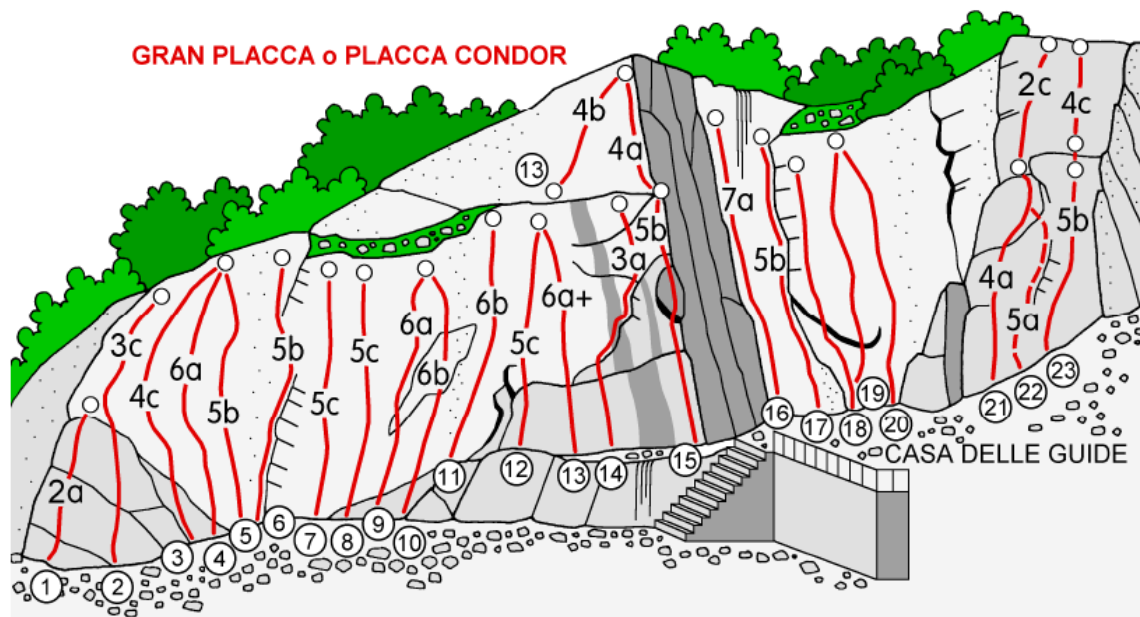
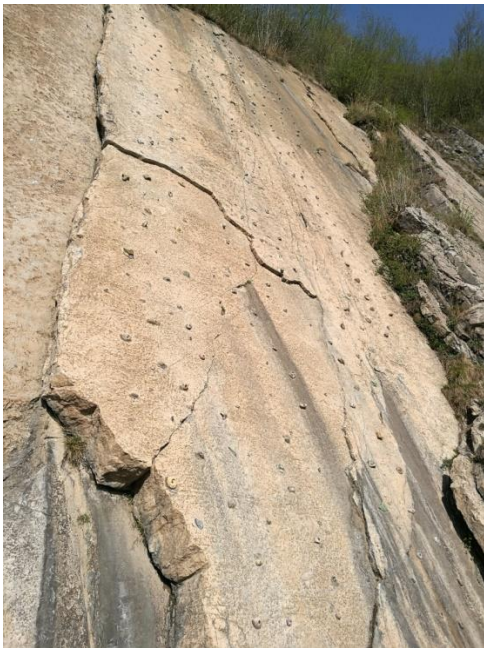


TUTTI in valle con

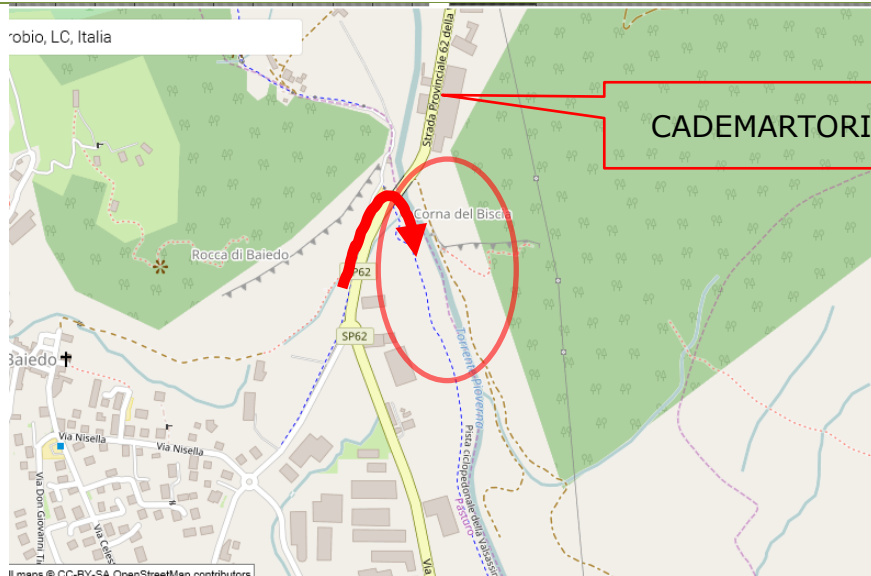
Cosa	Stacchiamo i nostri giovani arrampicatori dalla parete artificiale e li portiamo ad arrampicare in falesia, ovvero in una palestra di roccia attrezzata con vie di salita con difficoltà crescenti, ma non solo !!
Quando	sabato 29 aprile
Dove	Nella palestra di arrampicata di Introbio (LC) presso la Casa delle Guide Alpine



Tutte le vie nel sito delle rane

Come si arriva

Da Pregnana si prende la A4 > uscita S.S. Giovanni direzione Lecco/Sondrio - SS36- > usciti dal tunnel del Monte Barro dopo il ponte sul fiume Adda, deviazione a Dx direzione Valsassina -SS 36dir- alla rotonda di Ballabio 1^ a dx direzione fondo valle SP62 e dopo 8 km si arriva a destinazione. Superato il ponte su torrente Pioverna girare subito a Dx, se passate davanti alla Cademartori siete andati oltre !!!!!



A che ora

Ci troviamo a Introbio alle 8:30 (max 9:00), ognuno si muove in autonomia considerando che il tempo di percorrenza da Pregnana M. da 1 h a 1:30 h dipende dal traffico del sabato mattina quando molti risalgono la valle. Durante la ricognizione dell'8 di aprile ci hanno segnalato la presenza di giovani arrampicatori con relativi istruttori fin dalle 9:00.

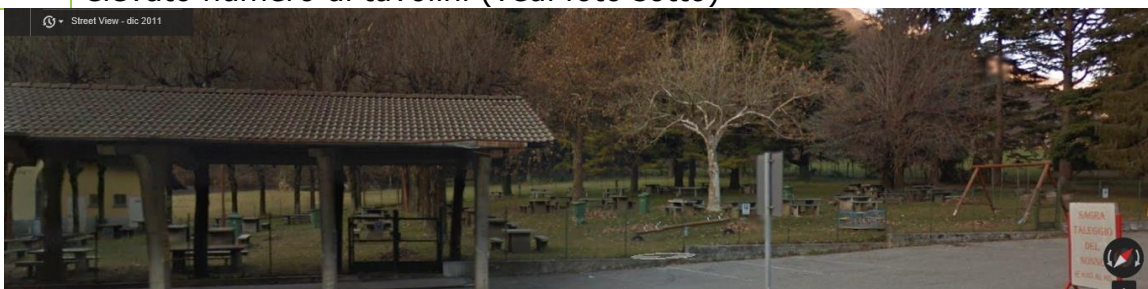
Contesto & Cibo

La palestra ha uno spazio antistante, delimitato da un muretto, su cui c'è la Casa delle Guide (ci stiamo informando sulla disponibilità e relativo costo), nell'area sottostante a circa 200-300 mt vi sono due tavoli fissi da picnic. La proposta è un sano "mangiare al sacco" che ogni famiglia organizza in funzione delle proprie preferenze, da consumare sul posto , puntando sul nostro spirito di adattamento, magari portando qualche tavolino e sedia da campeggio, come punti di appoggio.

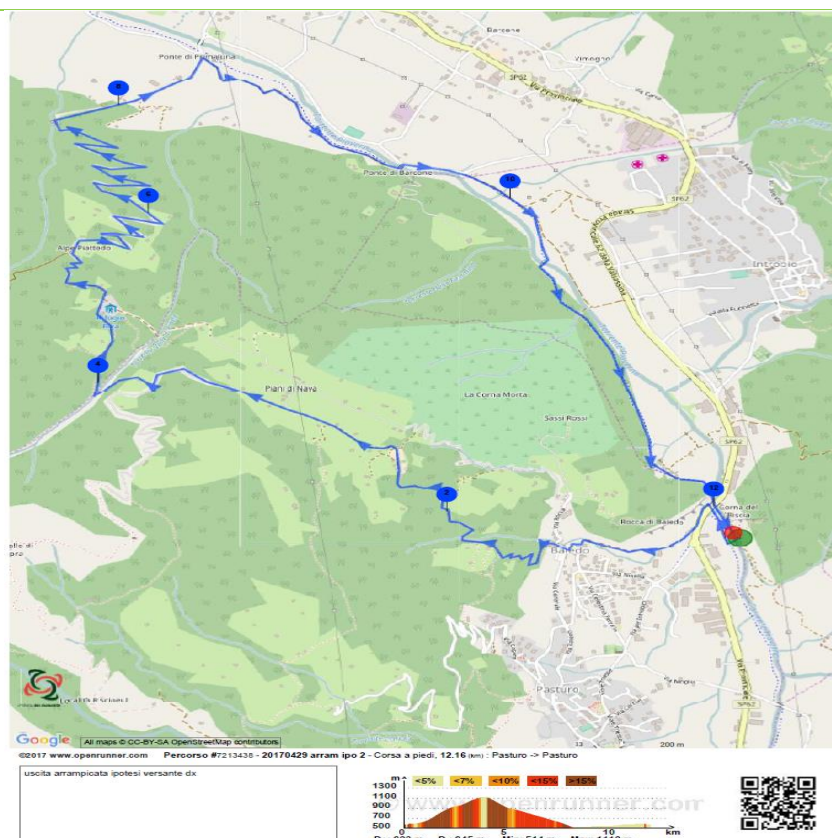


Alternativa

Dopo Ballabio salendo verso Introbio sulla SX, c'è il market ALVA, dove oltre a vendere tutto quello che alza il colesterolo, preparano panini ed hanno un elevato numero di tavolini (vedi foto sotto)



Costo dell'uscita	Escludendo il trasferimento e il cibo che ognuno si gestisce autonomamente , il costo da sostenere per l'uscita è di 140 € relativo alla guida, che sarà diviso per il numero degli arrampicatori iscritti al corso.
SICUREZZA	È lasciata ai genitori la gestione delle giovani leve quando non sono impegnate ad arrampicare , grazie .
Proposta per runner e biker	In occasione della uscita per l'arrampicata vogliamo proporre una uscita collettiva alle rane per una corsetta un po' su e giù e una pedalata in valle.
Per la corsa	la proposta è un giro al "buio" di circa 12 km con D+ 600 mt per un impegno di circa 2 h. (tracciato su carta !!! ma non provato, è un giro sempliceper me e Rita è normale, -chiedere su corriconnoi@rundellafontana.it per la traccia gpx) Scarpe da trail, borraccia ½ litro acqua, antiventto.



Per i biker,	Si affidano a Stefano, che conosce la valle come le sue tasche, che vi condurrà e cercherà di non perdervi e di non perdersi.
---------------------	---

Oltre agli arrampicatori che hanno già confermato, chi si vuole aggregare , chi ha dubbi, vuole chiarimenti, ha dritte contatti Enrico, Rita o Stefano tramite la mail Corriconnoi@rundellafontana.it o Whatsup.

Altre info sul sito www.rundellafontana.it vita sportiva/arrampicata

