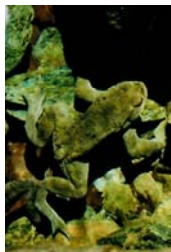




Natale '07

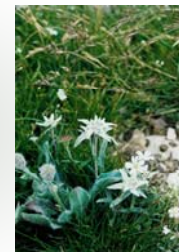


## Un'idea per il fine settimana

Organo informativo Sezione Escursionismo FIE Cral Galliera

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

Numero 13



Particolare del lago Miage e dell'omonimo ghiacciaio, in Val Veny, sotto il massiccio del Monte Bianco

### Il punto della situazione

Sono diversi anni, ormai, che ci si è affiliati alla FIE e, nel corso del tempo, sempre più soci hanno preso la relativa tessera (nel 2007 ben 38!). Il prossimo anno, probabilmente, si avranno delle criticità ... Infatti, la FIE ha, improvvisamente, perso un importante sponsor, che contribuiva per alcune decine di migliaia di euro e, di conseguenza, i costi di affiliazione sono in fase di aumento ... Certo, la Sezione Escursionismo farà il possibile per ridurre al minimo l'impatto sui soci, ma qualcosa, inevitabilmente, ricadrà sulle singole persone ... Si passa, ora, al presente numero, ricchissimo di tanti contributi che servono a differenziare e migliorare l'offerta ... Su tutto si segnala il programma gite '08, vario come sempre e con alcune opzioni aperte ... A presto!



## Buone feste a tutti!

**Maurizio Lo Conti**

### Sommario: pag

Schegge di... New York	II
Attraverso... l'anima	III
Ancora sul tour del Rosa	IV
Il gruppo Castello Provenzale	V
Un anello nelle Dolomiti di Sesto	VI
Liguria, entroterra sconosciuto	VII
Attività base delle gite per l'anno '08	VII

## Schegge di... New York



foto di  
*Mauro Nelli*



### Alcune informazioni in breve:



E' una delle metropoli più popolate al mondo, in un territorio urbanizzato che, omai, si salda, quasi senza interruzioni, tra Boston e Filadelfia. Il solo centro di New York è ripartito in 5 distretti (Manhattan, Bronx, Brooklyn, Queens e Staten Island), con più di 8 milioni di abitanti e sono famosi alcuni suoi simboli, come la statua della Libertà, l'Empire State Building, il ponte di Brooklyn... Tutto nacque grazie alla favorevole posizione geografica, con il fiume Hudson che sfocia nell'Atlantico, con due rami, creando un'insenatura naturale particolarmente adatta agli insediamenti

umani. Scoperta da Giovanni da Verrazzano, nel 1524, inizialmente, fu un possedimento olandese, prima di diventare inglese, nel 1664. La città, dopo l'indipendenza, diventò subito il fulcro economico del paese. Inoltre, è sempre stata all'avanguardia nell'utilizzo delle nuove tecnologie: l'introduzione dell'illuminazione a gas (1824), il servizio di trasporto pubblico con i cavalli (1830), il primo ascensore (1857), il primo grattacielo (1873)... Un capitolo a parte meritano, invece, i musei, famosi in tutto il mondo, come il Metropolitan (costituito nel 1870), il museo d'arte moderna (del 1929) e il Guggenheim (fondato nel 1926), mentre sono ricchissimi di libri le biblioteche della Columbia University (4 milioni di volumi) e quella del City College (oltre 8 milioni di volumi). A conclusioni di queste brevi note, si può affermare, senza timori di smentita, che "la Grande Mela" è veramente immensa ed è difficile sfuggire al suo fascino...



Sul web: <http://www.a-newyork.com/>  
<http://www.nyc-site.com/>

Testo di Christian Roccati - Foto di R. Schenone (1) e S. Morando (2)

[www.christian-roccati.com](http://www.christian-roccati.com)

## Attraverso... l'anima

«Lascia che la vita che ti gira intorno ti attraversi l'anima» (Anonimo indiano).



1. Toboga alla Cle de la Maglia, Val Roya, Francia



Il rumore della cascata mi culla nel mio semplice esistere. Altri salti del genere hanno tutt'altra portata ed allora è il fragore del tuono ad accompagnarci nell'escursione. Quando invece si tratta di una rapida, il suono lo associamo più ai torrenti che ci dissetano, nelle lunghe passeggiate assolate sui crinali. Il rumore dei toboga è ancora diverso: ricorda un mezzo scorrere. Mentre ti avvicini al punto in cui l'acqua cambierà pendenza e diverrà velocissima, ascolti solo lo scrosciare di un liquido cristallino che di colpo... scompare. Assenza totale. Quando ti butti nel toboga hai la stessa sorte: prima avverti l'acqua, poi il vuoto che cede all'istante sotto al tuo peso e poi miliardi di bollicine che ovunque ti avvolgono, scherzando con i tuoi capelli... e poi di nuovo l'aria e la luce. Gli stillicidi hanno ancora un altro rumore. Goccia a goccia gli uni, acqua sottile ma corrente, gli altri. Fin da piccoli, andando in montagna, vediamo le cascate, i laghi, i torrenti. Ne rimaniamo affascinati, colpiti. Quante volte ci siamo fermati sopra ad un ponte a vedere al di sotto l'acqua che ruggisce. Alcuni provano a fare *rafting* e ne hanno un assaggio. Altri fanno addirittura *idrospeed*... tanti nomi stranieri perché la gente possa avvicinarsi a quell'acqua, così bella e vitale. Eppure, nemmeno questi riescono davvero a rendere possibile l'impossibile. Esiste una pratica famosa in Francia ed altri stati, praticamente uno sport nazionale in essi, che da noi è ancora agli albori: il torrentismo o *canyoning*. Si tratta dell'attività montana di discendere, forre, cascate, torrenti, gole e marmitte. Si fa un'escursione sino a raggiungere un rio che abbia scavato nei millenni la roccia e si inizia a discenderlo! Dov'è possibile ci si tuffa dalle cascate, ma per chi non se la sente esistono

semplicissime manovre di corda che permettono la discesa senza alcun brivido nefasto. Si passeggia all'interno dei torrenti e di salto in salto si continua. Ogni rio è vagliato dai più esperti che sondano il fondale per permettere gli eventuali tuffi. In ogni caso l'*Associazione Italiana Canyoning* (AIC) ha anche attivato un progetto chiamato *Pro Canyon* proprio per la sicurezza: un team di esperti porta a norma gli ancoraggi dei torrenti scelti per bellezza e peculiarità, con il minimo impatto sulla natura. I torrentisti sono degli sportivi di montagna, amanti della natura, come i migliori speleo, alpinisti e *free climber*. Si armano di muta da 5 mm, per non aver freddo, e poi imbracatura, casco, scarpe robuste, da escursionismo o specifiche da canyoning, corda e discensori. E poi via fin nel cuore della montagna! Il canyoning è l'attività alpinistico-speleologica più semplice eppure, per ora, la meno conosciuta. Mentre, per fare alpinismo, si riscontra sempre un certo rischio e sono necessarie attitudini, mentre per l'arrampicata e la speleo servono comunque allenamento e doti specifiche, il torrentismo garantisce emozioni a tutti. Anche nel canyoning ci sono scale di difficoltà e torrenti semplici o difficili ma, con un corso, non c'è persona che non possa effettuare il torrente che sceglie, anche il più difficile! Tutto ciò che fa paura, dal tuffo troppo alto al traverso esposto, è facilmente eludibile con la "tecnica di corda". Immaginate di trovarvi all'interno di una forra: alte pareti rocciose ed acqua che passa e vi "attraversa l'anima"...e poi via giù da una cascata. Un'attività per tutti che garantisce meraviglie imparabili che solo nei sogni più arditi l'uomo ha osato immaginare.



2. C. Roccati durante una calata nel Rio Leone, Arezano

## ANCORA SUL TOUR DEL ROSA... LA STORIA DEI WALSER, PASSO DOPO PASSO



Il Monte Rosa

Un'escursione nel cuore delle Alpi, la circumnavigazione della seconda montagna d'Europa, un giro nell'area con la massima concentrazione di vette che superano i 4000 metri entrando, nella storia dei Walser, passo dopo passo. Il Tour del Monte Rosa, nato negli anni '90 da un'idea delle Camere di Commercio di Novara, Vercelli, Aosta e con la partecipazione degli enti turistici elvetici, dispone di 160 km di strade e sentieri collegati con la sigla "TMR". L'itinerario si svolge tra sentieri ampi, ben curati e segnalati a cavallo tra la Svizzera, il Piemonte e la Valle d'Aosta (attraversando l'oasi faunistica di Macugnaga e il Parco Naturale Alta Valle Sesia, il più alto d'Europa). Il Colle del Teodulo, il punto più elevato del trekking, con i suoi 3317 metri, rap-

presenta l'unico tratto alpinistico (da Plain Maison a Zermatt). Il giro può iniziare da qualsiasi località, si può procedere in senso orario o antiorario. Il trekking è adatto ad escursionisti allenati (i tempi di percorrenza giornaliera oscillano tra le cinque e le otto ore) e con capacità organizzativa nella programmazione del percorso e dei pernottamenti. Il periplo può essere compiuto in sei tappe, ma, se non si vogliono utilizzare i collegamenti logistici nelle valli svizzere (bus, treni e funivie), ne occorrono almeno otto. Un percorso possibile è quello con partenza da Macugnaga alla volta della vicina Alagna: un dislivello di 1543 metri, per otto ore di cammino, valicando il Passo del Turlo. Una aerea mulattiera medioevale percorre il tratto sudorientale del Monte Rosa, ricco di miniere d'oro e di alpeggi, per raggiungere Alagna. Proprio nel 2007, questo paese sarà teatro del Walsertreffen (incontro dei walser), un grande raduno, che si svolge ogni 3 anni, in una località diversa (nel 2004, a Galtür - Austria): bande, sfilate in costume e convegni sugli aspetti caratterizzanti della cultura sono i momenti cruciali della festa delle popolazioni walser (l'associazione internazionale ha la sede a Briga, nel Vallese), sparse in tutte le Alpi, dal Tirolo austriaco fino alle propaggini francesi del Monte Bianco. Si lascia Alagna, immersi nei verdi pascoli della Val d'Otro, e, con 7 ore di cammino e un dislivello di 1669 metri per il Colle d'Olen (2881 m), si raggiunge un'altra nota località fondata dai Walser: Gressoney La Trinité. Si prosegue, passando per l'alpe Bettaforca e l'omonimo passo (2672 m), e si giunge a St. Jacques, con un dislivello di 849 metri e 4 ore e 30 minuti circa di cammino. Con una sosta, o al rifugio 'delle guide Frachey' o al 'Ferraro', si può ripartire, il giorno dopo, alla volta di Plain Maison. Il Colle Superiore delle Cime Bianche (2981m) porta in breve alle distese erbose di Plain Maison, in 4 ore e 30 minuti e 909 metri di dislivello. La tappa successiva, quella più impegnativa, dopo il Colle del Teodulo diventa alpinistica. Attraverso il ghiacciaio del Teodulo si scende a valle in direzione di Zermatt. Da qui è necessario raggiungere Grachen per percorrere l'alta Valle di Saas. Questo tratto, molto aereo, offre scorci panoramici sui monti circostanti: infatti, intorno a Saas Fee, ci sono 18 cime che superano i 4000 metri. L'itinerario si chiude con l'ultima tappa da Saas Fee a Macugnaga. Risalito il versante nord-est del Monte Moro (2868m), in 8 ore di cammino per un dislivello di circa 1000 metri, si torna al paese di partenza. Tutti questi itinerari rimasero per un lungo periodo coperti dai ghiacci: nel 1600, con la piccola glaciazione, molti alpeggi e villaggi in alta quota divennero inavvicinabili. Tuttavia, i Walser furono in grado, ancora nel 1700, di valicare i passi fin sopra i 3000, con vacche, pecore, muli carichi di mercanzie, donne e bambini. Questo è il trekking intorno al Monte Rosa, tra maestosi paesaggi naturali e impressionanti monumenti al lavoro e alla tenacia dell'uomo, una visita a cielo aperto nelle storiche località fondate dai Walser, passo dopo passo...



Fornarelli in fiore

Testo e foto di *Sara Montoli*

## Il Gruppo Castello-Provenzale in Val Maira testo di *Tommaso Dotta*



Foto di C.Roccati  
Verso la Rocca Provenzale, nella verde Val Maira.



I vertiginosi e arditi torrioni del Gruppo Castello-Provenzale sono forse uno dei più singolari spettacoli che la natura delle Alpi Cozie Meridionali possa offrire. Il Gruppo vigila sull'ampio vallone del Maurin, sui suoi verdi pascoli che declinano verso l'abitato di Chiappera. L'impressione che questa sentinella di roccia suscita, non solo al primo sguardo, riporta alla mente le Dolomiti, le tre Cime di Lavaredo, le Cinque Torri: è come se una manciata di sassi sia stata posata e dimenticata su quei prati da un qualche gigante di passaggio, in un'epoca lontanissima. La valle Maira si imbecca da Dronero. La strada vi si insinua e prosegue tortuosa al suo interno, risalendo fino a Chiappera (1614 m); poco oltre l'asfalto termina in corrispondenza del rifugio Campeggio Campo Base. Da questa posizione si può ammirare il gruppo montuoso in tutta la sua maestosità, costituito da 4 punte principali, che rappresentano anche i diversi settori di arrampicata: la Rocca Provenzale, Punta Figari, Torre

Castello e Rocca Castello (2452 m la più alta del Gruppo); le cime sono disposte in successione Sud-Nord. La vista incute senza dubbio timore e rispetto perché l'angolazione particolare fa sembrare la Cresta Sud della Rocca Provenzale, dove sale la via normale di ascesa, un percorso davvero da brivido. Ma per ammirare davvero da tutti i punti di vista le immani pareti non c'è niente di meglio del piacevole giro ad anello che, percorso senza soste (possibilità però non consigliabile, data la bellezza del luogo) vi porterà via non più di tre ore/tre ore e mezza, con un dislivello in salita di circa 680 m. Subito prima del rifugio si trova un bivio che a destra conduce verso la Rocca: percorrendo la strada per pochi tornanti si può lasciare la macchina in uno slargo sulla destra (con l'ulteriore comfort dell'ombra degli alberi) proprio dove si imbecca il sentiero che conduce al colle Gregùri. E' in questo punto che l'anello ha inizio: il percorso sale subito ripido tra massi ed arbusti per poi continuare per prati, con pendenze più moderate. Difficilmente durante la salita si riesce a staccare lo sguardo dalla parete della Rocca Provenzale; piegando sulla sinistra, si attraversa alcuni ripiani erbosi fino ad affiancarsi alle conformazioni di pietra, per scoprire come la pendenza della Cresta Sud non sia proibitiva come parrebbe da lontano. Il sentiero si inerpica poi fra erba e pietre, in una serie di stretti tornanti all'ombra della Rocca, e con tutta probabilità si viene accompagnati nel tragitto dagli acuti fischi delle marmotte. Non è escluso che si riesca perfino ad intravedere alcuni camosci (*anni fa, quando percorsi questa via, proprio sulla sommità del valico del Colle Gregùri (2319 m), ne incontrai addirittura un gruppo di una dozzina di esemplari, oltretutto di una curiosità e di una tranquillità davvero sfacciate; pranzai in quel punto, godendo dell'ottima compagnia e della memorabile visuale non solo sugli immensi contrafforti orientali della Torre e della Rocca Castello, ma anche sull'alta Valle del Maurin, sui cui prati si disegna a perdita d'occhio il percorso tortuoso del bianco sentiero in discesa*). Procedendo verso nord-ovest si scende per declivi verdi e bucolici fino ad aggirare il Gruppo ed attraversare il torrente sul fondovalle. A questo punto, il tragitto lambisce le pendici basali delle pareti ovest, talmente belle che a stento vi accorgete di stare percorrendo la strada sterrata: raggiungerete in questo modo, dopo un'ulteriore mezz'ora di marcia, lo slargo del parcheggio, chiudendo definitivamente l'anello intorno all'imperturbabile sentinella di pietra del Gruppo Castello-Provenzale.



## Un anello nelle Dolomiti di Sesto

Testo di **Franco Arato**

Una montagna che frana, una colata di sessantamila metri cubi di materiale che scende a valle fa indubbiamente notizia. È quel che è accaduto – forse lo avrete letto sui giornali – nel gruppo delle Alpi di Sesto (Alto Adige, ovvero Südtirol) lo scorso 12 ottobre: da Cima Una (2698 metri di altezza) è rovinato giù nella Val Fiscalina (strana italianizzazione di Fischleintal, 'valle del pesciolino', niente a che fare con le tasse...) un costone di cento metri di altezza e trenta metri di larghezza. Per fortuna, nessuna vittima, salvo gli alberi del bosco. Fenomeni del genere sono ormai relativamente frequenti in alta montagna, e sono propiziati da vari fattori, soprattutto dagli agenti atmosferici: le piogge, frequenti da agosto in poi, sono responsabili di questi piccoli terremoti, complice forse l'innalzamento della temperatura autunnale, che contribuisce a dissolvere lo strato di 'permafrost' e a provocare esplosive fratture nelle pareti rocciose. Posso dire di averne fatto esperienza: delle piogge, ovviamente non della frana, un bel giorno della scorsa estate, che era, a ben vedere, un venerdì diciassette. L'itinerario che vi propongo (augurandovi di incontrare il sole, anche se la pioggia e i fulmini hanno una loro terribile bellezza), per così dire classico nelle Dolomiti di Sesto, è un tre



Le Tre Cime di Lavaredo

per uno, o uno per tre, se preferite. Dalla località di Bagni di Moso, presso il rifugio Putschell, si sale per mezz'ora nella radura finché la strada si biforca: si proceda a destra, a ovest, in direzione delle Tre Cime di Lavaredo, metà il **Rifugio Locatelli** (Drei Zinnen-Hütte, 2405 m.); si può prendere anche la strada a est, se si vuole, poiché si tratta di un itinerario ad anello la scelta è quasi indifferente. Io consiglierei di affrontare subito, di primo mattino (consigliabile partire alle 8), la parte più dura dell'itinerario, quindi l'ascesa verso il

Locatelli. La salita, all'inizio quasi dolce in mezzo alla radura (qua e là si vedono, o si intuiscono, fugaci scoiattoli), è poi ripida e ripidissima a zig-zag nella pietraia: il dislivello alla fine sarà, a calcolare dal fondo valle, di mille metri. In prossimità del rifugio si lascia, alla sinistra, uno dei due Laghi dei Piani (l'altro più a est si scorderà nella seconda parte dell'itinerario). Non è raro a metà mattinata (saranno trascorse due ore e mezzo dall'inizio dell'escursione) incontrare la nebbia: quel venerdì 17 per me e per i miei cinque compagni d'ascesa anche la pioggia, che poi, infittendosi sempre più, durerà sino al pomeriggio. Il Rifugio Locatelli, posto in una forcella (la Forcella Toblîn) guarda le meravigliose Drei Zinnen, ovvero le tre Cime di Lavaredo. Dopo la faticosa salita ci si può riposare, bevendo qualcosa di caldo (la temperatura non farà che scendere nel corso della giornata, sino ad arrivare ai cinque gradi). Il rifugio, ampio e confortevole, fu tra i primi a essere costruiti nelle Dolomiti dall'ente alpino austriaco (ovvero imperial-regio): distrutto durante la guerra, è stato ricostruito dal Cai. È molto frequentato, perché dall'altro versante è raggiungibile con breve passeggiata su larga strada (dove si intravedono, orrore!, anche dei fuoristrada). A questo punto, restando a lungo in quota e seguendo uno stretto sentiero sulle falde del Monte Paterno, si procede verso est in direzione del **Rifugio Pian di Cengia** (2528 metri, Büllelejochhütte: la 'capanna del giogo di tori', perché in effetti si tratta di un'altra forcella). La passeggiata sulla pietraia offre uno splendido colpo d'occhio, a nord verso la Val Fiscalina e la Croda Rossa di Sesto, a sud verso il Monte Paterno. Dopo circa un'ora ci si può fermare a mangiare un po' di polenta





Il rifugio Comici a 2236 m

nel piccolo, confortevole rifugio dove, prenotando per tempo, si può anche pernottare (i posti letto sono solo una dozzina): l'alba, ci assicurano, è uno spettacolo impagabile da lì. Anche a me sarebbe venuta la tentazione di dormire, considerata la tempesta che si era ormai scatenata intorno. Ma non era nei nostri programmi: la discesa prevede, dopo un'altra ora di cammino e un dislivello di trecento metri, una terza sosta al **Rifugio Comici** (Zsigmondyhütte). L'anello comincia

a chiudersi. Da lì in giù, la nostra camminata è stata furiosa, quasi una fuga, nei tortuosi, scivolosi sentieri: a riguadagnare il fondovalle da cui eravamo ripartiti. Ma immagino che con il bel tempo sia piacevole fermarsi a contemplare, sonnecchiare e raccogliere, all'occorrenza, fiori. All'arrivo al Rifugio Fondo Valle (stava finalmente spiovento) abbiamo scoperto di aver bruciato le tappe impiegando per compiere l'anello invece che le sette ore previste, cinque ore e mezzo (escluse le soste). È un itinerario da non perdere: pioggia e frane permettendo.



A sinistra La Lista e sullo sfondo, a destra, Cima Dodici, 3094 m

## Liguria, entroterra sconosciuto:



Alcuni isolati alberi sul versante sud del monte Croce di Fo, 973 m, vicino S. Alberto di Bargagli (GE), raggiungibile con la x rossa e, poi, i tre punti rossi (segnali molto vecchi!). Ritorno: si scende con il triangolo e il tondo rosso, fin nei pressi del colle Speranza, da dove si può rientrare (a destra) con la strada asfaltata o con il sentiero triangolo rosso (anello di 3h - 300 m dislivello - EM).



TABELLA - ATTIVITA' BASE DELLE GITE PREVISTE PER IL 2008		
Data	Luogo	Diff.
10.02	Montemarcello: l'ultimo promontorio della Liguria	T/EM
09.03	Da Santa Margherita a Portofino (via San Fruttuoso)	EM
13.04	La cascata del rio Ferraia in Val Pennavaira	EM
18.05	Il monte Caucaso dal Passo della Scogliana o il torrente Sansobbia	EM
08.06	L'Antola da Bavastrelli oppure il lago Blu - Val d'Ayas (sabato 7.06)	EM
Metà lug	Week end in rifugio: il monte Armetta lungo l'AV	EE/EM
14.09	Maremonti Arenzano, 24a edizione o Parco del Beigua (EM)	T/EM/EE
05.10	La faggeta del monte Gottero	EM
09.11	un giro ad anello nel Finalese o il monte Alpesisa	T o EM
Fine nov	Cena o pranzo di fine anno	--

Info: Maurizio Lo Conti,  
tel. 010 563 2303,  
fax 010 57481146,

Email: [locontim@galliera.it](mailto:locontim@galliera.it)

(date e gite indicative, soggette a conferma).

Difficoltà escursionistiche:

T = turistica/facile;

EM = escursionisti medi;

EE = escursionisti esperti.

# GRUPPO CERRUTI MULTISERVICES

## PRESTITI

U.I.C. N° A9648



**A TUTTI I DIPENDENTI STATALI, PUBBLICI E PENSIONATI**  
**Prestiti agevolati per COMMERCianti e ARTIGIANI**



Possibilità di accedere a un prestito anche con:

- ⇒ Firma unica anche se coniugati
- ⇒ Cessioni in corso
- ⇒ Protesti recenti
- ⇒ Pignoramenti



- CESSIONE DEL QUINTO
- PRESTITI PERSONALI
- MUTUI

*La famiglia è serenità;  
 con Noi... i desideri diventano realtà*

### alcuni esempi

rate	36 mesi	60 mesi	120 mesi
4.000,00	142,00	91,00	53,00
7.500,00	262,00	167,00	96,00
15.000,00	510,00	328,00	187,00
23.000,00	-	495,00	285,00

**rata a tasso fisso T.A.N. 3,95%**

**ACCONTO  
 del 90%  
 in giornata**

UNICI DOCUMENTI:  
 codice fiscale  
 carta d'identità  
 busta paga



**PREVENTIVI GRATUITI E VISITE A DOMICILIO**

Per qualsiasi informazione:

## GENOVA

**Via O. De Gaspari, 21/2**

**tel. 010311284**

Da **Lunedì a Venerdì**: ore 9.00 / 13.00 e 14.30 / 19.00 • **Sabato** mattina ore 9.00 / 11.30

Sito internet: [www.gruppocerruti.com](http://www.gruppocerruti.com) E-mail: [cerruti@gruppocerruti.com](mailto:cerruti@gruppocerruti.com)

Sezione Escursionismo Crai Galliera, Mura delle Cappuccine 14 - Genova - fondazione: maggio 2000 - affiliazione FIE: 2002 - 1° numero "Unick" ...: maggio '04 - Anno IV.  
 Tel 010 563 2303 (ufficio) - fax 01057481146 - Email: [locontim@galiera.it](mailto:locontim@galiera.it) - Info web: <http://digilander.libero.it/craigalliera/> (principale) e <http://digilander.libero.it/craigalliera/esc.htm> (approfondimento) -  
 Foto: <http://digilander.libero.it/MAURIZIOLC> - Arretrati e n. 13 stampabili da: <http://xoomer.alice.it/escursionismogalliera/idee/menu.html> - Tiratura base: oltre 1.100 copie. Stampa:  
 Colombografiche Genova (0108328036). Gli articoli firmati rispecchiano l'opinione dell'autore con piena libertà d'espressione. **Salvo diversa menzione, testi, foto e impaginazione: M. Lo Conti.**  
 Hanno collaborato: Maurizio Lo Conti, Dino Gallo, Patrizia Landi, Christian Roccati, Tommaso Dotto, Mauro Nelli, Sara Montoli, Franco Arato, R. Schenone, S. Morando, E. Gragnoli e M. Marvaso.

**ANTEPRIMA: CALENDARIO 2008 DISPONIBILE SU**  
<http://digilander.libero.it/craigalliera/cal2008.pdf>

