso d'opera, alcuni extra riservati, però, ai soli soci FIE (nel 2005: Nervi-Bogliasco, giornata FIE, il monte Spinarda...). Inoltre, nulla vieta di arricchire ulteriormente le proposte sopra riportate, purché, chi suggerisca dei nuovi itinerari, si accoli, poi, anche l'onere/onore di organizzarli.

L'anello Frassati

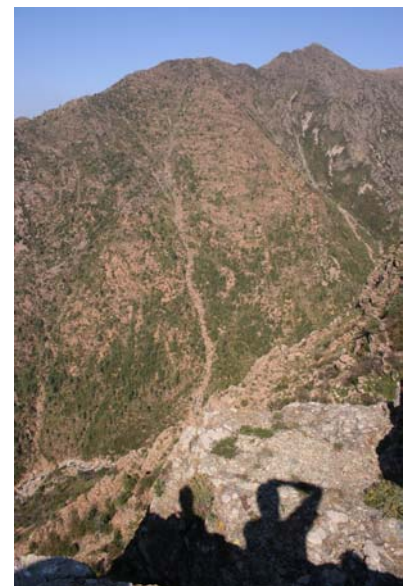
testo di Davide Laricchia

UN PERCORSO PER NON VIVACCHIARE... Il sentiero Frassati della Liguria è un affascinante itinerario che si inerpica, tra pietre e scorci mozzafiato, appena dietro l'antico e un po' triste santuario dell'Acquasanta. Ci lasciamo guidare in questa scoperta da Piero Bordo, che del sentiero è stato ideatore e co-realizzatore, insieme al CAI di Bolzaneto, alla FIE e a tutta una schiera di gruppi ed associazioni che lo hanno costruito e che, in quello spirito di amore per la montagna tanto vivo in Pier Giorgio Frassati, lo mantengono pulito e ben segnalato. La giornata è splendida, solare e aperta (Il Guru meteo Maurizio ci ha preso anche stavolta!!), e il sentiero alterna salite più impegnative con tratti in piano a mezza costa, sempre sotto l'occhio vigile della



(←) Punta Pietralunga, che dall'alto ci indica la direzione.

Un mio caro amico, montanaro moderato, diceva che la strada, per capirla, devi fartela entrare dai piedi, modo forse un po' rozzo ma poetico per significare che, senza "ascoltare i tuoi passi" puoi scalare tutte le vette del mondo senza capire un fico di quel legame che ci può avvicinare alla montagna. Per molti camminare per sentieri è un'evasione, un passatempo innocuo come le carte o il circolo di bocce, per altri una fatica inutile, ché per vederle le montagne basta prendere la macchina e arrivarci in cima o comprarsi un bel libro di foto. Ma per altri la montagna è una vera e propria "invasione" nella vita, un modo disarmante per tentare un contatto coi propri limiti e provare a fare esperienza (seppure in dosi omeopatiche) di valori quali l'essenzialità, la fatica e il lento costruirsi delle cose. E' difficile ora non intravedere tracce di questo richiamo in quanto ci circonda, nella natura ruvida e spigolosa che domina il Rio Baiardetta, nella cava abbandonata di bielenite oppure tra le fragorose risate del Rio Condotti. Frassati ripeteva spesso che voleva vivere e non vivacchiare e forse questo sentiero così bello quanto immediato e sorprendente, lo troverebbe d'accordo...vivere e camminare sono due cose diverse ma dentro l'amore per la montagna spesso si nascondono risorse inaspettate...



↑ Sullo sfondo Punta Martin

N.d.r.: Il Beato Frassati è vissuto all'inizio del XX Secolo; nel corso degli anni sono stati intitolati, in tutta Italia, vari percorsi a questo personaggio che, nella sua breve esistenza, ha dedicato particolare attenzione ai poveri e agli ammalati.



L'Angolo Cottura

di **Patrizia LANDI**

La torta margherita ai mirtilli



Gli ingredienti per 10-12 persone:

200 gr. di farina, 200 gr. di zucchero, 100 gr. di fecola di patate, 3 uova, 125 gr. di burro, due yogurt interi con mirtilli da 125 gr. (chi preferisce un gusto più delicato sostituisca uno yogurt con circa mezzo bicchiere di latte), 3/4 di una bustina di lievito, una bustina di vaniglia, un pizzico di sale, zucchero a velo q.b.

La preparazione:

Si sgusciano le uova e si separano i tuorli dagli albumi, che si monteranno a neve. Si sbattono i rossi d'uovo in una terrina, unendo lo zucchero, un pizzico di sale e la vaniglia. Si frullano, così, gli ingredienti in modo da avere una crema omogenea. Dopo, si aggrega il burro, precedentemente uscito dal frigo, e si continua a mescolare. Successivamente, si incorpora, poco per volta, lo yogurt, la farina, la fecola di patate e il lievito. Infine, si aggiungono gli albumi montati a neve, in modo da ottenere un impasto di tipo morbido ed uniforme. Si versa nella tortiera (diametro di circa 26 cm), oleata e con un foglio di carta da forno all'interno che contenga il tutto. Si mette nel forno caldo (ripiano medio) a 190°, per circa 40-45 minuti. Per controllare la cottura, si introduce uno stuzzicadenti nel dolce. Se lo stecchino è asciutto vuol dire che la torta è pronta. Si toglie dal fuoco, lasciandola riposare per alcuni minuti, e si sforna dal tegame, aiutandosi con un coltello, su un ampio piatto piano. Al termine, con un colino, si cosparge lo zucchero a velo sulla superficie.

Buona merenda!



A corto di idee per un dono da fare a familiari o amici? Regala, a prezzi super scontati, un'associazione Touring Club 2006 tra quelle disponibili! Rivolgiti al fiduciario Cral Galliera per maggiori informazioni!

La giornata del Cammino dell'Alleanza: il "Balcone di Genova" ai parchi di Nervi - villa Gropallo (sabato 15.10.05)



Nuovo appuntamento nel 2006!

Innanzitutto, è bene ricordare che il "Cammino dell'Alleanza" www.ilcamminodellalleanza.it è nato come una collaborazione, in tutta Italia, tra l'Alleanza Assicurazione e la Federazione Italiana Escursionismo, con il patrocinio del Ministero dell'Ambiente. In questo modo sono stati recuperati, e ora vengono mantenuti in uso, circa 800 km di sentieri. In Liguria, sono presenti due distinti giri: Il *Sentiero dei poeti* (tra Portovenere, Lerici e Bocca di Magra) e il *Balcone di Genova* (da Genova fino alla Scoffera, per ritornare verso Nervi). Quest'ultimo è un itinerario lungo ben 44 km, suddivisibile in 4 tappe. La quota massima raggiunta è di 1013 metri, presso il passo del Fuoco (tra Creto e la Scoffera), mentre il dislivello complessivo in salita assomma a circa 1400 metri. Negli anni precedenti l'incontro si svolgeva presso il Righi, con una escursione tra i Forti di Genova, ma nel 2005 si è spostato il tutto presso i parchi di Nervi.

Ed è così che, finalmente, dopo due edizioni flagellate dal maltempo, la giornata del "Cammino dell'Alleanza" si è svolta sotto un sole, quasi estivo, con piacevoli temperature. Al mattino, un breve giro per i parchi organizzato dalla FIE, mentre il clou si è avuto nel pomeriggio, con la presenza di una *mongolfiera* che è stata a disposizione di grandi e piccini. Il tutto mentre la *filarmónica sestrese* allietava il folto pubblico con un bel concerto. Infine, sia al mattino che al pomeriggio, la focaccia è stata distribuita ai presenti, così come tutti hanno potuto ricevere un simpatico gadget, tra quelli disponibili. L'obiettivo, per l'anno prossimo, è quello di riuscire ad organizzare una escursione più interessante, arrivando a visitare almeno la Chiesa di S. Rocco, che si incontra lungo la salita della costa di Cantalupo, nelle vicinanze di S. Ilario Alto.

Maremonti 2005 e la Sezione Escursionismo

(11 settembre 2005) Bagnata, ma non troppo... Nonostante le previsioni meteo negative e il conseguente non elevato numero di iscrizioni abbiamo partecipato per il 6^o anno a questa manifestazione internazionale. Al mattino presto il cielo è coperto, ma ad Arenzano non piove... Partiamo e, dopo poco più di un'ora, arriviamo al primo ristoro, situato a circa 350 metri di quota. La situazione non è favorevole (ma l'acqua è ancora appesa), molti decidono di limitare l'escursione al giro "C", i più temerari decidono di proseguire (ma troveranno molta pioggia...), i più prudenti (tra cui il sottoscritto) decidono, quindi, di ritornare verso la base... Altri ancora si sono avventurati sul percorso costiero verso Varazze. Per fortuna esistono i telefoni per comunicare... Dopo un ultimo ristoro siamo in vista di Arenzano e... comincia a piovigginare...entriamo in paese...piove, anche forte, ma ormai siamo arrivati... Tutto sommato è andata bene... riesco a recuperare la coppa subito e, per una volta, non bisogna aspettare le 17... sentiamo coloro che hanno proseguito... in qualche modo

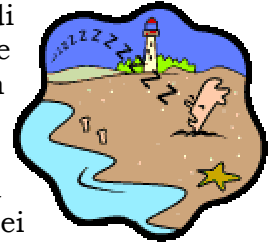


stanno procedendo... tutto bene, quindi, per una volta, si ritorna a casa presto...

Maurizio LO CONTI

ANTEPRIMA, ESTATE 2006*In Croazia: da Vis a Split di Franco Arato*

Il bello della Dalmazia (Croazia meridionale) è che i paesi e le città si chiamano almeno con due nomi. Se si parte con un traghetto a mezzanotte dal porto di Ancona, seguendo la rotta di sud-ovest ci si imbatte dopo circa sette ore di navigazione nell'isola di Vis, ovvero, in italiano, Lissa: Vis, come tutte le isole dell'arcipelago e come la costa, è stata per secoli territorio della Repubblica di Venezia. All'orecchio di un italiano Lissa significa anche un'altra cosa: nelle acque di Lissa nel luglio del 1866 affondarono due nostre corazzate, durante la terza guerra di indipendenza combattuta contro gli austriaci (era la prima guerra dell'Italia unita...); i sommozzatori provetti possono immergersi per fare un sopralluogo tra i patri relitti. Subito a destra del piccolo porto dell'isola, intorno a un'antica chiesa, si scorge un cimitero: le lapidi sono però in tedesco e in croato, non in italiano! Gli italiani, oggi, sono dappertutto nell'arcipelago: turisti appiedati o velisti (i venti sono particolarmente propizi alla vela e al surf). La Croazia si è aperta solo da dieci anni al turismo; e l'isola di Vis fu al tempo della Repubblica federale di Jugoslavia sede di importanti postazioni militari, e quindi di difficile accesso anche per gli abitanti della costa. Nella parte alta dell'isola un giro turistico da non perdere (per quanto non segnalato dalle guide) è all'interno di bunker, camminamenti e depositi che custodivano le armi dell'esercito di Tito; il quale aveva ben pensato di occultare alla vista degli aerei gli sbancamenti del terreno, nascondendo l'ingresso dei depositi con enormi ammassi di finte pietre in polistirolo. L'ospitalità nei tre centri abitati di Lissa è garantita, oltre che da un paio di alberghi, da case d'affitto a prezzi ragionevoli. L'indole della popolazione è, per usare un eufemismo, riservata. Il vino, specie il bianco, ha un caratteristico, gradevole gusto resinato; la cucina di pesce è ottima (da segnalare il ristorante "Rocky", presso l'incrocio stradale verso il paese di Rukavač: la specialità è riso con polpo e patate, cotti in una speciale pentola di terracotta). Oltre che la bellezza del mare e del litorale, il turista può apprezzare le testimonianze della storia: greca, romana (c'è un piccolo ma prezioso museo archeologico), e naturalmente veneziana. Una piccola Venezia sulla terraferma è poi Spalato (in croato Split), che si raggiunge in un'ora e mezzo da Vis col catamarano dei pendolari (partenza, d'estate, alle sette di mattina; ritorno alle otto di sera). Le rovine della grande residenza di Diocleziano (l'imperatore originario della Dalmazia) si confondono con l'architettura sacra bizantina e con lo splendido centro storico medievale, perfettamente conservato: qui la guerra civile è durata solo due giorni, e a Spalato sono state risparmiate le distruzioni toccate a Dubrovnik (Ragusa). Chi vuol ammirare l'arte di Spalato fuori dagli itinerari convenzionali può visitare, poco fuori dal centro, il grande museo dedicato allo scultore Ivan Meštrović (1883-1962), un originale allievo di Auguste Rodin. La guerra è passata, per fortuna: ma può capitarvi di scoprire, come è capitato a me, che è ancora presente nella memoria degli spalatini. Entrato in un bel negozio di dischi a due passi dalla residenza di Diocleziano, ho avuto l'incauta idea di chiedere se possedevano un disco di Goran Bregović (il musicista dei film di Kusturica), ricevendo dal titolare un ineffabile sorriso e la risposta: "No, he's Muslim" (ho ripiegato su un mediocre cantante locale).



Sezione Escursionismo Cral Galliera, Mura delle Cappuccine 14 - Genova - fondazione: maggio 2000 - affiliazione FIE: 2002

Tel 010 563 2303 - fax 01057481146 - Email: locontim@galliera.it - Info web: <http://www.galliera.it/cral> (principale) e <http://www.cralgalliera.supereva.it/> (approfondimento), sotto pagine *Escursionismo* - Foto: <http://digilander.libero.it/MAURIZIOLC> Questo numero e gli arretrati sono stampabili da: <http://www.galliera.it/cral> sotto pagine *Giornali - Un'idea per il fine settimana* - Tiratura base: 100 copie a colori e 500 in bianco e nero. E' garantita libertà d'espressione e gli articoli firmati rispecchiano l'opinione dell'autore. Le foto, salvo diversa indicazione, sono di M. Lo Conti. Hanno collaborato: Maurizio Lo Conti, Dino Gallo, Patrizia Landi, Franco Arato, Emiliano Gragnoli, Cristian Roccati, Davide Laricchia, Matteo Calabrò.



Testo di *Christian Roccati*

Foto di Matteo Calabrò



IRLANDA,

Sulla pentola d'oro...

Vi parlerò di verdi lande sconfinite, le cui migliaia di tonalità stenterete a classificare e conoscere con gli occhi e con l'anima. Vi racconterò di una terra il cui cielo muta di continuo, tra nuvole, vento ed arcobaleni, al contrario della cui gente, che rimane sempre dello stesso umore: sereno ed amichevole. Vi narrerò dell'oceano e delle scogliere, dei monti e delle pianure, dell'odore della rugiada e dell'immanenza del tempo. Esaudirò questo vostro desiderio, acciocché voi possiate immaginare e quindi conoscere la meraviglia in cui io albero e che voi ricercherete perché non onirica, ma esistente. Eccoci quindi pronti per questo viaggio nel quale v'indicherò che cosa fare e come farlo in termini umani, perché voi possiate capirmi. Cercate di essere veloci però, perché non ho certo tempo da perdere... altre persone aspettano i miei servizi ed i miei lazzi, come voi del resto. La metà del doppio del tempo che utilizzerò per parlarvi, è almeno un quarto del doppio della metà per quattro di ciò che avrei dovuto dedicarvi... non sono forse generoso?! Ma parliamo di cose serie... se fossi in voi prenoterei uno di quei così d'acciaio che volano e che fanno tutto quel rumore tramite internet, quell'altra diavoleria telematica. Credo di aver letto da qualche parte quest'indirizzo: www.ryanair.com Fate come dico e vi sposterete da Genova a Stansted, uno degli aeroporti di London e di lì a Dublin. In poche ore sarete nella capitale dell'Eire. Se sarete stati premurosi, una macchina vi starà aspettando direttamente all'aeroporto. Nulla vi vieta ovviamente di visitare con i mezzi pubblici, per almeno due giorni, la grande città, per poi prelevare la macchina prenotata al termine. In questo caso devo consigliarvi di andare a *Temple Bar* la notte, nei pub, che al contrario delle vostre birrerie, sono luoghi di ritrovo, la piazza del paese per così dire, dove chiunque va a socializzare e vivere indipendentemente dall'età, le condizioni fisiche o lo status sociale. Probabilmente potreste scorgermi dietro ad una pinta di *Guinness* a danzare al suono della musica dal vivo, ma non ingannatevi, sarà solo un'illusione dettata dal numero di *scure* o di *lager* da voi trangugiate! Attenti all'ora perché alle 18.30 tutti i negozi sono chiusi ed è già il momento di cena... sbrigatevi o perderete l'atmosfera dei locali che si riempiono in un attimo di allegria e di vita. Se non sapete dove dormire vi raccomando di cercare, sempre via rete, una comoda stanza con www.hostelworld.com. E' sufficiente che inseriate i dati e troverete un luogo dove riposare la notte, senza problemi di sorta, con la sola prenotazione anticipata del 10%. Volendo potreste spostarvi di ostello in ostello in questo modo, navigando in rete ogni giorno per due minuti e prenotando la notte nella successiva tappa. Il vostro viaggio continuerà verso nord, passerete per il Donegal e di lì a Letterkenny. Sarete nell'estremo nord dell'Eire, una terra dove si alternano paesaggi "alpini" a panorami lagustri. Per giungere a destinazione dovrete attraversare migliaia di pascoli dove le pecore irlandesi dal muso nero, corna arietiche e manto molto folto, vivono indipendentemente ogni tempo atmosferico. Scorgete montagne dall'aspetto sacro, sempre sotto un cielo immenso che vi apparirà $\frac{3}{4}$ della terra su cui poggiate. Capirete per la prima volta che siete extraterrestri e che vivete soltanto sulla superficie del vostro mondo. Arrivati a destinazione potrete effettuare escursioni nel parco nazionale che si estende in questa zona, tra una fauna insolita ed un ambiente che ha del surreale. Dovrete poi dirigervi verso Sligo, puntando a sud e continuando verso ovest, dove non potrete mancare la visita della storica abbazia cittadina. Prima di giungere a destinazione potrete fermarvi sotto le pendici del Belbulben, la montagna fantastica che con i suoi 550 m sovrasta ogni angolo della piana circostante. Potrete osservare i classici pendii che risalgono i crinali fino alla punta, che qui non troverete. Il Belbulben infatti, a tre quarti del suo corpo, presenta pareti erbose in fortissima pendenza che terminano su un grande pianoro. Vi arriverete valicando i pascoli che si dipartono sotto la sua spalla sud. I sentieri in questa zona giungono soltanto a metà delle montagne, lasciando il posto ad enormi prati che risalirete sino al grande altipiano. La vostra vista spazierà ovunque e sentirete il vostro cuore riempirsi. State attenti però perché bastano pochissimi minuti in Irlanda perché il cielo divenga da soleggiato a tempestoso. Se troverete le nuvole basse sulla vetta potreste spingervi verso i precipizi che si trovano su ogni lato. Sebbene bastino 2 ore per salirvi, sa-

ranno sufficienti solo 2 minuti per perdervi e non capire dov'è sita la strada del ritorno. Il vostro itinerario continuerà per Ballina, senza tralasciare una fermata a Killala, una baia sull'oceano dove arriverete in macchina. Potrete sostare solo un poco per mangiare e riprendere le forze per la prossima escursione. Scendendo a sud-ovest infatti dovrete fermarvi al Croagh Patrick, la montagna sacra dove S. Patrizio, l'evangelizzatore dell'Eire raggiunse la sua ascesi. In 3 ore e 30', con buonissime segnalazioni e perfetto sentiero, giungerete alla conquista della vetta. Mi raccomando però, siamo in un luogo temuto e pregato da differenti religioni, non cercate di conquistare la cima, chiedetele di poter passare. Può darsi ch'io mi commuova e decida di lasciarmi vedere per qualche istante da voi. Dopo quest'esperienza dovrete scendere verso Leenane, dove un ostello fantastico vi aspetterà (*SleepZone*). Sarete accolti in un rifugio di pescatori alpini. Potrete fermarvi anche più di un giorno in questa zona, se ciò che cercate è calma, serenità ed una natura potentissima che vi attraversi l'anima. Potrete compiere escursioni in ogni dove. Leenane è un luogo suggestivo e particolare, una baia dove si pesca il salmone, contornata da montagne austere e mistiche. Torrenti sgorgano dalle cime per tuffarsi nell'oceano e nei grandi fiordi che dividono vallate e pascoli. Non di rado troverete mandrie che attraversano la strada, giovani scalatori di vette in mountain bike e solitari avventurieri che corrono sotto una pioggia scrosciante. Dopo giorni e giorni di camminate vi consiglio di muovervi verso Galway, una tranquilla cittadina dove potrete godervi un po' di città che, forse, vi farà bene per staccare, in fondo siete solo umani. Andate in giro e mangiate fish&cips, salmone, stufato, terminando dopo ettolitri di birra scura con un ottimo Irish Wiskhey. Godetevi la musica dal vivo e non dimenticate di cercare il museo del Claddagh. Quest'ultimo è un anello forgiato in epoche remote in un borgo di pescatori inglobato poi dalla città. Raffigura due mani che tengono un cuore. Simboleggia un legame fortissimo e può essere usato anche come fede nuziale. Sempre viaggiando ad ovest dovrete recarvi alle Cliffs of Moher, le scogliere che a picco sull'oceano precipitano per un centinaio di metri nelle onde. Entro il 2006 riapriranno uno splendido itinerario che le costeggia tutte e che potrete solcare. Per ora "limitatevi" ad una piccola escursione turistica sino alla piccola torre e godete del paesaggio unico in assoluto, sempre che il vento ve lo permetta. In questa zona infatti folate velocissime e perenni impediscono alla gente di camminare dritta, dando un piccolo assaggio dell'enorme potenza della natura. Il vostro viaggio continuerà verso Limerick e poi a Tralee, senza tralasciare una visita allo straordinario Buratti Castle. Durante il tragitto non dimenticatevi di guardare in alto, potrete scorgere e quindi raggiungere il

UN REGALO PER I NOSTRI LETTORI!!

PRESSO IL LINK: <http://www.galliera.it/cral/idea/cal2006.pdf>

è possibile scaricare e stampare

IL CALENDARIO NATURA 2006



Carrantuohill, la vetta più alta dell'Irlanda. Dirigetevi poi sempre più a sud, nell'Eire dell'ovest, dove vi potrete spingere fino in fondo al Dingle, una penisola fra le cinque che raffigurando una mano e che vengono appunto denominate: "le cinque dita". Vi sposterete poi nella penisola seguente compiendo il "Ring of Kerry". Anche in questo caso verdissimi paesaggi sempre diversi vi ospiteranno, cullandovi l'anima. Se alla partenza desideravate nuova energia, sappiate che con il Kerry avrò esaudito anche questo vostro sogno. Prima di partire per una nuova tappa non dimenticate di passare per Valentia Island, dove giungerete da un ponte sospeso sul mare. Potrete compiere un'escursione fino al celebre faro che ancora oggi guida i pescherecci che escono in un oceano sempre in tempesta. Ritornando sulla terra ferma troverete centinaia di arcobaleni che sono presenti in ogni dove nell'Eire, ma mai come in questo luogo. Io vivo su una pentola d'oro al termine di un di essi... provate a prendermi... Se alla sera sarete stravolti non disperate, dormirete a Kenmare dove meravigliosamente comodi ostelli vi aspettano, a meno che voi non siate così forti da riposare sempre in tenda, godendo del vantaggio di un contatto ancora maggiore con la terra irlandese. Quando vi sveglierete andate verso Killarney e Mallow, ma fermatevi a visitare il Blarney Castle. Potrete compiere diverse escursioni fino alle 4 ore e 30' nei parchi meravigliosi che attorniano le tenute. Se siete davvero avventurosi avrete anche la possibilità di scendere nei due *dungeon* che si snodano sotto le fondamenta della fortezza. Prima di andare via ricordatevi di baciare la *Blarney Stone*, a testa in giù ad una cinquantina di metri da terra. Riceverete il dono dell'eloquenza... un altro desiderio che esaudirò. Dovrete oramai spingervi ad est e, dopo essere passati per Cork, il principale porto del paese, andare a Cashel, la rocca fortificata. Ma se davvero vorrete tuffarvi nella natura e nel medioevo, allora dovrete girare nella notte per la Dominican Abbey, sarà sufficiente un'oretta di cammino nelle tenebre, tra il suono del vento ed il cantico delle *banshee*, il soffio della morte. Desistete, non ascoltatele e la mattina dopo potrete tornare a Dublin e di lì spiccare il volo verso casa. Ricordate, questo sarà il vostro fantastico viaggio, unico, impossibile da scordare. Non chiedetemi un giorno di più però, perché io sono il re dei *leprechawn*, il folletto, il sovrano del piccolo popolo: "Tre desideri esaudir vi potrò, ma chiedetemene un quarto e tutti me li riprenderò".

GRUPPO CERRUTI MULTISERVICES propone a tutti gli ISCRITTI



Un sogno...
un progetto:
insieme diventa
realità.

Possibilità di accedere a un prestito anche con:

- ✓ Firma unica anche se coniugati
- ✓ cessioni in corso
- ✓ protesti recenti
- ✓ pignoramenti
- ✓ rata a tasso fisso
- ✓ **acconto del 90% in 24 ore**
con modelli timbrati

- **PRESTITI PERSONALI** •
- **Senza Conto Corrente** •
- **Senza Motivazioni** •
- **Senza Bollettini** •

UNICI DOCUMENTI:
codice fiscale
carta d'identità
busta paga

- **MUTUI PERSONALIZZATI** •

Prima Casa - Ristrutturazione - Liquidità
Rinegoziamo mutui già contratti con altri istituti
Esito in 24 Ore - Minima documentazione

PREVENTIVI GRATUITI A DOMICILIO

Per qualsiasi informazione:

GENOVA - Via O. De Gaspari, 21/2 • tel. **010311284**

Da **Lunedì a Venerdì**: ore 9.00 / 12.30 e 15.00 / 19.00 • **Sabato** mattina: ore 9.00 / 12.00

Sito internet: www.gruppocerruti.com E-mail: cerruti@gruppocerruti.com

Liguria, entroterra sconosciuto:



La chiesetta di Madonna del Lago (1008 m s.l.m.) si trova nell'entroterra di Albenga (confine con il Piemonte). E' il punto d'inizio di interessanti escursioni per il monte Dubasso ed il monte Armetta, nei pressi dell'AVML.

**Buon Natale e
felice anno nuovo
vo dalla Sezione
Escursionismo**

