

Curriculum

Benedetti Enrico, nato a Sondrio il 6.6.79 e residente a Montagna in Valtellina. Laureato in Ingegneria Elettrica nell'aprile 2005.

Pratico corsa a livello agonistico dal 1995 e gareggio per le fila dell'ADM Ponte. La mia specialità è la corsa in montagna. Sono appassionato di fotografia e musica.

Fin da piccolo sono stato educato da papà all'amore e al rispetto per la montagna. La mia prima vetta è stata il pizzo Scalino, salito a sette anni con papà e zii dal versante della Val Malenco (via normale). Poi, grazie anche alla preziosa collaborazione della guida Floriano Lenatti, io e mio padre Renzo abbiamo esplorato il gruppo del Bernina. Con loro ho raggiunto per la prima volta il Bernina (m 4050) nel 1991, nel 1994 l'Argento (m 3945) e il Piz Palù (m 3920), nel 1998 la Cresta Guzza (m 3869), lo Zupò (m 3996) e le Belleviste (m 3893).

Accanto ai 4000 e ai ghiacciai perenni, ho cominciato a seguire lo zio Luciano nel suo correre per i monti. Gli itinerari erano senza dubbio alpinisticamente più semplici, ma fisicamente provanti, sia per le lunghezze che per i ridotti tempi che ci si imponeva d'impiegare: meno della metà del tempo indicato dai segnavia.

Dal 1997 ho cominciato a prendere consapevolezza della possibilità di unire la corsa con le ascensioni. Ho così iniziato un cammino di formazione tecnica e atletica che, dopo moltissime ascensioni, traversate e infortuni, è culminato l'8 agosto del 2003 quando, in compagnia del mio amico Marini Francesco, ho salito in giornata il pizzo Bernina partendo a piedi da Sondrio per far ritorno al capoluogo dopo 21h e 43' di interminabili fatiche fisiche e mentali.

Nel 2004 ho scritto il mio primo libro sulla montagna "Le montagne divertenti. Un anno di escursioni raccontato attraverso le nostre foto ed emozioni.", una sorta di diario guida su una ventina di uscite in territorio valtellinese.

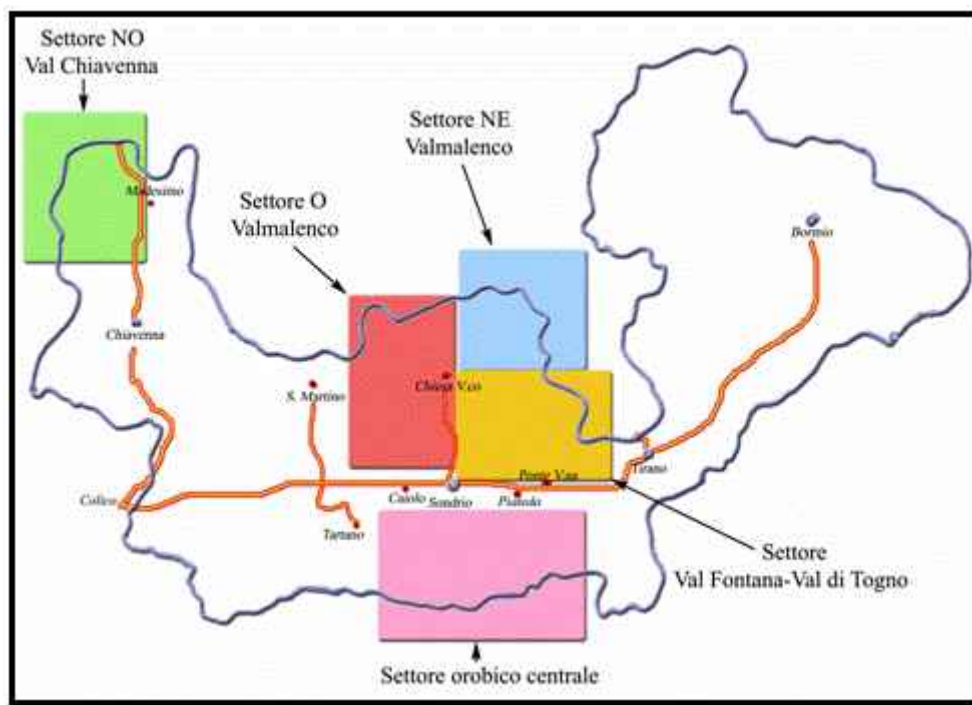
Il 2005 l'ho dedicato alla riesplorazione, quasi sempre solitaria, di molte fra le "vette dimenticate". Non v'è in questo lavoro alcuna impresa "esemplare", ma una mole pesantissima di fatiche che mi hanno oltremodo provato. Considerando le ripetizioni, ho salito quasi cento vette percorrendo itinerari selvaggi e lunghissimi, talvolta lottando contro condizioni meteorologiche avverse e con tempi di recupero tra un'uscita e l'altra spesso insufficienti per ripartire a mente lucida. Aiutato dalla forza di volontà sono riuscito a non mollare mai e a portare a termine l'esplorazione della regione in meno di cinque mesi.

Il resto del mio tempo libero l'ho dedicato alla stesura del mio ultimo libro, "[Le montagne divertenti. Viaggio fra le vette dimenticate](#)", con la speranza che esso risvegli interesse nelle persone che ricercano la montagna più vera, quella lontana dalle comode mete turistiche e di cui, purtroppo, si sta perdendo la memoria.. Il libro (288 pgg a colori) è uscito il 19 maggio 2005, ed in meno di un mese ne sono state distribuite oltre 600 copie.

Per quel che riguarda la fotografia, il 23 Novembre 2005, durante le opere di ripristino della croce sulla Vetta di Ron, ho realizzato un'immagine panoramica di Valfontana e Valmalenco, uno dei miei migliori scatti, e che verrà a breve distribuita dalla BPS.

Collaboro on-line con Vaol (www.vaol.it), dove ho una rubrica su escursionismo/trekking, in cui ogni settimana propongo un itinerario alpinistico/escursionistico con scheda descrittiva del percorso, e con Tellusfolio (www.tellusfolio.it) dove nella mia rubrica "**Le montagne divertenti**" pubblico articoli di carattere generale sulla montagna.

Vi lascio un elenco di alcuni miei itinerari percorsi negli ultimi 3 anni, più qualcuno significativo degli anni precedenti. Sono divisi per zona (per quel che riguarda la Valtellina) e ordinati per dislivello massimo in salita.



Settore N-E della Valmalenco

itinerario	data	Dislivello in salita [m]	tempo impiegato	altro
Sondrio- <u>Pizzo Bernina</u> (m 4050)-Sondrio	8/8/03	3750	21h43'	Sviluppo di oltre 80 km, Sondrio-Lanzada- Franscia-Carate-Marinelli-Marco e Rosa- Via Normale al Bernina. Con Marini Francesco.
<u>Pizzo Palù</u> (m 3908 – con gli sci): Campo Moro – Bignami- Passo Marinelli Orientale- Vedretta del Fellaria- Passo Sassi Rossi- Via Normale dalla Cresta O	23/04/06	2000	8 ore la salita	Neve pessima, si affondava a partire dall'argine della diga superiore. Con Davide.
Campo Moro- Marinelli - P.so Marinelli Occ. - Passo Sella - <u>Pizzo Sella</u> (m 3511) per la cresta e l'anticima orientale	02/09/06	1600	5h la salita	Non è la via Normale, passaggi su roccia fino al IV- .
Campo Moro- Alpe Gembrè - Passo Confinale - Laghetti - versante SSE e cresta SE per il <u>Piz Varuna</u> (m 3453) - <u>Cima Fontana</u> (m 3069) dalla cresta E al ritorno	28/09/05	1460 + 300	8.5 ore	Pioggia e neve. Solitaria.
Campo Moro- Marinelli - Bocchette di Caspoggio (m 2983) – Bignami- Campo Moro	20/11/04	1100	8 ore	-15°C, vento e molta neve. Con Aba.
<u>Sasso Moro</u> (m 3108) da diga Alpe Gera: per Normale dalla Bignami (cresta E), cresta N, canalone N	Giugno 2005	1000	2 ore per la salita dalla Normale	Solitaria
5 vie al <u>Pizzo Scalino</u> (m 3323): - Campo Moro -Normale dalla Valmalenco - Campo Moro - Cornetto- Parete E - Arquino - Val di Togno- Spigolo O - Carnale- Val di Togno- pietraia S- Collo - Campelli – Val Forame- Normale dalla Val Fontana	2002 - 2004	-1350 -1350 -2900 -2100 -1600	-2.5 ore salita -3.5 ore salita -5 ore salita -4.5 ore salita -2 ore salita	Tutte le uscite più lunghe sono state concluse in solitaria.

itinerario	data	Dislivello in salita [m]	tempo impiegato	altro
<u>Monte delle Forbici</u> (m 2910) da Campo Moro (m 1990) per la via Normale	28/03/05	900	6 ore intero giro	Abbondante neve su tutto il tragitto. Con Roby e Toto.

Settore N-O della Valmalenco

itinerario	data	Dislivello in salita [m]	tempo impiegato	altro
Giappanico (m 1024) - Pra Piasci (m 1720) - alpe Arcoglio Inferiore (m 1976) - alpe Arcoglio Superiore (m 2123) - <u>Sasso Bianco</u> (m 2490) - Colma di Zana (m 2417) - rif. Bosio (m 2086) - alpe Airale (m 2097) - alpe Mastabbia (m 2077) - alpe Giumellino (m 1756) - alpe Pirlo (m 1619) - alpe Pradaccio (m 1720) - lago Inferiore di Sassersa (m 2368) - Passo del Ventina (m 2675) - <u>pizzo Rachele</u> (m 2998) - Bocchetta di Sassersa (m 2703) - Passo del Ventina - rif. Porro (m 1965) - Chiareggio (m 1612)	13/09/05	2500	9 ore e mezzo per l'intero giro	Sono le prime 2 tappe dell'Altavia della Valmalenco con l'aggiunta di 2 vie per la salita al Pizzo Rachele. Solitaria.
Chiesa in V.co- Bosio – giro dei laghi di Cassandra (m 2700 ca.) - Passo di Cassandra (m 3097) - <u>pizzo Cassandra</u> (m 3226) per via Normale - Passo di Cassandra -Bocchetta di Val Giumellino (m 2859) - alpe Giumellino (m 1756)	01/10/05	2200	12.5 ore per l'intero giro	Tempo variabile, ma pioggia solo alla fine dell'uscita. Con Fausto e Lollo.
S.Giuseppe- <u>Sassa d'Entova</u> (m 3331) per la cresta SO - discesa dalla cresta O – <u>pizzo Malenco</u> (m 3438) per spigolo NE - parete N e cresta E - discesa dalla parete S - <u>Tremogge</u> (m 3441) da NE - Isla dal Tremogge (m 3145) – traversata dello Scerscen inferiore- Ex. Rif. Scerscen d'Entova (m 3000)- S. Giuseppe	04/09/06	2000	14.5 per l'intero giro	Ghiacciaio estremamente crepacciato e pericoloso. Con zio Angelo.
S.Giuseppe -Lagazuolo (m 1790) - Bocchetta del Cane (m 2551) – Rif. Porro (m 1960) - Passo del Ventina (m 2675) - laghetti di Sassersa (m 2431) - Primolo (m 1274) - S. Giuseppe	28/07/05	1800	6.5 ore per l'intero giro	Nuvoloso, poi pioggia dal Passo del Ventina in poi. Con Zio Luciano.
<u>Monte del Forno</u> (m 3214) da Chiareggio. Salita per lo spigolo E, discesa per la Normale, passo del Forno, Val del Forno	07/2003	1600	10 ore per l'intero giro	Condizioni ambientali eccezionali. Con Renzo.
<u>Sassa di Fora</u> (scialpinismo, m 3334), cresta N: via Normale da Sils	22/04/06	1600	6 ore per la salita	Neve pessima. Solitaria.
S. Giuseppe (m 1400) – Bocc. Del Torno-Sasso Nero dal versante S (m 2907)- S. Giuseppe	11/03/06	1507	7 e mezza ore per l'intero giro	Scialpinismo. Neve crostosa e -15°C in quota. Con Davide e Fausto.
S. Giuseppe- Lagazuolo (m 1992) - Bocch. Del Cane (m 2548) - <u>Punta Rosalbe per la cresta N</u> (m 2809) - discesa per il versante E - Val Orsera - Lagüsc (m 2256) - Lagazuolo- S. Giuseppe	08/07/06	1400	3 ore per la salita	Con Fausto e Alan. Cresta divertente e di roccia ottima (passi di III). Bellissimi i laghi!
Ligari (m 1097) – Croce – spalla E in salita al <u>Monte Rolla</u> (m 2277) - spalla O in discesa	05/12/04	1180	7 ore per l'intero giro	S'affondava nella neve dalla croce in poi. Con un gruppo di amici.

Settore Val Fontana e Val di Togno

itinerario	data	Dislivello in salita [m]	tempo impiegato	altro
Montagna (m 350) - Ponte - Pian dei Cavalli (m 1550) – rifugio Cederna (m 2583) - <u>pizzo Canciano</u> (m 3103) per il Colle della Val Fontana e la cresta O - discesa per cresta E - alpe Saline - Campiascio - Ponte - Montagna	3-4/04/05	2750	2 giorni	Molta neve in quota. Solitaria.
Campiascio (m 1680) - Passo del Forame (m 2833) - <u>pizzo Painale</u> (m 3248) dalla cresta N, discesa per cresta O, parete SO e ghiacciaio O - Val Painale (presa a quota m 2300 ca.) - Passo del Forame – Campiascio	15/09/05	2100	10 ore e mezzo	Aveva appena nevicato sopra i 2800, cresta N del Painale molto insidiosa. Solitaria.
Carnale (m 1200) -Val di Togno - Rifugio De Dosso (m 2119) - <u>Punta Vicima</u> dalla cresta O(m 3231) - discesa dalla parete SO - Passo Di Vicima (m 2869) - Val Vicima - Val Fontana - Ponte in Valtellina.	28/06/05	2000	11 ore	Giro lunghissimo in solitaria.
Campo, rifugio ADM (1774) - Baite Campondola (m 2175) - <u>Cima di Finale</u> dalla cresta S (m 2611) - <u>Cima dei Motti</u> dalla cresta S (m 2778) – al Passo di Ron dalla cresta E (m 2642) - Val Vicima - Passo di Vicima (m 2841) - <u>Punta Bianca</u> dalla cresta/parete S (m 3086) - <u>Cima di Vicima</u> dal canalone S e poi versante E (m 3122) - Val Vicima - <u>Dos di Scéspet</u> dalla cresta E (m 2748)- discesa dal versante O - Passo di Ron - Baite di Ron (m 2176) - Campo	24/08/05	2000	11 ore e mezzo per l'intero giro	Concatenamento lunghissimo. Continuo saliscendi dalla Val Vicima alle vette, che ho salito per le vie più intuitive (non esistono tracciati). Solitaria. Fantastica la vista dalla Punta Bianca.
Arquino (m 450) - Miali(867m/slm)-Portola(m 1077)- Contrada Cao- sentiero per il Rifugio Val di Togno- Alpe -Costa(m 1668)-Alpe Grom (m 1828) – Alpe Castellaccio- <u>Monte Foppa</u> per la spalla S (via Normale- m 2444) - Arquino	12/02/06	2000	6 ore per l'intero giro	Ancora neve da quota 1800 in poi. Panorami splendidi. Solitaria.
S. Bernardo (m 1200) - Campo (m 1774) - Baita di Ron - via Normale dalla parete S alla <u>Vetta di Ron</u> (m 3136)	17/06/06	1900	2 ore e 30' per la salita	Ancora un po' di neve nelle cenge di salita. Salgo alla Vetta almeno 5-6 volte l'anno per fare allenamento. Solitaria.
Campo (m 1774) - Baita di Ron - Bocch. di Ron- Val Vicima - Bocch. Corti - <u>Vetta di Ron</u> (m 3136) <u>per lo spigolo N</u> - discesa dalla via Normale	07/08/06	1700	4 ore	pietraie interminabili, divertente dalla Bocc. Corti in poi (breve passi di III+/IV-)
Alpe Mara (m 1749) - Rogneda (m 2186), Bocchetta N di Rogneda (m 2657), <u>Punta Placida</u> (m 2681) - <u>Cima di Ron</u> (m 2924) e <u>Vetta di Ron</u> (m 3136) dalle vie normali (S)- <u>Corna Brutana</u> (<u>Punta Settentrionale</u> m 3059, poi <u>Centrale</u> m 3050 e <u>Meridionale</u> m 3050 – parete E, concatenamento in cresta, canalone E per la discesa <via Normale>- Alpe Mara (m 1749)	03//9/06	1700	9 ore per l'intero giro	Itinerario molto lungo con 7 cime, tratti di su roccia e cresta esposta, ma di grande soddisfazione. Con zio Luciano, escluse le 3 punte della Brutana: in solitaria.
Dalico (m 1350) - Costa di S.Gaetano - <u>Monte Brione</u> (m 2542) - <u>cime del Monte Calighè</u> (m 2698, m 2692) - Bocch. Combolina (m 2566) - <u>monte Combolo</u> (m 2902) - Lago del Matt (m 2523) - Passo di Malgina (m 2618) - Pian dei Cavalli (m 1550) – S. Antonio (m 1300 ca.) - Chiesa di S. Gaetano (m 1550) - Dalico	10/09/05	1700	7 ore e mezzo per l'intero giro	Pioveva. Con zio Luciano.

Benedetti Enrico – Curriculum alpinistico

itinerario	data	Dislivello in salita [m]	tempo impiegato	altro
Rifugio Erler in Val Fontana (m 1420) - Alpe Vicima (m 2133) - canalone E a S del Passo di Vicima - cresta N alla <u>Punta Corti</u> (3073)- Rifugio Erler in Val Fontana (m 1420)	31/08/05	1650	10 ore per l'intero giro	Salita non delle più semplici su rocce friabilissime. Con zio Angelo.
Pian dei Cavalli (m 1550) - Rifugio Malgina (m 1880) - <u>Cima di Ganda Rossa</u> (m 2741) - Buchel de l'Asen - <u>Cime dal Besguel</u> (m 2800 ca.) - <u>Pizzo Malgina</u> (m 2887) - <u>Cime dei Laghi</u> (m 2821 - m 2795) - alpe Arasè (m 1939) - Pian dei Cavalli	24/09/05	1600 o più	6 ore e mezza per l'intero giro	Fantastico concatenamento in cresta, a tratti non banale, delle vette che circondano la valle dei Laghi in Val Fontana. Solitaria.
Rifugio Erler in Val Fontana (m 1420) -Alpe Vicima (m 2133) - cresta SE e canalone SSE al <u>Pizzo Calino</u> (m 3022) - discesa: cresta E (via Normale)- Rifugio Erler in Val Fontana	30/08/05	1600	8 ore per l'intero giro	Tratti d'arrampicata non semplice su rocce friabili nel canalone SSE (variante alla via Corti). Montagna bellissima. Con zio Luciano.
Alpe Mara (m 1749) - Cresta SO alla <u>Corna Mara</u> (m 2807) - discesa dalla cresta NE alla Bocchetta del Torresello (m 2600 ca.) - prima versante O poi cresta S alla <u>Corna Rossa</u> (m 2916) - cresta O alla <u>Corna Nera</u> (m 2926) e discesa a Rogneda dal versante orientale - passo a S del Dos Lis - Alpe Mara (m 1749)	18/06/05	1400	6 ore per l'intero giro	Molto caldo, bellissimo giro. Con Francesco Marini. Corna Mara da Mara salita 8 volte nel 2005!
Campiascio (m 1680) - Bocchetta d' Aiada (m 2701) - <u>Pizzo Forame</u> (m 3058) – Val D' Aiada - alpe d' Aiada - Campiascio (m 1680)	01/08/05	1400	6 ore per l'intero giro	Sentieri inesistenti. Solitaria.
Alpe Mara (m 1749) - Rogneda - spigolo SO - Punta Meridionale della <u>Corna Brutana</u> (m 3050) dalla parete Sud - Alpe Mara (m 1749)	22/06/05	1300	6 ore per l'intero giro	Notevole sviluppo dell'ultima parete, abbastanza impegnativa. Solitaria.
Pian dei Cavalli (m 1550) - Alpe Arasè (m 1939) - alpe Sareggio (m 2238) - <u>Corno dei Marci</u> (m 2805) per la cresta SO - discesa per il canalone S (via Normale)	14/10/05	1300	5 ore per l'intero giro	Ultimo tratto della SO difficile e sporco di neve e ghiaccio. Solitaria.
Alpe Mara (m 1749) - Rogneda - alta Val di Pisòi - cresta E al <u>Corno della Val di Pisòi</u> (m 2911) - Alpe Mara (m 1749)	22/10/06	1200	6 ore per l'intero giro	Mi sono addormentato in vetta! Cima facile ma molto panoramica. Solitaria.

Settore Orobico Centrale

itinerario	data	Dislivello in salita [m]	tempo impiegato	altro
Caiolo (m 300) - Costa (m 1675) – <u>Pizzo Pidocchio</u> (ctresta NO) - <u>monte Vespolo</u> (m 2385) - <u>Cima Pizzinversa</u> (m 2419) - <u>Cima Sasso Chiaro</u> (m 2395) - <u>Cima Querciada</u> (m 2382) - <u>Punta Cerech</u> (m 2412) – <u>Cima Tonale</u> (m 2502) - Passo Tonale - <u>Corno Stella</u> (m 2621) <tutti concatenati in cresta> - Lago Publino (m 2118) - Val del Liri - S. Antonio - Caiolo	03/07/05	2700 o più	11 ore e 45' per l'intero giro	Giro lunghissimo, anche se privo di difficoltà. Solitaria.
Centrale di Vedello (m 1000) - Ambria (m 1325) - Val d'Ambria - Baite Dossello (m 1593) - Bocchetta di Podavit (m 2624) - cresta O al <u>pizzo del Diavolo di Tenda</u> (m 2914) - Lago del Diavolo (m 2142) -Passo di Venina (m 2442) - Lago di Venina (m 1820) - Centrale di Vedello.	30/09/05	2200	6 ore intero giro	Itinerario molto vario e panoramico. Forte e gelido vento da Nord. Solitaria.
Centrale di Vedello (m 1000) - Agneda (m 1228) - Diga di Scais – Rif. Mambretti (m 2000)- <u>Pizzo Redorta</u> (m 3039) per la via Normale <Scialpinismo>- Centrale di Vedello	02/04/06	2039	6 ore per l'intero giro	Neve da favola! Solitaria.
Gaggio di Piateda (m 1000) - Punta della Pessa (m 2470) - cresta O al <u>Rodes</u> (m 2829) - discesa per la cresta E - Passo Biorco – capanna Mambretti (m 2003) - Vedello (m 1000) - strada servizio degli impianti idraulici- Gaggio di Piateda	15/07/05	1829	12 ore e mezza	Bellissima per i paesaggi la cresta O al Rodes. Con Betti e Grande Ste.
Centrale di Vedello (m 1000) - Agneda (m 1228) - Diga di Scais - ex cave d'uranio - <u>Cima Soliva</u> (m 2710) dalla via Normale (scialpinismo).	09/04/06	1710	6 ore per l'intero giro	Neve da sogno! Con Gioia, Fausto e Mario.
Agneda (m 1228) - Diga di Scais – Rif. Mambretti (m 2000)- <u>Pizzo degli Uomini</u> (m 2758) versante S e cresta E, discesa dalla O e versante S.	24/06/06	1530	6 ore per l'intero giro	Mi sono addormentato in vetta! Solitaria.
Agneda (m 1228) - diga di Scais - Val Vedello - Passo del Salto (m 2410) - Cresta E al <u>Pizzo del Salto</u> (m 2665) <via Normale>	21/09/05	1450	2 ore e 40 alla vetta	Cima molto panoramica. Solitaria.
Centrale di Vedello (m 1000) - diga di Scais (m 1500) - Passo Forcellino (m 2245) - Lago Zapello (m 1560) - Ambria- Centrale di Vedello	16/11/04	1245	5 ore e mezza	Invernale. Freddo e neve, molto faticoso. Con Giordi.
Altre cime raggiunte: <u>Meriggio- Campaggio- Pizzi dello Scoltador- Pizzo Brandà- Punta di S. Stefano- Punta Campione- Cime Biorche- Monte Motta- Monte Lemma</u>	2004-2005	-	-	Solitarie.

Settore Val Chiavenna

itinerario	data	Dislivello in salita [m]	tempo impiegato	altro
Prata- Pratella- Monte Matra - Pizzo di Prata per la Via Normale (m 2727)	27/08/06	2500	7 ore per la salita.	con Gioia, Matteo e Oscar. Passi di III al "Portone". Difficilissimo indovinare la strada.
Gordona (m 260) – Cimavilla- Alpe Scima (m 1850) – Alpe Forcola (m 1823) – Coloredo-Gordona	21/06/06	1600	6 ore intero giro	Notturna molto faticosa. Con Fausto.
Starleggia (m 1550) -Bivacco Servizio (m 2550)- <u>Pizzo Quadro</u> dalla via Normale (ESE, m 3015)- Starleggia	14/06/06	1500	2h e 30' per la salita	Notturna, solitaria.
Passo dello Spluga (m 2113)- Tamborello e <u>pizzo Tambò</u> (m 3275) per la cresta ENE (Normale)- Passo dello Spluga	12/07/05	1150	3 ore per la salita.	C'era nebbia e bufera. Con Renzo.
Montespluga (m 2018)- Bivacco Cecchini (m 2770) - <u>pizzo Ferrè</u> dal ghiacciaio e cresta N (m 3103) - discesa per la parete S - Val Ferrè - Val d'Oro- Val Schisarolo - Lago dello Spluga	22/07/05	1100	10 ore e mezzo per l'intero giro	Giro dallo sviluppo notevole, nonostante il poco dislivello in salita. Con Roby.

Settore Val Masino

itinerario	data	Dislivello in salita [m]	tempo impiegato	altro
Novate Mezzola - percorso integrale del <u>Sentiero Roma</u> - Torre S. Maria	27/08/02	Oltre 4300	14h	Una gran fatica! Solitaria.
Bagni di Masino (m 1172)- Gianetti – Pizzo Cengalo (m 3367) dalla Via Normale (cresta O)- Bagni di Masino	29/08/04	2200	12 ore intero giro	Brutto tempo. Con Gioia, Alan e Renzo.
Pedarossa - rifugio Ponti (m 2559) - monte <u>Disgrazia</u> (m 3678) dalla cresta NO (Normale) - Sella di Pioda (m 3387) - <u>Monte Pioda</u> (m 3431) dalla cresta NE - Sella di Pioda - Pedarossa	26/07/05	1978 + 60	10 ore intero giro	Salgo sul Disgrazia almeno una volta all'anno. Nella data indicata ho salito col Roby il Disgrazia, in solitaria il Monte Pioda. Giro ripetuto 2 volte nel 2006, anche con neve.
Tutti i rifugi della Val Masino raggiunti dal fondovalle	Dal 2003 al 2005	-	-	-

• **Settore Lago di Como**

itinerario	data	Dislivello in salita [m]	tempo impiegato	altro
Andalo Valtellino (m 260) – anello della Val Lesina- Delebio- <u>Monte Legnone</u> (m 2610) dal versante E, poi cresta S- Delebio- Andalo	07/ 2002	3900	8 ore e mezza per l'intero giro	Molto lungo. Solitaria.
<u>Resegone</u> (m 1874) da Lecco (m 500). Salita per il versante SE.	18/12/05	1300	4 ore per la salita.	Notturna con bufera di neve. In compagnia di Mattia.
Tutti e tre i <u>Corni di Canzo</u> (m 1221-1368-1373, concatenamento in cresta). Partenza da Valmadrera (m 250) e ritorno.	13/03/06	1300	4 ore e mezza intero giro.	Neve e ghiaccio. Notturna. Ascensioni in compagnia di Fausto.
Rifugio Roccoli Lorla (m 1463) – Cà de Legn – Monte Legnone(m 2610)	06/10/05	1150	3 ore e mezzo per la salita	40 cm di neve fresca. Con Gioia.
Belvedere di Valmadrera (270).- <u>Moregallo</u> (1276)	13/04/06	1000	2 ore e mezza per la salita.	Passeggiata in notturna coi colleghi.
<u>Grignetta</u> (m 2184) dalla via Segantini partendo dai Resinelli (08/04	936	37'54" per la salita	Trofeo Vidini.
Lago del Segrino (m 350) – <u>Monte Cornizzolo</u> (m 1240) seguendo prima la strada, poi il breve sentiero.	20/06/06	890	48' per la cima dal Lago del Segrino.	Una corsetta sotto il sole cocente.
Pilastro Sud del <u>Corno di Medale</u> , via Ferrata	13/02/06	600	3 ore alla salita. Discesa per il sentiero d S.Martino.	Difficoltà (giudizio sito del CAI): impegnativa, anche se a me non sembra. Fatta in notturna con John e Fausto. Freddo, ma non eccessivo.
<u>Monte Barro</u> (m 922) da Galbiate (m 370). Via delle Torri Gote.	08/05/06	552	24' alla cima	Una corsetta. Ho salito nel maggio 2006 il Barro da tutte le sue vie e creste tracciate, che non presentano alcuna evidente difficoltà.

• Altre Zone

itinerario	data	Dislivello in salita [m]	tempo impiegato	altro
Alpi Apuane Rif. Donegani (m 1150) - Foce di Giovo - Pizzo d'Uccello (1749) - discesa per la cresta NE - Foce Siggioni (via ferrata)- Rif. Donegani	23/09/06	600	4 ore per l'intero giro	Con Gioia. Giro molto suggestivo su percorsi facili e panoramici. Molto aerea la cresta O, splendida vista sulla parete N d'Uccello.
Alta Valtellina: Rif. Del Forno (m 2178)- Pizzini-Casati-Cevedale (m 3769)- <u>Monte Rosole</u> - Biv. Colombo – Rif. Larcher al Cevedale - Pejo	17/08/04	1600 al Cevedale	13 ore e mezzo per l'intero giro.	Bufera, neve e nebbia. Con Alan e Johnny.
Val Gerola: Pescegallo -Denti della Vecchia (m 2145)- Passo Salmurano -Rif. Benigni (m 2222)- Cresta del Mezzaluna - Rif. Benigni - Val Tronella- Pescegallo	09/09/06	1500	8 ore per l'intero giro	Con Matteo, Oscar e Gioia. Peccato non aver raggiunto la cima del Mezzaluna!
Corsica : <u>Monte Cinto</u> (m 2710) da Asco (m 1422), via Normale da N	Agosto 2005	1300	3 ore e mezzo per la salita	Salita semplice ma di grande soddisfazione. Con Gioia.
Corsica: Punta Minuta (m 2522) da Asco	Agosto 2005	1100	1h e 20 per la salita	Solitaria. Bell'allenamento.
Isola d'Elba: <u>Monte Capanne</u> (m 1018) dal mare.	Agosto 1997	1018	1h30' per la salita	Con Marco. Un bell'allenamento di corsa fra i cinghiali...
<u>Monte Altissimo (Vittorio Veneto)</u> Giro dei laghi della Val Viola (Val Poschiavo) <u>Monte Zucco (bergamasca)</u>				