



SEMMO DA GHENGA



Affiliato alla

Periodico del "Gruppo Scarponi" anno XLIV° GENNAIO-FEBBRAIO 2010

Componenti Consiglio Direttivo e Collegio dei Sindaci Revisori Incarichi e Commissioni di lavoro

Dall'Assemblea Annuale Ordinaria dei Soci tenutasi l'11 Dicembre 2009, sono stati eletti i Soci che guideranno il GRUPPO SCARPONI per i prossimi 2 anni.

Le cariche sono state attribuite nella 1° riunione di Consiglio.

CONSIGLIO DIRETTIVO

Fulvio Massobrio	Presidente
Mauro Sottanis	Vicepresidente
Piergiorgio Risso	Segretario
Luisa Pedemonte	Vice-Segretario
Anna Maria Cardellino	Cassiere
Angelo Cogni	Consigliere
Derio Dessì	Consigliere
Bruno D'Onofrio	Consigliere
Ezio Marzi	Consigliere
Ugo Merlo	Consigliere
Gianni Parodi	Consigliere
Luciano Parodi	Consigliere
Mira Romairone	Consigliere

COLLEGIO dei SINDACI

Nando Bottaro
Carla Merlo
Anna Nacinovich



COMMISSIONI e INCARICHI

Commissione Escursionistica

Angelo Cogni, Derio Dessì, Bruno D'Onofrio, Ezio Marzi, Fulvio Massobrio, Ugo Merlo, Gianni Parodi, Luciano Parodi

Commissione Turismo

Carla Merlo, Gianni Parodi, Piergiorgio Risso

Commissione Sentieristica

Angelo Cogni, Desiderio Dessì, Ezio Marzi, Ugo Merlo, Gianni Parodi

Volontari Sentieristica

Giovanni Bagnasco, Franco Biasutti, Antonio Bisi, Ferdinando Bottaro, Gianfranco Rigo, Pino Sergi

Economato

Ugo Merlo, Luciano Parodi

Pubbliche Relazioni

Anna Nacinovich, Palmira Romairone

Libro verbali gite

Luciano Parodi

Redazione "Semmo da Ghenga"

e Sito Internet

Maria Luisa Cassano e Giacomo Basso



Rifugio Monte Reale

Auguri Natalizi 2009

13 dicembre, Santa Lucia: il giorno più corto che ci sia. Così dice il vecchio adagio. Oggi è il giorno che gli Scarponi si ritrovano per gli auguri natalizi e, diciamolo sottovoce, l'occasione per mettere su una stufa rovente la tradizionale mostardella e tante altre amenità.

Un evento anche ripetitivo negli anni, se non ché viene rotta una tradizione: invece del Monte Tobbio, sempre sovraffollato, ci dirigiamo al rifugio di Monte Reale, sopra Ronco Scrivia.

Anche qui in una zona molto panoramica. C'è anche il vantaggio del trasferimento in treno e questo è comodo.

Ci troviamo numerosi sul piazzale Mons. Luciano Parodi (che combinazione! come il capogita) e iniziamo con l'attraversamento dello Scrivia su un antico ponte in pietra con arcate a schiena d'asino. Ci inerpichiamo su un sentiero non ben mantenuto fino a Cascine e poi su su nel bosco di castagni, anche lui ormai all'abbandono.

Alla fine di uno sterrato si incontra l'installazione di una teleferica che arriva fin su al Santuario.

È un'opera ingegnosa il cui pezzo più prezioso, quello della trasmissione, è stato ricavato dall'adattamento di un differenziale di camion.

Ora il sentiero si restringe e avanziamo a zig-zag su un tappeto di foglie; gli alberi già spogli.

Ronco e la valle non è bella neanche dall'alto.

Sul sentiero incontriamo alcuni cacciatori di cinghiali appostati in attesa ...

Arriviamo in cima abbastanza presto. Da lassù immaginiamo un panorama superbo: siamo avvolti nella nebbia, purtroppo.

La temperatura bassa, la nebbia e una leggera brezza scolpiscono intorno ai rami degli alberi e agli steli dei cespugli delle bandierine di ghiaccio. L'esterno del rifugio è ben curato, regna l'ordine. Anche la costruzione è bella, armoniosa e ben curata. Il Santuario è chiuso.

È stata una buona scelta. L'interno è ampio: due stanze, la prima con il doppio soffitto a vela in mattoni a vista; in fondo si accede al locale cucina, grande e con il soffitto alto, spiovente a due acque. Ci sono tavoli e posti a sedere per una cinquantina di persone.



Siamo ben impressionati dall'ordine e dalla pulizia del locale.

Armeggiamo subito con le due panciute stufe in ghisa e ben presto ci sistemiamo al meglio.

Dagli zaini spunta "ognibendidio", ... solido e ... liquido!

Un paio d'ore in serena armonia. Alla fine si tenta persino d'intonare qualche canto con scarsissimi risultati. Su questo versante la maggioranza è veramente negata.

Gli Scarponi quest'anno hanno fatto molte e belle attività. Si sarebbe potuto scrivere, riepilogandole, di queste. Invece ho voluto raccontare questa semplice e se vogliamo scontata escursione per cogliere l'occasione di complimentarsi con le persone che senza dubbio hanno lavorato e sudato per mettere un così bello e ben condotto rifugio a disposizione di tutti. Grazie.

Per chi vuole saperne di più: www.monte-reale.it.

A tutti un caro augurio di ogni bene per l'anno nuovo.

cantachetipassa77@libero.it





GRUPPO SCARPONI

Via Isocorte 13 – GE-Pontedecimo
tel. 010 - 726.10.04

N° 1/10 - Pagina 3

affiliato
alla



Programma GENNAIO 2010

Per ogni gita eventuali informazioni in sede 010-7261004 al Venerdì ore 21/22,30)

03 / 01 / 2010 - PRESEPI E TORRI DI GENOVA (nascosta) (E.T)

Ritrovo: Stazione F.S Ge.Principe ore 9,05
Itinerario : Da Stazione Principe alla Stazione Brignole
Dislivello: S/D. 100 m. Colazione al sacco nel Parco di Villa Croce - Ore di cammino 4,00
Capogita : Enzo Pizzoccheri 010 885209
Milly Parodi 010 791059

10 / 01 / 2010 - TRAVERSATA RIOMAGGIORE - COLLE DEL TELEGRAFO - PORTO-VENERE (E.M)

Ritrovo: Stazione F.S Ge.Sampierdarena ore 6,30 (treno ore 7,03) Da Ge.Brignole treno ore 7,20
Itinerario Escursionistico: Riomaggiore - Mad. di Montenero 340 m.- Colle del Telegrafo 535 m.- Valico S. Antonio 508 m.- Campiglia 400 m.- Il Chioso 250 m.- Castelletto 205 m.- Rocce Rosse 200 m.- Portovenere. Da qui autobus per la stazione di La Spezia (i biglietti li troviamo dall' Azienda di Soggiorno)
Dislivello: S/D. 535 m.- Colazione al sacco
Ore di cammino 5,00
Capogita: Derio Dessì 3294217864
Milly Parodi 010 791059

17 / 01 / 2010 - ANELLO PIETRA L. - RANZI - PIETRA L. (E.M)

Ritrovo: Stazione F.S Ge-Sampierdarena ore 6,25 (treno ore 6,51) - da Ge-Brignole parte ore 6,36
Itinerario Escursionistico: Pietra ligure - Colle del Trabocchetto 122 m. - Ranzi 200 m. - Santa Libera 195 m. Colle delle Pere 387 m. - Belvedere Cappelletta - Ranzi- San Sebastiano- Pietra Ligure
Dislivello :S/D. 465 m. - Colazione al sacco
Ore di cammino 5,00
Capogita: Giovanni Bagnasco 3202233725
Derio Dessì 3294217864

24 / 01 / 2010 - TRAVERSATA ACQUASANTA - BAIARDA - M.te PENNELLO - CIAN de FIGGE - PEGLI (E.M)

Ritrovo: Stazione F.S Ge-Sampierdarena ore 7,20 (treno ore 7,43) - da Ge-Brignole parte ore 7,29
Itinerario Escursionistico: Acquasanta 195 m. - Baiarda M.te Pietra Lunga 700 m. - M.te Cucco 893 m. - Fontana Buona 962 m. - M.te Pennello biv. Zucchelli 995 m. - Pietra Lunga - Pian de Figge 619 m. - Pian delle Monache - Pegli
Dislivello: S/D. 800 m. - Colazione al sacco
Ore di cammino 5,00
Capogita: Parodi Luciano 3487687703
Derio Dessì 3294217864

Sabato 30 / 01 / 2010 - GITA TURISTICA AD AOSTA (Fiera S.Orso)

Orario partenza da Piazza Pontedecimo ore 6,00
Prenotazioni in Sede con caparra €20,00 fino ad esaurimento 50 posti.

31 / 01 / 2010 - TRAVERSATA GENOVA PONTEDECIMO - SANTUARIO della VITTORIA - BUSALLA (E.M)

Ritrovo: Piazzale Piscina Pontedecimo ore 8,30
Itinerario Escursionistico: Piazzale Piscina - Passeggiata dei Frati - Beata Chiara - Salita Castrofino - San Michele da Castrofino 219 m. - Croce di Via Favareto - Serra Riccò - La Campora - Pian del Merlo 450 m. - Santuario della Vittoria 591 m. - M.te Cappellino - Busalla.
Dislivello: S/D. 500 m. - Colazione al sacco - Ore di cammino 4,30
Capogita: Angelo Cogni 3405330467
Derio Dessì 3294217864

**Indirizzo posta elettronica:
redazione@grupposcarponi.it
Sito internet www.grupposcarponi.it**

LEGENDA PER LE GITE IN PROGRAMMA

ET: Escursionistica Turistica (aperta a tutti) -

EF: Escursionistica Facile (aperta a tutti)

EM: Escursionistica Media (per buoni camminatori)

EE: Escursionistica per Esperti (possibilità ell'uso delle mani)

Le ore di cammino ed i dislivelli sono complessivi, ovvero si riferiscono all'intera escursione.

Programma FEBBRAIO 2010

Per ogni gita eventuali informazioni in sede 010-7261004 al Venerdì ore 21/22,30)

07 / 02 / 2010 - ANELLO RAPALLO - M.te PEGGE - SANTUARIO DI MONTALLEGRO - RAPALLO. (E.M)

Ritrovo: Stazione F.S Ge-Brignole Ore 7,40 (treno ore 8,03)
 Itinerario Escursionistico: Rapallo - Mad.na Nera 250 m. - M.te delle Pozze 527 m. - Piano dei Merli 540 m. - M.te Pegge 774 m. - P.so della Crocetta 594 m.- P.so di Coreglia 683 m.- Sant. di Montallegro 589 m. - Bosco Grande - S. Bartolomeo 110 m. - Rapallo.
 Dislivello: S/D. 770 m. - Colazione al sacco
 Ore di cammino 5,00
 Capigita: Giovanni Bagnasco 3202233725
 Paola Kovacs 3272003315

14 / 02 / 2010 - TRAVERSATA VOLTRI - CREVARI - CAMPENAVE - EX DAZIO - ARENZANO - (E.M)

Ritrovo: Stazione F.S. Ge-Sampiedarena ore 7,30 (treno ore 8,00) - da Ge-Brignole parte ore 7,45
 Itinerario Escursionistico: Voltri - Crevari - Campenave - Bric Brigna 462 m. - Bric Pigheuggiu 815 m. - Cima di Mezzo 535 m. - Bric del Vecchio 502 m. - C. Calzone - Sant. Madonna delle Olivete - Arenzano.
 Dislivello: S/D. 800 m. - Colazione al sacco
 Ore di cammino 4,30
 Capigita: Derio Dessì 3294217864
 Paola Kovacs 3272003315

14 / 02 / 2010 - GIORNATA ESCURSIONISMO CON CIASPOLE (In collaborazione col Gruppo "I Montagnin") (neve permettendo) - Casa Forestale - Monte Penna Gli interessati per informazioni devono telefonare in sede venerdì 12 in modo da sapere il programma e relativo appuntamento.

21 / 02 / 2010 - POLENTATA E PENTOLACCIA DAI SOCI BOTTARO A PORCAREZZE (E.F)
 Ritrovo: Area P c/o hotel S.Biagio (Ipercoop Aquilone) ore 8,30 - a Torriglia P.zza della Chiesa ore 9,30
 Prima del pranzo una breve gita alla Cappella di Panteca. Ore di cammino 1,30 circa.
 Prenotazioni in Sede dal 15 gennaio fino ad esaurimento dei 40 posti (con caparra €10,00)
 Capogita: Nando Bottaro
 Derio Dessì 3294217864

28 / 02 / 2010 - ANELLO DEI QUATTRO RIFUGI ARENZANO (E.M)

(Escursione in collaborazione con il CAI di Bolzaneto)
 Ritrovo:Stazione F.S. Ge-Sampiedarena Ore 7,25 (treno ore 8,00) - da Ge-Brignole parte ore 7,45

Itinerario Escursionistico: Arenano - Terralba - Pian del Curlo 300 m. - Rif. Scarpeggin 550 m. - P.so Gavetta 700 m.- Rif.Cà da Gava 785 m.- P.so Tardia 870 m.- Ric. ai Belliventi 890 m.- P.so Gavetta 700 m.- Ric. Lisèu 593 m. - Pian del Curlo 300 m. - Arenzano
 Dislivello: S/D. 880 m. - Colazione al sacco
 Ore di cammino 5,00
 Capigita: Luciano Parodi & Anna Nacinovich 3487687703

07 / 03 / 2010 - LUNGO LE VIE DEI MULATTIERI DA SAMPIERDARENA A BOLZANETO (E.M)

itinerario Escursionistico: Belvedere - Forte Crocetta - Case Perpetua - Garbo - Fregoso - Begato - Crocetta - Funtenin - Geminiano - Brasile - Bolzaneto
 Dislivello: S/D. 310 m. - Colazione al sacco
 Ore di cammino 4,30 circa
 Appuntamento ore 9,00 Piazza Montano (treno ore 8,35 da PonteX ore 8,40 da Bolzaneto.)
 Capogita: Giorgio Bassoli 010 7454111
 Angelo Cogni 3405330467

ANTEPRIME:

14 / 03 - ALLA RICERCA DEI VECCHI SENTIERI IN VALLE SCRIVIA (E.M)

Ritrovo: Piazzale Piscine Pontedecimo Ore 7,30
 Itinerario Auto: Pontedecimo - Ronco Scrivia - Creverina
 Itinerario Escursionistico: Creverina 302 m. - Cascinetta - C.se Settefontane 506 m. - C.se del Passo - Cappelletta S. Anna 704 m. - La Buffalora - Cassine - Creverina.
 Dislivello: S/D. 402 m. - Colazione al sacco
 Ore di cammino 5,00
 Capigita: Ezio Marzi 3382457991
 Ugo Merlo 3408076461

21 / 03 - L'ALTRA PRAGLIA SCONOSCIUTA (E.M)

Una Praglia insolita, giro in un ambiente incontaminato. Di notevole pregio la cascata del Rio Sturettà. Ambienti presoche sconosciuti, a pochi passi dalla Praglia più nota.
 Ritrovo: Piazzale Piscina Pontedecimo Ore 8,00
 Itinerario Auto: Pontedecimo - San Martino di Paravanico - Praglia
 Itinerario Escursionistico: Chiesetta di Praglia 834m. - Pian Sado - M.te Vesolina 974 m. - Colle di Terma 600 m. - Bric Conchin 766 m. - Cascata del Rio Sturettà (sosta pranzo) - Case Seugi - Case Giulia - Case Ciappi - Chiesetta di Praglia.
 Dislivello. S/D. 140 m.- Colazione al sacco
 Ore di cammino 5,30

Capigita: Luciano Parodi & Anna Nacinovich
 cell. 3487687703

Tutti i Venerdì dalle ore 21 alle 23 NELLA SEDE del GRUPPO SCARPONI
in Via Isocorte 13 GE-Pontedecimo - Tel. 010-7261004
sono invitati i soci e i simpatizzanti per fare quattro chiacchiere
e scambiare proposte e idee. Vi aspettiamo !!!

Vincitori
Concorso Dolce e salato
Dolce: 1° classificata **Marisa Cecconi**
Salato: 1° classificata **Maria Pedemonte**

Segnalata per l'originalità della presentazione del dolce: Ariela Ferraiuoli

Ricetta Salato

Ingredienti: 4 peperoni – cipolla- olio- ricotta – uova – grana grattugiato e pasta sfoglia.
Si tagliano a striscioline i peperoni e si fanno appassire in padella con olio e cipolla.
Una volta cotti se ne prende una parte e viene tritata nel Mulinex.
Si mescolano le due parti con la ricotta (una vaschetta di 200g) poi si aggiungono 2 uova, grana, sale e, a piacere, pepe.
Amalgamare bene tutto e versare sopra la pasta sfoglia. Infine si sbatte un uovo e si versa sopra tutto.
Cuocere in forno a 180° per 20 minuti.

TESSERA...
TESSERA...

Ricordiamoci di rinnovare la tessera del Gruppo Scarponi per l'anno sociale 2010 !!!

Soci €23,00
Soci familiari €13,00



TESSERA...

Presso la segreteria sono disponibili per la vendita ai soci:

BERRETTI SCALDACOLLO	€ 4,00
ADESIVI SCARPONI	€ 0,50
FELPE	€ 10,00
POLO	€ 8,00
NUOVA MAGLIETTA t-shirt	€ 7,00

Ricetta Dolce

“CHEESECAKE “A BERSAGLIO”

Ingredienti per la base: 225 g di biscotti secchi sbriciolati- 3 cucchiai di cacao in polvere- 2 cucchiai di zucchero di canna- 90 g di burro fuso.
Per la farcia: 750g di ricotta fresca- 200g di zucchero semolato-3 uova- 150g di cioccolato fondente sciolto con 50 ml di acqua – 2 cucchiaini di vaniglia.

Preparazione: per la base, in un recipiente, amalgamare i biscotti sbriciolati, il cacao e lo zucchero con il burro fuso. Lavorare con una forchetta, far aderire bene al fondo di uno stampo apribile (tenere da parte se si desidera 3-4 cucchiai di biscotti sbriciolati per decorare i bordi del dolce una volta pronto)

Cuocere in forno pre-riscaldato per 10 minuti a 180°. Lasciar raffreddare . Abbassare la temperatura a 160°. Imburcare il bordo dello stampo.

Per la farcia: setacciare la ricotta in un recipiente capiente e lavorare a crema con una frusta o un frullino elettrico, aggiungere gradualmente lo zucchero, quindi le uova, uno alla volta senza lavorare troppo energicamente.

Versare metà del composto in un altro recipiente e aggiungere il cioccolato fuso, amalgamare, quindi un cucchiaino di vaniglia in ciascun composto.

Versare poco meno di metà del composto chiaro nel centro dello stampo, uniformare con dei colpetti sullo stampo in modo che copra il biscotto. Versare sopra il composto chiaro quello al cioccolato, poco meno della metà, senza coprirlo completamente.

Alternare i composti; finire con quella chiara (si dovrebbero ottenere 4 anelli di composto chiaro e 3 anelli di composto scuro)

Sistemare sulla griglia più bassa del forno un recipiente con dell'acqua e lo stampo con il dolce su quella superiore.

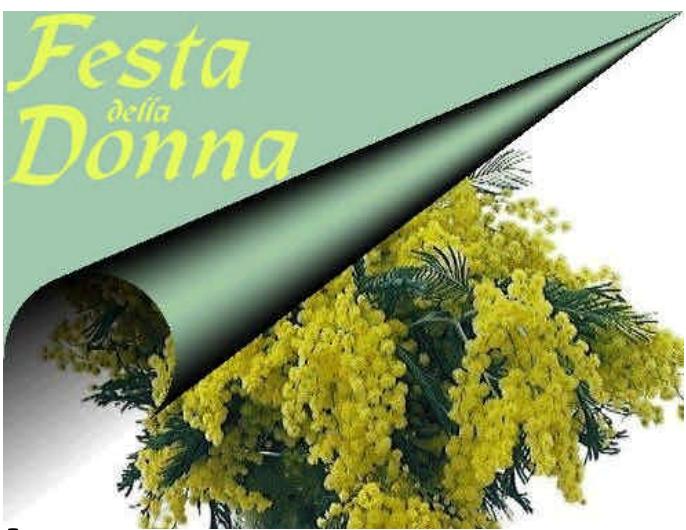
Cuocere per 1 ora e 10 minuti (il dolce è pronto quando il centro è asciutto) il composto al cioccolato si consola raffreddandosi.

Lasciar raffreddare nello stampo.

Se ce la fate il dolce si conserva in frigorifero per una settimana.

Prima di servire il dolce, lo si deve lasciare a temperatura ambiente per almeno un'ora.

TESSERA...



8 marzo
Festa della DONNA
in Pizzeria a Cesino
Prenotazioni in sede con caparra
€10,00 entro il 5 marzo

Al sabato
(neve permettendo)
gita con le Ciaspole
Per informazioni rivolgersi in sede
al venerdì (tel. **010-7261004**)

SETTIMANA BIANCA
dal 6 al 13 Febbraio
a MONCLASSICO
FOLGARIDA
(Posti esauriti)

Auguri per le Nozze d'Oro
a Maria Luigia Cavanna e Antonio Bisi

**d'Nozze
d'oro**



...PROSSIMAMENTE...

Venerdì 15 Gennaio
ore 21 in sede

Bicchierata in sede per festeggiare il 1° uomo e la 1° donna con più alta partecipazione alle gite durante l'anno 2009
e premiazione atleti Marcia di Regolarità in Montagna :

1° classificato coppia ragazzi : Boccardo Laura & Belu Elena.

2° maschile: Parodi Luciano

3° maschile: Parodi Angelo

Venerdì 22 Gennaio
ore 21,15 (in sede)
SERATA di PROIEZIONE
del Documentario

"LE ALPI" di Folco Quilici

1° parte: Arco Orientale
"Le Giulie e le Carniche"

Nel loro immenso arco le Alpi paiono eguali a se stesse e sono invece sempre diverse.

Questa raccolta documentaristica, suddivisa in otto sezioni, ci farà godere di tutte le bellezze, le differenze e le particolarità delle nostre montagne più amate, dove natura e uomo hanno spesso creato nuovi e felici equilibri.

MARIA LUISA e GIACOMO
della REDAZIONE



AUGURANO UN SERENO 2010



SEMMO DA CHENGA

n° 1

Redazione e Fotocomposizione:
Maria Luisa Cassano e Giacomo Basso
Si attende un contributo di articoli e foto da tutti !!!
e-mail: redazione@grupposcarponi.it
oppure: mlcassano@alice.it