



# SEMMO DA GHENGA

Affiliato alla



Periodico del "Gruppo Scarponi" anno XLIII° MAGGIO-GIUGNO - 2011

## La " POLENTATA "

Nel dormiveglia del mattino, il ticchettio battente e greve, scandito dalla pioggia sul davanzale, non induce alla levataccia. Il torpore del risveglio combatte tra il piacere ed il dovere. Lassù, quel di "Porcarezze" ci aspetta, con il suo solitario fascino e la sua accogliente compagnia.

Sotto la pioggia insistente, lentamente ci si avvia ad inerparsi per la vallata contornata da una candida corona di neve sulle cime soprastanti.

Visto da lontano, quel candido bagliore è uno spettacolo meraviglioso, un quadro fascinoso della natura.

La meta è vicina, ma l'erta salita fa ruggire il motore dell'auto, come se si fosse alla partenza della "Sojuz" per il viaggio alla Luna.

Il premio per il travaglio della trasferta è la calda accoglienza degli amici, stretti attorno al crepitio della fiamma che arde nella stufa.

L'oro nel paiolo sobbolle lievemente mentre robuste braccia si alternano nel rimestare quella enorme massa di agglomerato che si appella "Polenta".

L'ambiente è idilliaco e l'amichevole vociare della conversazione, contrasta e supera l'uggioso clima dell'ambiente esterno. I fratelli Bottaro, incomparabili anfitrioni, neglettamente amalgamano il tutto in un voluttuoso "Relax".

Il tempo scorre veloce e quasi inconsciamente ci si ritrova sulla strada del ritorno.

L'armoniosa compagnia, la buona tavola e l'accogliente ambiente nell'accomiatarci ci avvolgono di una mesta nostalgia.

Non disperiamo, la speranza è sempre l'ultima a morire, ed attendiamo serenamente e fiduciosamente che per il prossimo anno si rinnovi la Sagra della " POLENTATA".

Enzo Pizzoccheri

## APPUNTI DISORDINATI DI VIAGGIO

**Navigatore o non navigatore....** Questo è il dilemma ..che sia meglio seguire le tracce, i cartelli, le varie indicazioni turistiche o affidarsi al satellitare???

Il viaggio comincia e già i dubbi sono forti e preponderanti ... tra chi segue la strada del satellitare e chi la carta geografica l'importante è arrivare!

Arrivata a Capocaccia mi sembra di essere a casa, questi posti li ho già visti due estati fa... sono sempre belli e meravigliosi, da lì scendiamo fino ad ALGHERO, passiamo da Tinnura con i bellissimi murali, facciamo diverse soste ed alla fine guidati dal satellitare cerchiamo SERRAS D'ALA - nome in codice "prima pappa" ....



**2011 odissea nello spazio ..... 2011 odissea nell'oristanese.**

L'agriturismo si trova al centro di tre contrade, così ci racconterà la proprietaria dell'agriturismo, una delle quali appunto Serras d'Ala, ma tutto questo il

satellite non lo sa... comincia il tramonto, il viaggio prosegue per paesi e strade deserte finchè messo da parte il “navigatore” si torna al vecchio sistema di chiedere ai locali ... si fa sempre più buio, passiamo per la zona industriale, arriviamo davanti ad una strada sterrata ...andiamo avanti ??? – si, andiamo avanti e dopo un po’ di fuori strada finalmente l’agriturismo.... sono solo le 19.30 .

### Prima Pappa...

Quando sono arrivata non avevo molta fame ma poi ... di antipasto c’era il mondo tra affettati vari sott’oli, verdure e ricotta...ricotta e ancora ricotta. Qui a Genova è lepega, la mangio ma non ne vado matta..lì era a dir poco fantastica, l’ho apprezzata così tanto che il giorno dopo quando l’ho trovata a colazione me la son sbafata con la marmellata Si... con la marmellata! i miei compagni mi guardavano un po’ inorriditi, ma poi si sono ricreduti

### Sergio Leone

Il paese è quello di San Salvatore, ma io l’ho ribattezzato il “paese di Sergio Leone”, Lidia mi ha detto che qui ci hanno girato dei film western ed io ho subito pensato a Clint Eastwood.. che come diceva Sergio Leone ha due espressioni: con, e senza cappello...

Case basse, una attaccata all’altra, aria e luce bianca... i miei scarponi li sento come se fossero dei camperos.

### Sa sartiglia

La signora dell’agriturismo ci ha portati alla scuderia dove vengono preparati tre dei concorrenti alla sartiglia

I cavalli vengono addobbati in maniera particolare: la coda e la criniera vengono intrecciate e poi ricoperte con nastri dei colori della “squadra”.

Anche la vestizione dei cavalieri è particolare, con la scusa che sono stata eletta fotografa ufficiale del-

la gita mi hanno permesso di assistervi: gli abiti, a più strati, vengono cuciti addosso, nella camicia bianca di lino non c’è un bottone. La gonna portata sopra 2 paia di pantaloni è fermata da un laccio.

La giornata è soleggiata, siamo in una scuderia ma l’unico odore che si sente è quello della salsiccia e del *porceddu* che cuociono sulla griglia; ci offrono di tutto: salame (loro lo chiamano salsiccia), lardo, fave con le cotiche, torte di verdura.... ma sono appena le 11 del mattino... è ora di pranzo !!!



Sempre grazie alle indicazioni della signora dell’agriturismo ci dirigiamo in città ad assistere alla sfilata delle comparse in costumi sardi e delle pariglie che *correranno alla stella*. Purtroppo c’è troppa gente e non riusciamo a vedere quando i cavalieri cercano di infilzare la stella

Ci dirigiamo allora al luogo della seconda manifestazione della giornata: la corsa delle pariglie, momento in cui i cavalieri piroettano.... ci appostiamo in prima fila ma purtroppo, lo scopriremo dopo, un po’ lontano da dove i cavalieri partono; aspettiamo oltre 2 ore che inizi la manifestazione... comincio ad essere stanca, la schiena urla e i talloni protestano, il gruppo di giovani che sono a fianco a me alle



17.20 se ne vanno... li seguirei.

Alle 17.30 circa finalmente la manifestazione comincia: altra sfilata di costumi sardi e poi della corte di Eleonora d'Arborea in costumi spagnoli del '500/600 e poi i cavalli e i cavalieri, stupendi nei loro ricchi paramenti e costumi...infine le piroette .. galoppi in piedi sul cavallo, in tre su 2 cavalli ...la schiena protesta ancora ma l'occhio e lo spirito sono contenti: aspettare ne è valsa la pena.



### **Agriturismo Perdaba**

Dopo la giornata passata a girare si arriva all'agriturismo dove si resterà fermi fino al rientro: finalmente posso disfare la valigia.

Appena arrivata mi sento delusa: la signora ha una voce stridula sembra arrabbiata, le camere sono quelle di un appartamento aggiustato a bed & breakfast, siamo alla fine del paese in una via tra il fiume e una piazzetta.



Mai prima impressione fu così smentita dal dopo !!!

La signora ha la voce come tutte le sarde, non è arrabbiata ed è una gran cuoca, è simpatica e molto gentile, la posizione è comoda in quanto vicina a tutti i servizi necessari tipo supermercati, panetterie e soprattutto PASTICCERIA ..urrrràààà, la camera è comoda ed ho anche un bel poggiolo.... ed il fiumiciattolo non porta umidità ma un bel suono di acqua che scorre.

### **I sentieri**

Prima camminata da cala domestica a masua facendo sosta a canal grande: l'inizio in salita non è pesante ma io continuo ad inciampare, si arriva in quota, panorama mozzafiato, poi calette e mare e vento. Scendiamo, il sentiero è molto accidentato, continuo ad inciampare... finalmente giù... siamo sulla spiaggia di fronte a noi un masso e un buco dal quale si vede il mare...risaliamo...poi altro panorama, altri scorci unici e splendidi. Adesso si sale e poi si scende...continuo ad inciamparmi... mah

Seconda camminata. Siamo versante monte ..il mare non si vede...si sale, il sentiero è impervio, la vegetazione ti rimbalza..non inciampo più ma vengo respinta dalla vegetazione. Dopo un po' di sali e scendi, non faticosi, si arriva al tempio di Antas. Qui facciamo festa e onore al cibo del luogo: saliccia, pancetta, formaggio e ricotta, miele, frutta e DOLCI !!!

Con la pancia piena si scende verso la grotta di su mannau sulla vecchia strada romana...ma non la strada romana bella lastrica che ho sempre avuto in mente...è un sentiero come un altro.

Notte agitata ho sognato pietre, camminavo nelle pietre e mi inciampavo.... il sonno illumina la mente: i sentieri della Sardegna oltre che essere STUPENDI e poco faticosi per il dislivello, sono tremendi, sono sentieri da capre: pietre, pietre, pietre...forse è per questo che mi inciampavo in continuazione; la vegetazione, per resistere al vento ?, è più dura.

Dopo un giorno di pausa a Iglesias, pessima idea tutta mia, la terza camminata a Cala Pecora..ormai so che ci saranno pietre e vegetazione barriera... invece il sentiero è più agibile degli altri due e I PANORAMI sono splendidi ... spiagge di sassi bianchi che sembrano uova, rocce dalle forme più insolite come un cobra, un martello, un coniglio....

*Antonella*



**GRUPPO SCARPONI**  
 Via Isocorte 13 – GE-Pontedecimo  
 tel. 010 - 726.10.04 - www.grupposcarponi.it  
 tel.satellitare : 39008821650313654 (per emergenza)

affiliato  
 alla



## PROGRAMMI MAGGIO 2011

### 01 / 05 / 2011 - ESCURSIONE AL MONTE ANTOLA 1597 m. (E.M)

Ritrovo: Area P c/o hotel S.Biagio (Ipercoop Aquilone) ore 7,00  
 Itinerario auto: Ge-Bolzaneto - Staglieno - Prato-Torriglia - Propata- Casa del Romano  
 Itinerario Escursionistico: Casa del Romano 1390 m.- M.te delle Tre Croci 1565 m.- M.te Antola 1597 m -  
 e ritorno.  
 Ore di cammino 4,00 - Dislivello :S/D. 300 m.  
 Colazione al sacco  
 Capigita: Fulvio Massobrio 3401060186  
 Piergiorgio Riso 3331289679

### 08 / 05 / 2011 - ESCURSIONE AL MONTE FORATO 1223 m.- (Alpi Apuane) (E.M)

Ritrovo : Area P c/o hotel S.Biagio (ipercoop Aquilone) ore 7,00  
 Itinerario auto: Ge-Bolzaneto - Versilia (Forte dei Marmi) - Stazzema  
 Itinerario Escursionistico: Stazzema 540 m.- Foce Petroschiana 861 m.- Monte Forato 1223 m.  
 Ore di cammino 5,30 - Dislivello :S/D. 683 m.  
 Colazione al sacco  
 Capigita: Derio Dessì 3294217864  
 Luciano Parodi 3487687703

### 15 / 05 / 2011 - ANELLO BARGONE M.te TREGGIN - ROCCAGRANDE - BARGONE. (E.M)

Ritrovo: Area P c/o hotel San Biagio (Ipercoop Aquilone) Ore 7,00  
 Itinerario Auto: Ge-Bolzaneto - Sestri Levante - Casarza Ligure - Bargone.  
 Itinerario Escursionistico: Bargone 296 m. - Colle Incisa 674 m. - Monte Treggin 870 m. - Roccagrande 971 m. - Stagno - Bargone  
 Ore di cammino 5,00 - Dislivello : S/D.675m.  
 Colazione al sacco  
 Capigita : Fulvio Massobrio 3401060186  
 Ezio Marzi 3382457991

### 22 / 05 / 2011 - GIORNATA DELL'ESCURSIONISMO F.I.E a ROVEGNO

Ritrovo: Area P c/o hotel S.Biagio (Ipercoop Aquilone) ore 7,30  
 Itinerario auto : Ge-Bolzaneto - Staglieno - Torriglia - Rovigno.  
 I dettagli del percorso Escursionistico sarà reso noto al momento della prenotazione in Sede entro il 20 maggio.  
 Colazione al sacco e la tradizionale pasta e fagioli offerta dalla F.I.E.  
 Il Consiglio Direttivo

### 29 / 05 / 2011 - GITA TURISTICA DALL'ITALIA ALLA SVIZZERA

Crociera sul Lago Maggiore Stresa / Locarno (con pranzo a bordo compreso) - Ritorno con il Treno di Centovalli: Locarno/Domodossola  
 Ricordarsi di avere a disposizione la Carta d'Identità valida per l'espatrio per 10 anni (la Svizzera, non essendo membro CEE, non riconosce le carte d'identità rinnovate con il timbro del nostro comune con validità 5 anni )  
 Capogita: Piergiorgio Riso 3331289679

\*\*\*\*\*  
 \* Domenica 29 Maggio \*  
 \* PROGRAMMA \*  
 \* gita turistica treno di Centovalli \*  
 \* con crociera sul lago Maggiore \*  
 \* orari di massima: \*  
 \* PARTENZA: \*  
 \* Ore 6,30 Piazza Pontedecimo \*  
 \* Ore 6,40 BOLZANETO \*  
 \* Ore 6,50 Sampierdarena via Cantore \*  
 \* Imbarco battello ore 11,15 a Stresa \*  
 \* ore 12,30 pranzo su battello \*  
 \* ore 14,30 Locarno \*  
 \* ore 16,50 partenza in treno da Locarno per Domodossola arrivo ore 18,36 \*  
 \* Ore 19 Partenza in pullman da Domodossola per Genova \*  
 \* Arrivo ore 22 circa \*  
 \*  
 \* Posti esauriti \*  
 \*\*\*\*\*

**Venerdi 20 maggio 2011**  
**alle ore 21 riunione dei soci in sede con il**  
**Presidente Regionale F.I.E. dott. M.Picco**  
**per illustrare attività, programmi, collaborazioni anche con Enti Pubblici**

# PROGRAMMI GIUGNO 2011

## 02 / 06 / 2011 - (Giovedì) GIRO DELL'ISOLA DELLA PALMARIA (E.M)

Ritrovo: Stazione F.S. Ge-Brignole ore 6,50 (treno ore 7,20) arrivo a La Spezia ore 9,07  
Partenza del vaporetto per la Palmaria ore 10,00  
Giro Escursionistico dell'Isola.  
Ore di cammino 3,30 - Dislivello: S/D. 300m.  
Colazione al sacco  
Ritorno con treno per Genova ore 18,00, arrivo per le ore 19,00 circa a Ge-Brignole.  
Prenotarsi in Sede entro Venerdì 27 maggio con caparra € 7.00 (spesa vaporetto A/R La Spezia - Palmaria)  
Capigita: Paola Kovacs 3294217864  
Gianna Tavella 3478090659

## 05 / 06 / 2011 - ESCURSIONE PALO - VEIRERA - M.te BEIGUA 1287 m. (E.M)

Ritrovo: Area P c/o hotel S.Biagio (Ipercoop Aquilone) Ore 7,00  
Itinerario Auto: Ge-Bolzaneto - Masone - P.so del Turchino - P.so del Faiallo - Vara - S. Pietro D'Olba - Palo  
Itinerario Escursionistico: Palo 656 m. - M.te Veirera - M.te Cucco 1026 m. - Veirera 979 m. - M.te Beigua 1287 m. e ritorno.  
Ore di cammino 5,00 - Dislivello: S/D. 678m.  
Colazione al sacco  
Capigita: Fulvio Massobrio 3401060186  
Luisa Pedemonte 3493615249

## 12 / 06 / 2011- ESCURSIONE AD ANELLO AL M.te GOTTERO 1639 m. (E.M)

Ritrovo: Area P c/o hotel S.Biagio (Ipercoop Aquilone) ore 7,00  
Itinerario Auto: Ge-Bolzaneto - Sestri Levante - Casarza Ligure - S.Pietro Vara - Varese Ligure - Passo Cento Croci - Passo della Cappelletta  
Itinerario Escursionistico: P.so della Cappelletta 1085 m. - P.so del Lupo 1115 m. - Monte Gottero 1639 m. - Foce dei Tre Confini 1416 m. - P.so del Lupo - P.so della Cappelletta 1085 m.  
Ore di cammino 5,00 - Dislivello : S/D.524 m.  
Colazione al sacco  
Capigita: Derio Dessì 3294217864  
Ezio Marzi3382457991

## 19 / 06 / 2011 - ESCURSIONE AL MONTE GALERO 1708 m. (E.M)

Ritrovo: Area P c/o hotel S.Biagio (ipercoop Aquilone) ore 7,00

Itinerario auto: Ge-Bolzaneto - Savona - Ceva - Garessio - Colle S.Bernardo di Garessio.  
Itinerario Escursionistico: Tappa n° 10 AV Colle S.Bernardo 957 m. - Stalla dei Frati 1054 m. - Bivio per Fontana delle Meraviglie - Bocchino delle Meraviglie 1191 m. - P.so delle Caranche 1411 m. - M.te Fuetto 1532 m. - Monte Galero 1708 m.  
Ore di cammino 5,00 - Dislivello: S/D. 751 m.  
Colazione al sacco  
Capigita : Paola Kovacs 3294217864  
Gianna Tavella 3478090659

## 26 / 06 / 2011 - ESCURSIONE AL BALCONE DI MARTA 2138 m. (E.M)

Ritrovo:Area P c/o hotel S.Biagio (Ipercoop Aquilone)  
Ore 6,00  
Itinerario auto: Ge-Bolzaneto - Savona - Arma di Taggia - Molini di Triora - Langan - Colla della Melosa.  
Itinerario Escursionistico: Rifugio Colla della Melosa 1541 m. - Rif. Grai 1980 m. - Balcone di Marta 2122 m. (Attenzione: l'escursione prevede la visita al Forte sotterraneo con uno sviluppo di più di 1 Km, occorre attrezzarsi di torcia elettrica corredata da pile e lampadine di riserva )  
Ore di cammino 5,30 + escursione al Forte - Dislivello dal Colle della Melosa: S/D. 597m.  
Colazione al sacco  
Capigita Fulvio Massobrio 3401060186  
Ezio Marzi 3382457991

*Nota: Il Balcone di Marta è un costone roccioso che si protende dalla Cima di Marta, situata sullo spartiacque tra le Valli Roja e Argentina, verso la parte mediana di quest'ultima.*

*Tra il Balcone di Marta e la sottostante altura, denominata Castello di Marta, è stato scavato tra il 1938 e il 1940 il più vasto complesso fortificato in caverna del Vallo Alpino occidentale, costituito da tre opere sotterranee collegate fra loro: la 605° Batteria S.P. e da due centri di resistenza di fanteria denominati Centro 35 Bis e Centro 35.*

*Il complesso fortificato si sviluppa orizzontalmente su una lunghezza di 550 m.*

*Dopo la modifica del confine tra Italia e Francia sancita dal trattato di pace del 10 febbraio 1947 queste opere, assieme a tutte quelle dei dintorni, sono passate in territorio Francese.*

## RIFUGI E SOGGIORNI

**30-31 Luglio Rifugio Sogno (Cogne)**

**3-4 Settembre Rifugio De Maria  
(Alpi Bergamasche)**

## 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 dell'uso delle mani)

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

**ANTEPRIME LUGLIO****02 - 09 luglio 2011 - SETTIMANA VERDE  
ALL'HOTEL FEDAIA di ALBA DI CANAZEI**

Ritrovo: Area P c/o hotel S.Biagio (Ipercoop Aquilone)  
Ore 7,00

Itinerario auto: Ge-Bolzaneto - Tortona - Piacenza -  
Brescia - Verona nord - Trento - Egna/Ora - Cavalese -  
Predazzo - Moena - Canazei - Alba di Canazei  
Capigita : Ezio Marzi 3382457991  
Derio Dessi 3294217864



HOTEL FEDAIA

**10/ 07/ 2011 - GITA BALNEARE AD ALBISOLA**

Ritrovo: Stazione F.S. Ge-Brignole ore 7,20 (treno ore  
7,45) ( da Sampierdarena parte ore 8,00 )  
Colazione al sacco.  
Capigita: Totò & Lidia 010 824214 - 3487426877

**17 / 07 / 2011 - ESCURSIONE AI PIEDI DEL MONTE  
ROSA (Alpi Pennine) ( E )**

Ritrovo: Piazza Pontedecimo ore 5,00 - Ponte Nuovo  
Bolzaneto ore 5,15  
Stupenda e facile escursione al cospetto della più alta  
parete delle Alpi.  
Da Pecetto di Macugnaga 1362 m. in seggiovia al Bel-  
vedere 1914 m, poi per facile morena si arriva al Rif.  
Zamboni-Zappa 2065 m. e si prosegue per il Lago delle  
Locce 2209 m. in un ambiente glaciale da favola.  
Discesa a Pecetto per il sentiero Silvio Saglio.  
Difficoltà: E  
Ore di cammino 5,00  
Dislivello: salita 309 m. - discesa 847 m.  
Colazione al sacco  
Posti disponibili 25 - prenotazioni in sede fino ad esauri-  
mento posti con caparra €10,00  
Capigita: Anna Nacinovich  
Luciano Parodi 3487687703  
In collaborazione con il CAI di Bolzaneto

**Martedì 10 maggio  
alle 20,30 in Sede  
"Serata dimostrazione Materassi"  
Si prega di partecipare numerosi  
e in coppia**

**PROIEZIONI****Venerdì 13 MAGGIO**

ore 21,00 in sede

**"CROCIERA FLUVIALE  
da MOSCA a SAN PIETROBURGO"  
Luglio 2010  
di Piero Boccalieri**

\*\*\*

**Venerdì 27 MAGGIO**

ore 21,00

**al Teatro Ricreatorio  
San Luigi Pontedecimo)**

**"L'Alta Via dei Monti Liguri da  
"Ceparana a Ventimiglia"  
realizzato da Giacomo & M.Luisa**

\*\*\*

**Venerdì 17 GIUGNO**

ore 21,00 in sede

**SARDEGNA "SA SARTIGLIA"  
di Antonella CARLÀ**

**Giovedì 26 Maggio ore 19  
" Grigliata Trote" a Pian Sado  
Prenotazioni entro il 20 Maggio  
in sede con caparra € 3,00**

\*\*\*

**Giovedì 16 Giugno ore 19  
"Bisteccata" a Pian Sado"  
Prenotazioni in sede con caparra  
€ 5,00 entro venerdì 10 Giugno**



Redazione e Fotocomposizione:

**SEMMO DA CHENGA**

n° 3

Maria Luisa Cassano e Giacomo Basso  
**Si attende un contributo di articoli e foto da tutti !!!**  
e-mail della redazione: [redazione@grupposcarponi.it](mailto:redazione@grupposcarponi.it)  
oppure: [mlcassano@alice.it](mailto:mlcassano@alice.it)  
e-mail segreteria: [SCARPO04@grupposcarponi.191.it](mailto:SCARPO04@grupposcarponi.191.it)