

PASSO DOPO PASSO

Notiziario dell'Associazione APSS Abazia-Badia Calavena Val d'Ilasi-Verona

Sentiero panoramico
Busatte, la terrazza
sul lago di Garda

7



Tra le contrade e
le colline di Badia
Calavena

8



La musica del Chiostro
canto e immagini
attraverso il tempo

18



PASSO DOPO PASSO

Notiziario dell'Associazione APSS Abazia-Badia Calavena Val d'Ilasi-Verona



foto di copertina:
**La Marcia di Regolarità arriva
a Badia Calavena pag. 12**



Badia Calavena - Val d'Ilasi

APSS dell'Abazia

37030 Badia Calavena (Vr)

apss-abazia@libero.it

<https://www.facebook.com/APSSabazia>

affiliata

FIE - Federazione Italiana Escursionismo

con il sostegno



Carissimi Soci,

Eccoci arrivati al termine del secondo anno di vita della nostra Associazione, il nostro notiziario quest'anno si è arricchito di parecchie pagine perché l'anno 2018 ci ha visto protagonisti di un'intensa attività partecipando ad innumerevoli eventi che hanno contribuito a farci scoprire luoghi e persone stupende arricchendo il nostro bagaglio culturale e umano. Abbiamo inoltre organizzato diverse manifestazioni con l'obiettivo di far conoscere il nostro meraviglioso territorio e contemporaneamente coinvolgere le varie associazioni in un progetto comune (risultato ampiamente raggiunto in occasione del Campionato Regionale di Marcia svoltosi il 16 settembre a Badia, ampia cronaca a pag. 12) Inoltre abbiamo costituito un gruppo di soci che si dedicano alle gare di Marcia Alpina di Regolarità che oltre a gareggiare in caratteristiche località venete, promuovono il nostro territorio, la nostra cultura e tradizione.

Siamo convinti di aver iniziato un percorso che con il tempo porterà sicuramente i suoi frutti, abbiamo già fatto parecchio ma molto resta ancora da fare e siamo convinti che insieme possiamo davvero fare grandi cose "Passo dopo Passo", per questo invito tutti voi ad essere partecipi di questa Associazione diventando protagonisti attivi, contribuendo con idee e impegno a divulgare l'escursionismo e la marcia di regolarità nella nostra bellissima Val d'Ilasi e non solo. Non abbiamo certo tralasciato il nostro impegno nelle attività sociali e culturali, ma vorremmo ci fossero forze nuove che si impegnino con idee e aiuto concreto. Credetemi è bello e appagante condividere progetti mirati allo stare insieme assaporando le bellezze naturali, culturali e gastronomiche. Vi aspetto sempre più numerosi.



Il presidente
Luigi Venturini

SOMMARIO

pag. 3 Dal Passo del Branchetto al Monte Tomba • Montefortiana

pag. 4 Pasquetta, da Badia Calavena a Giazza

pag. 5 Escursione tra i verdi pascoli del Corno d'Aquilio

pag. 6 Sicily Trek Fest, Sentiero Europeo E1

pag. 7 Sentiero panoramico Busatte

pag. 8 Tra le Contrade e le colline di Badia Calavena

pag. 9 Sul Gruppo del Carega

pag. 10 Campionato Italiano Marcia

pag. 11 Alpinadi estive

pag. 12 La Marcia di Regolarità arriva a Badia Calavena

pag. 14 Cos'è la Marcia • Escursione sulle colline cogollesi

pag. 15 I nostri atleti hanno partecipato a queste gare • Avoto Sprea

pag. 16 Viaggio in Tibet

pag. 18 La musica del Chiostro

pag. 19 Tra boschi e contrade di Sant'Andrea

pag. 20 Raduno escursionistico Veneto
Insieme aspettando il Natale

pag. 22 Escursioni 2019

pag. 23 Gare di Marcia 2019

PASSO DOPO PASSO
notiziario dell'Associazione APSS Abazia
anno 2 - numero 1 - dicembre 2018

Redazione

Via San Rocco, 1 - Bussolengo (Verona)
info@maurizioboni.it • info@mariagraziacomini.it

Hanno collaborato a questo numero

Luigi Venturini, Katia Brutti,
Johnny Anzi, Maria Grazia Comini, Maurizio Boni,
Giuseppe (Dede) Franchi, Beppe Pighi,
Riccardo Giramonte

Fotografie

Maria Grazia Comini, Maurizio Boni, Katia Brutti,
Johnny Anzi, Corghi Enrico, Zeno Pighi,
Francesco Nicolis

Grafica ed impaginazione
Maria Grazia Comini

Dal Passo del Branchetto al Monte Tomba

In una fredda ma bellissima giornata illuminata da un sole splendente siamo saliti sui nostri Lessini abbandonando Verona sommersa dalla nebbia. L'escursione è iniziata dal Passo del Branchetto, situato tra Bosco Chiesanuova e Malga San



Giorgio, che si raggiunge da Verona seguendo le indicazioni per Lessinia e Bosco Chiesanuova, superato quest'ultimo abitato si procede per alcuni chilometri fino a che troviamo l'indicazione del Passo del Branchetto. Qui parcheggiamo l'auto negli spazi a lato della strada e

imbocchiamo la carrareccia con le indicazioni per il Rifugio Primaneve e Monte Tomba e risaliamo la pista battuta che porta ripidamente al visibile rifugio Primaneve posto sulla cima del monte Tomba. Nelle vicinanze troviamo una piccola chiesetta dedicata a San Valentino e il Rifugio Monte Tomba. Piccolo rifugio completamente in legno nato circa 51 anni fa. È stato il primo rifugio a sorgere sul Monte Tomba e per questo ne porta ancora il nome. È circondato da un terrazzo da dove si può godere di una splendida veduta e scorgere la catena del Brenta, l'Adamello, l'Altissimo, il monte Baldo, il lago di Garda, il Cimone, gli Appennini Tosco Emiliani nonché tutta la vallata fino alla città di Verona. Qui l'amico Titti ci ha rifocillato ed abbiamo avuto anche la sorpresa di incontrare il nostro socio Beppe Pighi anche lui salito con amici a godersi il sole e la neve delle nostre montagne. Dopo quattro chiacchiere in compagnia a

godersi il sole, il meraviglioso panorama e la pace della montagna siamo ridiscesi per il medesimo percorso.



La nostra prima Montefortiana

Quest'anno, per la prima volta, abbiamo partecipato individualmente alla Montefortiana, nella sua 43° edizione.

Eravamo una decina di associati, il percorso come sempre è stato splendido. La mattina è stata piuttosto freddina, ma nel suo complesso una bella giornata. Le parti più interessanti sono come sempre il minestrone degli alpini e la bellezza del castello di Soave. Arriveremo un giorno ad organizzare un evento con così tante persone? Beh ci proviamo...È la prima vera escursione dell'anno ed è adatta nella sua diversità di percorsi a tutti.

Al prossimo anno.



Pasquetta, da Badia Calavena a Giazza



Quest'anno, per la prima volta, la nostra associazione ha voluto organizzare un'escursione il giorno di Pasquetta. Per essere il due aprile abbiamo trovato una giornata stupenda.

Siamo partiti in una ventina di persone tra associati e amici e costeggiando più o meno il Progno fino ad arrivare a Giazza.

Il ritorno per alcuni è stato facilitato dalla presenza del pulmino.

Una volta partiti dalla piazza degli

alpini siamo saliti verso la contrada Pergari e poi seguendo la strada per la Fietta ci siamo portati verso la nuova ciclabile. Camminando su questa bellissima ciclopedonale inaugurata lo scorso anno, siamo arrivati a Selva di Progno dove ovviamente è stato necessario ricaricare le batterie. Dopo una lauta colazione, piano piano, camminando sulla provinciale verso Giazza siamo arrivati alla Busa e da qui percorrendo la vecchia strada, siamo arrivati in Piazza a Giazza,

dove ci aspettava un ricco pranzo al Sacco. Ci siamo rifocillati sulla terrazza della Canonica sotto un caldo e splendido sole, mangiando un buon panino con il salame comprato a Giazza per non parlare del formaggio Cimbro che ha risuscitato le nostre anime. Dopo un buon Caffè da Giorgio Boschi abbiamo ripreso la via del ritorno.

Adesso aspettiamo l'apertura della nuova ciclabile tra località la Busa e Giazza per rifare il percorso con nuovi panorami della splendida Giazza.



Escursione tra i verdi pascoli del Corno d'Aquilio

Una bellissima escursione al pilastro nord orientale dei Lessini, il Corno d'Aquilio m. 1545, per ammirare la grandiosa visione sulla val d'Adige e sul dirimpetto monte Baldo.

Straordinariamente bello il piccolo, dolcissimo, altopiano di malga Fanta, dove si trova la celebre Spluga della

Preta, una delle grotte più profonde al mondo con pozzi di centinaia di metri che raggiungono la profondità di quasi mille metri finora esplorati. Poco lontano dalla dolina, completamente recintata, della Spluga della Preta si trova la chiesetta degli speleologi e anche la piccola malga nostro punto di ritrovo conviviale, a

qualche centinaio di metri si apre la Grotta del Ciabattino, facilmente visitabile da tutti.

Partiti da contrada Tommasi il tragitto prosegue in leggera salita lungo la Valle Liana, superando un balzo di circa 250 m che porta verso l'altopiano degli Alti Lessini, ci siamo inoltrati dapprima in una bella faggeta punteggiata da qualche larice, poi, salendo, prevalgono gli abeti, poco dopo ecco che, dopo una curva, gli alberi spariscono all'improvviso. Si raggiunge così l'altopiano, la zona dei pascoli: da qui il paesaggio cambia completamente, sembra di essere a quota ben più alta dei 1400, dopo un breve sosta alla Malghetta siamo saliti alla vetta del Corno d'Aquilio e... la cima è davvero stupefacente. All'improvviso, ai piedi della grande croce di ferro, si spalanca il baratro sulla Val d'Adige, sull'altopiano e le contrade di Sant'Anna d'Alfaedo che da qui appare piatto e basso.

Tutt'attorno lo sguardo spazia senza intralci su tutta la Lessinia, le Piccole Dolomiti, i contrafforti della Valle dell'Adige, il Baldo, il lago di Garda e la Val Padana. Lì vicino si trovano anche gli antichi cippi di confine tra l'Italia e L'Austria ed ora confine tra il Veneto e Trentino.



Sicily Trek Fest, Sentiero Europeo E1

Come ogni anno l'ERA (European Ramblers Association) organizza il Trek Fest sempre in una nazione diversa, l'anno scorso in Spagna, due anni fa in Francia, quest'anno in Sicilia a Portopalo di Capo Passero in occasione dell'inaugurazione del tratto finale

dell'E1, manifestazione alla quale hanno partecipato il vicepresidente Boni Maurizio e Maria Grazia Comini in rappresentanza dell'Associazione APSS Abazia. Bellissima manifestazione con più di 800 escursionisti provenienti dalla Francia, dall'Inghilterra, dalla Germania, dalla Finlandia,

diventare una delle mete del turismo a piedi, un settore che la Sicilia sta finalmente cominciando a sviluppare. L'idea del sentiero Europeo E1 nasce alla fine della seconda Grande Guerra da parte di un personaggio straordinario il Dott. Georg Fahrbach, che conìò lo slogan: "Camminare li-



dall'Italia, dalla Norvegia, dalla vicina Malta e tra le bandiere vi era anche quella rossa con disegno bianco di Hong Kong.

Il sentiero E1 in Sicilia è tutto segnalato e tratteggiato e con i suoi 6616 km l'E1 diventa uno dei percorsi trekking più lunghi e suggestivi al mondo. Si calcola che attraversarlo interamente richieda circa 10 mesi. È stata una settimana di manifestazioni e trekking molto intensa, si è percorso a piedi da Nord a Sud la Sicilia Orientale seguendo tre direttrici fondamentali: l'arte, la cultura e la natura. Tutto questo sull'ultimo tratto del Sentiero europeo E1, il più a sud d'Europa, 280 km da Capo Peloro a Capo Passero, dai Peloritani al Mar Ionio, dall'Alcantara, all'Etna, passando per la Piana di Catania, i Monti Iblei, Buccheri e Noto, Pantalica, Ispica a Ragusa camminando lungo fiumi, laghi, riserve naturali e città d'arte. Un percorso reale e soprattutto dell'anima che si candida a

beramente, senza barriere, da popolo a popolo"; uno slogan come questo oggi può far sorridere ma negli anni '60 quando ancora nessuno parlava di unità europea, quando venivano innalzati muri per dividere l'Europa, questa visione assunse un senso profetico. Il Sentiero Europeo E1 venne inaugurato a Costanza sull'omonimo lago, assieme al Sentiero Europeo E5 il 2 luglio 1972.



Sentiero panoramico Busatte



Di buon'ora, il parcheggio delle Busatte sopra Torbole/ Tempesta si animava di auto ed escursionisti pronti alla visita del percorso attrezzato. Anche l'APSS dell'Abazia con circa 25 iscritti, dopo aver predisposto un angolo pic nic, si incamminava attraverso il non lungo, non difficoltoso ma sicuramente molto suggestivo e panoramico percorso. Dal parcheggio camminiamo fino al parco avventura delle Busatte, qui inizia il sentiero panoramico. Segue, con pochissimo dislivello, i pendii del Monte Baldo a circa 120 m sopra il livello dell'acqua (200 m.s.l.m). Diversi cartelli esplicativi informano sulla flora e fauna e sul panorama che vediamo dall'altro lato del Benaco. La vista è stupenda: Riva, Torbole, barche a vela e windsurf, le montagne... Oltrepassando i detriti delle Marocche, residui dell'ultima era glaciale, raggiungiamo una zona rocciosa, qui il sentiero passa su gradini d'acciaio incastrati tra i scogli sopra il lago. Poco più avanti, arriviamo ad un bivio e scegliamo il percorso a sinistra, che sale ad un livello più alto, raggiungendo una strada forestale parallela. Su questa, ci avviciniamo alla

località di Tempesta, fino a incontrare di nuovo, più a sud, il percorso principale dal quale abbiamo variato su quest'ultimo gli escursionisti tornano alla partenza, dove Johnny con arte taglia fette di salame, fette di formaggio, prepara il pane, scola piatti di sottoaceti ed apre bottiglie di bibita, di acqua e di...vino, del resto qualcuno del gruppo si doveva ben sacrificare, e questa volta è toccato proprio a lui. Complessivamente l'escursione si è sviluppata su di un sentiero di 11/12 chilometri in quattro ore, con un dislivello di 320 metri circa ad una altitudine tra i 110 metri e i 380 m. slm.

Una bellissima scampagnata familiare, tra amici.



Tra le contrade e le colline di Badia Calavena

Seconda edizione della camminata tra le contrade di Badia Calavena.

Quest'anno abbiamo scelto di fare il lato sinistro delle nostre colline. La partecipazione è stata quasi al di sopra delle nostre aspettative. Il tempo è stato spettacolare un caldo sole quasi estivo ci ha accompagnati per tutto il tragitto.

La parte sinistra delle nostre colline è abbastanza diversa per conformazione e paesaggi dal versante destro. Siamo saliti per il primo pezzo passando tra le contrade di Badia degli Orazi, Paini e Lovatini. Poi sulla strada per i Rausi abbiamo preso la strada che passa dai Tofali. Da questa sperosa e isolata contrada siamo saliti verso la Croce della tempesta restaurata una ventina di anni fa e da dove è possibile vedere uno spettacolare panorama di Badia Calavena e della val d'Illassi. Da lì seguendo la carrabile siamo arrivati alle contrade Filippi e Pernigo dove abbiamo ammirato il bellissimo capitello restaurato.

La prima parte della salita era finita, ed è stato quindi giusto, arrivati a San Valentino riposarci e rifocillarci.

Riprese le energie abbiamo preso la salita per entrare in Pineta di San Moro e siamo arrivati all'eremo di San Leonardo (1388). Questo posto è uno dei più antichi insediamenti religiosi della nostra zona ed è parte integrante della cultura cimbra.

La devozione a S. Leonardo è particolarmente diffusa nell'area bavaro-tirolese, da dove provenivano i nostri antenati cimbri. Continuando sempre in pineta abbiamo raggiunto il punto più alto della nostra camminata (msl 920) e seguente la strada siamo arrivati prima in località Spin de Spoaro a da qui abbiamo cominciato la di-

scesa di rientro. Abbiamo attraversato i Rausi, La contrada Minca, siamo passati davanti alla Casetta dei Sette Nani fino a scendere lungo il sentiero vicino alla contrada Pergari. Da qui passando dai Pellicari siamo tornati in piazza degli Alpini dove abbiamo ritirato un piccolo ricordo della bella mattina passata assieme.



Sul Gruppo del Carega tra i Sentieri Europei E5 e E7

Ancora una volta il Rifugio Pompeo Scalorbi si dimostra l'ombelico non del mondo ma dei Sentieri Europei, il 17 giugno verso mezzogiorno presso il piazzale del rifugio è stato inaugurato un cartello multilingue relativo all'incrocio tra i sentieri Europei E5 (Francia del Nord, Italia) ed E7 (Portogallo, Romania). Al grande cartello è stata assegnata una collocazione di fortuna in quanto

il permesso per una bacheca di legno, già inviata alle competenti autorità, ha bisogno di molti visti, dal Comune di appartenenza all'ufficio delle foreste demaniali del trentino ed altri. L'escursione organizzata dal gruppo APSS dell'Abazia di Badia Calavena in collaborazione con l'Associazione S. Arigliani di Battaglia Terme, entrambe affiliate alla FIE, è stata l'occasione della posa del cartello da

tasse in Italia ma gli imbecilli continueranno sempre a crescere» hanno dichiarato i Segnasentieri Europei veronesi Comini Maria Grazia, Boni Maurizio e Franchi Giuseppe, «devono solo non farsi vedere da me o dal personale del rifugio» ha aggiunto il gestore dello stesso.

Per l'uguale cartello che sarà posto presso il rifugio di Campogrosso si dovrà attendere quest'autunno, in quanto i due Sentieri Europei nel tratto dal rifugio Pompeo Scalorbi al rifugio Campogrosso, viaggiano assieme seppur in direzioni diverse, il Sentiero E5 che ha una direzione da nord verso Sud, mentre il Sentiero E7 da ovest ad Est.

L'escursione iniziata dal piazzale antistante il rifugio Boschetto, ha risalito il Sentiero Europeo E5 guidati dagli Accompagnatori dell'APSS dell'Abazia coadiuvati da quelli del gruppo S. Arigliani, una bella escursione che grazie al tempo favorevole ha permesso splendidi panorami e la vista di molte marmotte distese tra miriadi di piante fiorite.

Un momento conviviale con pranzo e molti canti presso il rifugio Pompeo Scalorbi ha saldato l'amicizia tra le due Associazioni che nel primo pomeriggio scese dal Sentiero Europeo E7 si sono ritrovate ancora una volta presso il Rifugio Boschetto dove con una bicchierata si completava la giornata di escursione.



parte dei Segnasentieri Europei-European Footpath Markers.

La manifestazione ha portato un centinaio di escursionisti dal padovano e dal veronese attraverso il Sentiero Europeo E5 nell'andata e sul Sentiero Europeo E7 nel ritorno. Lungo il percorso cosparso di una fioritura diffusa si è constatato che molti dei cartellini relativi ai due grandi percorsi erano stati rotti, spaccati appositamente per fare danno «potrebbero calare anche le



Campionato Italiano Marcia FIE

Nei giorni 31/08-01/09 2018 presso il parco di Colfiorito di Foligno si è svolto il "Campionato Italiano di Marcia Alpina di Regolarità per Associazioni" della FIE - Federazione Italiana Escursionismo a cui con grande slancio partecipava l'Associazione APSS dell'Abazia,

sociazione APSS dell'Abazia si qualificava all'undicesimo posto in classifica nazionale su di un totale di 22 associazioni partecipanti.

La manifestazione del 39° Campionato Italiano di Marcia Alpina di Regolarità per Associazioni, è stata organizzata in frazione Fogliate di

metri al quale risultavano iscritti 78 atleti.

L'organizzazione durata due anni da parte del locale Comitato Regionale Umbro della FIE, è divenuto una realtà nella Foligno "Città europea dello sport", ed ha unito lo sport praticato con la possibilità di presentare alla grande comunità della Marcia Alpina le bellezze naturalistiche e paesaggistiche del Folignate, per far conoscere l'enogastronomia del luogo e le meraviglie architettoniche locali.

La marcia alpina di regolarità, è una disciplina atletica che si svolge prevalentemente nelle aree montane e pedemontane. Non è una corsa, ma consiste nel camminare in modo costante, secondo le medie orarie date dall'organizzazione, si tratta di uno sport che unisce, di fatto, la pratica dell'escursionismo, all'aspetto agonistico, senza per questo rinunciare al piacere di camminare nella natura. Il Campionato Italiano di Marcia Alpina di Regolarità in montagna per associazioni è di fatto iniziato il 31 agosto con il ritiro dei pettorali da parte degli atleti ed è continuato il 1° settembre con la gara riservata alle coppie concludendosi il giorno successivo 2 settembre con la gara di carattere individuale.

Durante i saluti e le premiazioni il sindaco Mismetti ha dichiarato "Dopo che Rasiglia è stata definita la Venezia dell'Umbria, da oggi possiamo dire che grazie a questa manifestazione Colfiorito può essere considerato il centro alpino del cuore verde d'Italia".

L'Associazione APSS dell'Abazia ha partecipato con 12 atleti e svariati accompagnatori classificandosi nella gara a coppie come segue:

Categoria Open M (Senior): Coppia



Colfiorito, è la seconda volta, dopo l'esperienza del 2012 nel Cilento, che esce dalle canoniche regioni del nord Piemonte, Lombardia e Veneto per accedere al Centro Italia.

L'appuntamento di sabato 1 e domenica 2 settembre ha visto il concentrarsi degli atleti nella montagna folignate per conqui-

stare il tricolore della specialità. Due erano i percorsi, uno di 13 chilometri al quale parteciperanno circa 166 iscritti ed uno più lungo di 16 chilo-

stare il tricolore della specialità. Due erano i percorsi, uno di 13 chilometri al quale parteciperanno circa 166 iscritti ed uno più lungo di 16 chilo-



Menegotti Giampiero – Partelli Angelo con il pettorale 29 classificati al 5° posto, Coppia Corghi Enrico – Ferrarini Graziano con il pettorale 9 classificati al 17° posto, coppia Venturini Luigi - Zaramella Roberto con il pettorale 19 classificati al 28° posto. Categoria Open A (Master Amatori) Coppia Catazzo Luca – Venturini Michela con il pettorale 50 classificati al 34° posto, coppia Tanara Attilio – Anzi Johnny con il pettorale 67 clas-

sificati al 39°.

Categoria Open A Femm. (Master Amatori): Coppia Arduini Elena – Brutti Katia con il pettorale 74 classificate al 2° posto.

Nella gara individuale invece l'Associazione schierava solamente 11 atleti. Categoria Master Maschile: Pettorale 59 Menegotti Giampietro classificato 19°, Pettorale 43 Tanara Attilio Classificato 34°, Pettorale 83 Cattazzo Luca classificato 35°, Pet-

torale 51 Venturini Luigi classificato 39°, Pettorale 67 Corghi Enrico classificato 45°, Pettorale 91 Ferrarini Graziano classificato 49°, Pettorale 75 Partelli Angelo Classificato 50°.

Categoria Amatori Femminile: Pettorale 149 Arduini Elena classificata 19°, Pettorale 109 Brutti Katia classificata 22°, Pettorale 26 Venturini Michela classificata 26°.

Categoria Amatori Maschile: Pettorale 166 Anzi Johnny classificato 17°.

Alpiniadi estive 2ª edizione

Le Olimpiadi dell'Associazione Nazionale Alpini (ANA) organizzate dalla Sezione Montegrappa - Vicenza nei giorni 8-9-10 Giugno, coinvolgendo i paesi di Bassano del Grappa con la gara di apertura con la corsa in montagna individuale a seguire Possagno con la marcia di regolarità alpina, Enego con il duathlon (mountain bike e tiro con carabina) e Breganze con la corsa in montagna a staffetta a chiusura della 3 giorni di manifestazione. Vi chiederete cosa centrano gli Alpini e Amici degli Alpini con la APSS Abazia? Centrano eccome perché dei 65 atleti che hanno composto la Sezione di Verona (la più numerosa tra le partecipanti) ben 15 atleti erano soci dell'APSS Abazia che hanno ottenuto risultati lusinghieri nelle varie discipline, arrivando addirittura sul podio (medaglia d'argento) proprio nella disciplina della marcia di regolarità alpina a pattuglie di 3 componenti con i soci Tanara Attilio, Castagna Bruno e Guardini Remo. La Sezione di Verona si è classificata nella classifica finale comprendenti le 4 specialità al 4° posto assoluto su le 53 Sezioni provenienti da tutta Italia, grazie anche al contributo dei nostri soci di seguito elencati: Anzi Johnny, Arduini Elena, Brutti Katia, Castagna Bruno, Cattazzo Luca, Corghi Enrico, Danzi Marika, Fasoli Marco, Ferrarini Graziano, Menegotti Gianpietro, Partelli Angelo, Perlati Giuliano, Tanara Attilio, Truzzoli Samuele, Venturini Luigi, Zaramella Roberto.

Sono stati 3 giorni stupendi ed entusiasmanti all'insegna dello sport e amicizia, grazie ragazzi e ragazze per la vostra partecipazione. Alla prossima.



La Marcia di Regolarità arriva a Badia Calavena

Dal 22 maggio 1988, mancava nel veronese una gara di Marcia Alpina di Regolarità, grazie all'impegno della nostra Associazione l'APSS dell'Abazia-Val d'Illasi

il giorno di domenica 16 settembre 2018 la grande lacuna si è colmata. Alla gara valevole per il Campionato Regionale Veneto FIE, hanno partecipato 68 atleti da tutto il Veneto,

l'organizzazione che si è avvalsa oltre che dei volontari della APSS dell'Abazia contava anche su Alpini, Fidas, Carabinieri in congedo, Protezione Civile, Pro Loco e Pistonieri e proprio quest'ultimi con una "bordata" dei loro trombini hanno dato il via alla competizione.

Il percorso accuratamente pulito e segnalato nei giorni precedenti alla manifestazione offriva agli atleti 13,360 chilometri con 400 metri di dislivello con sei cambi media lungo il percorso. «È uno sport per tutti dagli 8 agli 80 anni» ha dichiarato alla stampa il Presidente della APSS dell'Abazia sig. Luigi Venturini, «perché non



è una prova di forza per superare gli altri di corsa, ma di intelligenza, infatti correre proprio non si deve, ma piuttosto privilegiare il gesto tecnico, mettere in sintonia muscoli e respiro con le asperità e dislivelli del terreno, valutare la propria forza e resistenza, senza perdere di vista le condizioni ambientali ed atmosferiche».

Il bel percorso fra boschi e montagne nei dintorni di Badia Calavena sono stati un ottimo incentivo per far conoscere e promuovere ai Veronesi



la specialità ed agli atleti le bellezze locali. Alle premiazioni degli atleti, dopo i ringraziamenti del Presidente

Luigi Venturini agli atleti, ai collaboratori, a tutti i presenti è stato consegnato il microfono per un saluto

al Sindaco di Badia Calavena Dott. Emanuele Anselmi che concludeva i suoi saluti «Per l'amministrazione e per me personalmente è un onore ospitare una manifestazione di questa portata che da lustro al nostro territorio». Al termine delle premiazioni, un momento di convivialità a base di gnocchi sbatui, piatto cimbro per eccellenza ed altri piatti della tradizione locale.

Questi i vincitori: Cat. Juniores, Gabriele Aldeghe (APSS dell'Abazia); per la cat. Master, Severino Bonetti (GSA Rezzato), Pierangelo Ferrandini (GAM Vallio Terme) e Francesco Ceriali (ANA Valdobbiadene). Palini Pietro (GSA San Giovanni) Antonio Rosirolla (GSA Posagno) e Flavio Visentin (ANA Valdobbiadene) sono stati i primi della categoria amatori. Infine nell'unica categoria delle donne (Open femminile) ha trionfato Fiorenza Mocellin (GSGMG Bassano) davanti a Cristina Conforti (GSA Rezzato) e Graziana Battaglia (GSGMG Bassano).



Cos'è la Marcia Alpina di Regolarità

Uno sport per tutti dagli 8 agli 80 anni, perché la marcia è attività antropologica, che richiede soltanto due cose: un paio di gambe e una mente allenata. Ma potrebbe bastare un buon passo. Stiamo parlando proprio della marcia di regolarità, per i neofiti un'assoluta sconosciuta. Non serve correre forte, anzi non serve correre. La marcia di regolarità privilegia il gesto tecnico rispetto alla prestazione fisica. Certo, una preparazione atletica di base non guasta in una disciplina che insegna a camminare in montagna, a mettere in sintonia muscoli e respiro con le gradazioni del terreno, a valutare la propria forza e resistenza a seconda delle condizioni ambientali e atmosferiche. Con la marcia attraversiamo i paesaggi (che ci circondano) e le parole (che abbiamo dentro di noi). Con la marcia capiamo dove stiamo nel mondo, camminiamo e il nostro sguardo su di esso cambia così al volgere di ogni nuovo passo. Una

marcia alpina di regolarità che già nel nome porta con sé quella sua origine "alpina" che oggi continua nella pratica su sentieri di montagna, strade sterrate e mulattiere, limitando il percorso pavimentato a brevi tratti nelle zone urbanizzate.

Si vuole come associazione creare un gruppo di persone che inizino e praticare questo sport conosciuto soprattutto dagli Alpini ma poco noto agli altri.

La Marcia di Regolarità è una disciplina agonistica della FIE. E' molto praticata in Piemonte ed in Lombardia. Poco nel Veneto, ma essendoci preso l'onere di organizzare una gara a Badia era giusto che più persone venissero a conoscenza di questo Sport.

Enrico ed Elena sono

stati i nostri docenti.

Grazie ai Filmati messi a disposizione della Federazione ed aiutati dal Librettino che ci siamo stampati per semplificare le nozioni basilari, siamo certi che porteremo questo sport nel nostro paese.

In altri articoli parleremo dei primi frutti raccolti, ma vi anticipiamo che il lavoro dei nostri insegnanti è stato buono perché qualche buon risultato è stato raggiunto.



Escursione sulle colline cogollesi

Grazie al sodalizio nato lo scorso anno con la ProLoco di Cogollo, anche quest'anno abbiamo organizzato l'escursione sulle colline attorno al paese. Il percorso quest'anno è risultato un po' più difficile di quello dello scorso anno, ma ci ha dato la possibilità di conoscere il lato ovest del paese. Siamo partiti, accompagnati da Stefano, dalla piazza e ci siamo diretti verso la frazione di Scornano. Da qui salendo su per una stretta valle disabitata, abbiamo costeggiato il Vajo fino alla sommità della collina sbucando in località Pigno. Cammino sulla strada poi siamo andati verso località Battistini dove all'ombra di alcuni secolari "castagnari" abbiamo condiviso una piccola merenda. Da qui poi siamo saliti fino alla sommità del dosso dei Battistini dove si può ammirare tutta la piana di Tregnago. Abbiamo iniziato la discesa che ci ha riportati in piazza da dove eravamo partiti. Tre ore di sano camminare che poi si è concluso in un gioioso pranzo organizzato dai ragazzi della ProLoco di Cogollo. I partecipanti (circa una quarantina di persone) hanno quindi condiviso un altro paio d'ore assieme sotto il tendone.

I nostri atleti hanno partecipato a queste gare...

Già dalla nascita della nostra Associazione abbiamo iniziato a partecipare alle gare di Marcia di Regolarità Alpina, disciplina già praticata da alcuni nostri soci in veste di Alpini e Amici degli Alpini, tra i quali il nostro Presidente Luigi Venturini e l'attuale responsabile settore marcia Enrico Corghi.

Nell'anno 2018 abbiamo partecipato alle seguenti gare:

- 25 Marzo Trofeo Colle d'Ezzelino (individuale) San Zenone degli Ezzelini (TV) n. 13 atleti partecipanti
- 09 Giugno Alpiniadi estive Possagno (TV) n. 15 partecipanti
- 2-3 Settembre Campionato Italiano per Associazioni Parco di Colfiorito, Foligno n. 15 partecipanti
- 16 Set-

tembre "Sulle terre dei Cimbri" Campionato Regionale individuale Badia Calavena (vr) •30 Settembre 45° Coppa ANA Arzignano (individuale) Restena, Arzignano (Vi) n. 8 atleti partecipanti- 28 Ottobre Campionato Triveneto ANA (gara a pattuglia di 3) Sovizzo (Vi) n. 12 atleti partecipanti.

Abbiamo già creato un po' di scompiglio tra le Associazioni storiche in ambito Veneto e Nazionale e contiamo nel 2019 di essere ancora più presenti e competitivi... attenti a quelli con la maglietta gialla.

A tutti i nostri atleti auguriamo un 2019 ricco di soddisfazioni e di salire spesso sul podio. In bocca al Lupo.



Avoto Sprea

Dalla Manzoniana Peste del 1630, a Sprea si svolge la processione di San Rocco. Da allora, è tradizione che dai paesi attorno a Sprea, la gente salga a piedi di buon mattino verso la frazione per partecipare a questa celebrazione religiosa. Quest'anno una ventina di persone sono salite con noi per essere presenti alla celebrazione del rito.

Contrariamente al programmato si è deciso alla mattina di salire a Sprea seguendo un percorso diverso da quello pianificato. Siamo quindi saliti dai Burgagnani fino al Gonzo e poi ci siamo diretti, perdendo la strada in un paio di bivi, fino alla provinciale Collina Sprea. Da qui abbiamo preso la strada per la contrada Monte e salendo siamo arrivati a Sprea.

La Santa Messa è stata celebrata per la prima volta dal Vescovo di Verona Mons. Zenti, il quale come noi, ha potuto gustarsi l'infinito scenario della Lessinia che faceva da cornice alla celebrazione religiosa.

Dopo la funzione religiosa ed una doverosa tappa per un ristoro, siamo scesi dalla Val Tanara fino a Sant' Andrea. Da qui quattro passi fino a Badia.



Viaggio in Tibet da Lhasa alla Kora del Kailash

Sono partito, anche questa volta quasi costretto dagli amici, col semplice desiderio di andare a conoscere una realtà lontana, diversa dalla nostra, sapendo che il viaggio sarebbe stato più culturale che escursionistico di alta montagna. Mi ero preparato "studiato" le caratteristiche culturali e religiose del Tibet perché, non conoscendo l'inglese, avrei percorso quelle strade quasi come un sordo-muto e ciò che avrei portato via da là sarebbe stato frutto più di quanto osservato e percepito che di quanto ascoltato.

Premetto che non è facile scegliere tra le molteplici sensazioni, emozioni, riflessioni che la realtà tibetana ha suscitato dentro di me perché significa manifestare la propria realtà interiore che gli altri possono anche non comprendere o percepire.

Ciò che colpisce immediatamente è quella che possiamo definire "invasione cinese". In varie parti compaiono cartelli giganteschi con le fo-

tografie dei grandi capi della Cina, bandiere rosse sono esposte su ogni edificio, quasi ogni altro balcone, grandi archi da poco costruiti campeggiano all'ingresso di molti paesi dispersi sull'altopiano, un fermento edilizio impressionante, le strade ben asfaltate, a parte brevi tratti erosi dalle alluvioni. Certamente si può pensare che stanno portando il progresso, che sono impegnati ad elevare il livello sociale del paese, a dare abitazioni più consone; ma è giusto chiedersi a quale prezzo visto che là di tutto si può parlare, tutto si può chiedere basta che sia escluso qualsiasi riferimento politico. Di fronte a situazioni economiche più elevate si parla di benessere, ma non sono d'accordo su questo termine. Il "bene-essere" riguarda la persona nella sua totalità e non solo il suo essere "materiale"; se migliorano le condizioni economiche e si reprimono i valori interiori della persona si può parlare di un "bene-stare" non certo

di un "bene-essere". La nostra guida ha detto che oggi chi aspira a diventare monaco per entrare in monastero deve presentare un certificato che attesti che non ha mai avuto contatti con monasteri stranieri (fuori dai confini del Tibet) e un certificato che non ha mai manifestato o espresso alcuna opinione politica, segno evidente che si vuole determinare anche il futuro dei monasteri buddisti. Tutto ciò dovrebbe renderci consapevoli della grande ricchezza che godiamo nella nostra Italia come persone: la libertà di pensiero, la libertà di espressione, la libertà politica, la libertà religiosa e tutte le altre di cui godiamo quotidianamente. Ritengo che tale esperienza spinga a riflettere su che cosa ne facciamo di queste libertà; libertà è responsabilità, libertà richiede di impegnarsi a fare e non solo ad attendere, libertà è darsi da fare per costruire una società e un mondo migliore e non solo godere di quello che i nostri padri ci hanno fati-





cosamente conquistato.

Il progresso cinese sta portando, per certi aspetti cosa difficile da evitare come in ogni miglioramento abitativo, alla scomparsa dei tipici villaggi tibetani fatti di case basse con facciate ed ingressi riccamente ornati e colorati; in compenso offre una buona viabilità che permette di percorrere il lungo tragitto da Lhasa a Darchen in modo confortevole e rapido. Ciò che colpisce è l'ampia vastità dell'altopiano tibetano per gran parte oltre i 4.000 m di altitudine; lunghe e larghe pianure limitate da catene montuose elevate e più in lontananza le cime innevate delle grandi vette himalaia-

ne. Arrivati al termine di una si sale un passo intorno od oltre i 5.000 m di altitudine e si discende dall'altra parte trovandosi in una situazione analoga alla precedente. L'agevole viaggio permette di ammirare e contemplare la particolarità e la bellezza del paesaggio la cui vastità porta inevitabilmente fa pensare a quanto l'uomo è "piccola cosa" in rapporto all'ambiente in cui vive. Ti domandi allora come mai ci si comporti da padroni nei confronti di questo nostro mondo e non da custodi di una preziosità che ci è stata donata e che abbiamo il dovere di conservare per i nostri figli. Altra esperienza toccante è la kora

del Kailash se si cerca di viverla non come solo tragitto escursionistico di alta montagna o come semplici spettatori, ma anche cercando di comprendere il significato che ha per i tibetani. La kora, viaggio attorno a un luogo o a un monte sacro, corrisponde ai nostri pellegrinaggi ma qui la caratteristica penitenziale ed espiatoria è evidente agli occhi di tutti. Un circuito di 52 km, dai 4.690 m di Darchen si sale fino ai 5.630 m del valico, un sentiero impegnativo e a tratti difficoltoso soprattutto in discesa dove a lungo si calpestano pietre. Durante il trekking si è accompagnati da file di pellegrini, venuti magari a piedi fin da lontano, che lo percorrono pregando e meditando per espiare le loro colpe e raggiungere uno stato di vita superiore. Non pochi avanzano lungo il percorso compiendo una successione di prostrazioni alternate a preghiere fatte in piedi, di fatto strisciano lungo tutto il tragitto.

Se non sei un superficiale ti chiedi se tutto ciò faccia parte di una religiosità arcaica o della consapevolezza di avere sbagliato in qualche propria responsabilità. È facile superare il dubbio affermando che noi occidentali ci siamo liberati da scrupoli opprimenti, ma credo sia giusto chiedersi se è vera libertà nascondere a se stessi i propri errori e le proprie responsabilità nei confronti di scelte fatte che hanno danneggiato la propria persona, a quella degli altri o la società in cui si vive.

Esperienze come questa non si concludono alla fine del viaggio, ma li hanno il loro inizio perché solo quando si è tornati a casa nel riflettere su quanto vissuto ci si rende conto della ricchezza di cui sei stato colmato.



Il tempo quest'anno in questa manifestazione non ci è stato molto amico. Avevamo a disposizione il chiosco con il palco già montato, ma purtroppo la pioggia non ci ha permesso di utilizzarlo. Dopo un rapido consulto abbiamo spostato il concerto all'interno dell'oratorio. Da un punto di vista dell'acustica il concerto ne ha guadagnato, purtroppo non è potuta entrarci tutta la gente che è venuta per partecipare all'evento. In ogni caso più di 200 persone si sono divertite ad ascoltare i nostri Bambini del coro le Voci dell'Abazia dirette dalla nostra bravissima tesserata maestra Ajna che

accompagnate dalla chitarra del maestro Francesco Feola hanno eseguito una serie di canzoni che animate dai disegni dalla professoressa Ester Botturi, percorrevano un piccolo tratto della storia della Musica. Dal Barocco a Mina passando da Vivaldi e da divertenti colonne sonore. Le esibizioni cantate dai provetti solisti e della nostra Maestra possono solo provocare rammarico per chi non è potuto esserci.



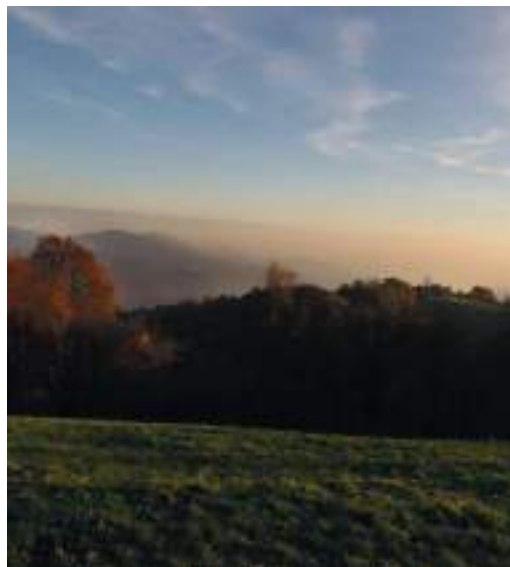
Tra boschi e contrade di Sant'Andrea

Anche quest'anno in occasione dell'antica Fiera dei Bogoni, abbiamo scelto un percorso di trekking ad anello che partendo dalla piazza di Sant'Andrea ci ha portato ad attraversare contrade, tratturi e boschi. Purtroppo partendo alle ore 13,00 non abbiamo potuto godere di molte ore di sole ma sufficienti per assaporare un percorso molto interessante sia da un punto di vista naturalistico che escursionistico.

Passando dalla contrada Xami, siamo arrivati alla località Fietta per poi inoltrarci nel bosco. Il sentiero che abbiamo preso è ben tenuto e salendo tra castani, noccioli e roveri siamo arrivati alla contrada Scandolara. Sul percorso è stato possibile vedere un sacco di funghi e una nostra socia ci ha illustrato le loro caratteristiche e come poterli cucinare.

Arrivati alla piazza di Santissima Trinità siamo stati accolti dai nostri soci Lorenzo e Gabriele con un caldo ristoro e con i "Puoti" dolci antichi e tradizionali di Santa Lucia che alcuni escursionisti, non della nostra zona, hanno molto apprezzato.

Dopo la pausa siamo scesi ver-



so contrada Cavalieri e da qui siamo entrati in un bellissimo faggeto. Scendendo per quello che una volta era il sentiero n. 1 di Sant'Andrea siamo arrivati ai Murari, ai Battistari e per concludere in piazza a Sant'Andrea dove la Proloco ha omaggiato i partecipanti con un piccolo dono e un caldo ristoro. Parecchi poi si sono fermati a mangiare i famosi Bogoni...alcuni hanno assaggiato anche tutte le varianti, ma questa è un'altra storia.

Raduno escursionistico regionale Veneto



Quest'anno all'ultimo momento ci siamo imbarcati nell'organizzazione del Raduno Regionale FIE. Con estrema solerzia, i nostri soci Boni e Comini, hanno pianificato il giro del Sengio Alto partendo da Pian delle Fugazze, sul tracciato del Sentiero E5, arrivo a Campogrosso e ritorno al Pian delle Fugazze sulla strada del Re attraversando il Ponte Tibetano.

Erano presenti il nostro presidente del Comitato Regionale Dino Bortolozzo (che ci ha raggiunti in macchina al ristorante Campogrosso), 8 associazioni del Veneto, i corsisti del Corso Regionale Accompagnatori Escursionisti AE-FIE e il responsabile nazionale degli AE-FIE Ugo Stocco. Un totale di una cinquantina di persone hanno percorso questo storico anello condividendo con le altre as-



Insieme aspettando il Natale

Per scambiarci gli auguri quest'anno a Natale, grazie ad un'idea della nostra socia Ajna, abbiamo organizzato in collaborazione con la corale di Badia Calavena un concerto natalizio.

Al concerto oltre alla corale, abbiamo le Piccole Voci dell'Abazia, nostri ospiti fissi, e i loro pulcini (5 bambini piccolissimi che stanno facendo il propedeico per entrare nelle piccole voci) e il maestoso coro di San Giovanni Lupatoto, Marcelliano Marcello. Ospite d'onore la soprano Olena Kharachko. Le piccole voci hanno cantato da soli e con tutti gli altri cantanti. Alcune esecuzioni meritavano palcoscenici più grandi per la loro bellezza e armonia. Il pubblico non era delle grandi occasioni, ma comunque numeroso. È stata una bella prima volta. Siamo sicuri che la strada da percorrere sia lunga e tortuosa, ma consapevoli che un passo dopo l'altro si possa fare di queste serate un cardine delle nostre attività culturali.





sociazioni le sensazioni ed esperienze. La giornata era una tipicamente autunnale nebbiosa ma che ci ha anche regalato anche sprazzi di cielo azzurro e limpido. Siamo partiti tutti assieme camminando sulla strada asfaltata per poi prendere la strada delle Sette Fontane, fino alla deviazione del sentiero CAI 173. Preso

questo sentiero siamo saliti ripidamente nel bosco fino ai primi prati dove ci siamo inseriti nel Sentiero Europeo E5.

Il sentiero costeggia cima Cornetto, cima Tre Apostoli e poi arriva al rifugio Campogrosso dove ci siamo fermati sia un pranzo in compagnia che per momenti istituzionale durante



i quali i vari responsabili FIE si sono scambiati omaggi e saluti.

Siamo ritornati dalla strada del Re e attraversando il ponte Tibetano abbiamo fatto ritorno a Pian delle Fugazze.

Il ponte Tibetano, se pur di facile attraversamento ha creato delle difficoltà a qualche escursionista che soffriva di vertigini e per farglielo attraversare è stato necessario accompagnarlo piano piano.

Escursione molto bella e panoramica! Arrivederci alla prima domenica di ottobre 2019 per il prossimo Raduno Escursionistico Veneto a Piazzola sul Brenta dove vi aspettiamo numerosi.



...e nel 2019 le nostre escursioni

20 gennaio	Montefortiana <i>camminata a passo libero</i>		Monte Baldo <i>escursione sul Sentiero E7</i>
26 gennaio	Tesseramento	7 luglio	Cogollo <i>escursione sulle colline</i>
febbraio	Magica Lessinia <i>escursione sull'altopiano</i>	28 luglio	Avoto <i>escursione a Sprea</i>
10 marzo	Corrillasi <i>camminata non competitiva</i>	agosto	serata culturale <i>concerto nel Chiostro</i>
24 marzo	Monte Venda <i>escursione sui Colli Euganei</i>		Gruppo del Carega <i>escursione notturna</i>
22 aprile	Pasquetta insieme <i>escursione Val d'Ilasi</i>	7/8 settembre	Ponte di Legno <i>Campionato Italiano Marcia</i>
	Camminata fuori porta	15 settembre	Strada del Ponale <i>escursione</i>
12 maggio	Vajo dell'Ortiga <i>escursione</i>	6 ottobre	Piazzola sul Brenta <i>Raduno Escursionistico Veneto</i>
19 maggio	Gruppo Alpini <i>corsa non competitiva</i>	30 novembre	Sant'Andrea <i>escursione</i>
2 giugno	Badia Calavena <i>escursione tra le contrade</i>	14 dicembre	Castello di Tenno <i>escursione al rifugio San Pietro</i>
9 giugno	Campionato Veneto <i>Marcia di Regolarità</i> Sulle Terre dei Cimbri		

per informazioni: apss-abazia@libero.it • tel. 347 3925366 • www.facebook.com/APSSabazia



...e la Marcia di Regolarità

17 marzo	San Zenone degli Ezz. (TV) <i>gara a coppie</i>	14 luglio	Durlo di Crespadoro (VI) <i>individuale regionale</i>
31 marzo	Galbiate o Mezzano (BS) <i>individuale Italiano</i>	7 settembre	Ponte di Legno (BS) <i>individuale Italiano</i> Campionato Italiano per Associazioni
14 aprile	Sarezzo (BS) <i>gara a coppie</i>	8 settembre	Ponte di Legno (BS) <i>gara a coppie</i> Campionato Italiano per Associazioni
28 aprile	Bione (BS) <i>individuale Italiano</i>	29 settembre	Restena di Arzignano (VI) <i>individuale regionale</i>
5 maggio	Possagno (TV) <i>individuale regionale</i>	20 ottobre	Valrovina (VI) <i>individuale regionale</i>
19 maggio	Borso del Grappa (TV) <i>gara a coppie</i>	27 ottobre	Farra di Soligo (TV) <i>gara a coppie</i>
9 giugno	Badia Calavena (VR) <i>individuale regionale</i> Sulle Terre dei Cimbri		
16 giugno	Biella (BI) <i>individuale Italiano</i>		
23 giugno	Segusino (TV) <i>individuale regionale</i>		
7 luglio	Collio Valtrompia (BS) <i>individuale Italiano</i>		

per informazioni:

apss-abazia@libero.it

tel. 348 2468876

www.facebook.com/APSSabazia





TESSERAMENTO 2019

*...in ogni passeggiata nella natura si riceve
molto di più di quello che si cerca...*

cammina con noi



ABAZIA

Badia Calavena - Val d'Illasi

**per informazioni tesseramento:
apss-abazia@libero.it**

