



2025

Sede: Via Zucchi 1 – 20095 Cusano Milanino

Telefono 351 6230366

E-mail: caicusano@gmail.com

www.caicusanomilanino.it

IBAN

IT88H030690960610000128562

Apertura sede

Venerdì dalle 21.00 alle 23.00



CORSO DI YOGA DINAMICO

Fondamentale per attività di trekking, sci e arrampicata. Praticato con costanza e regolarità, Yoga Dinamico permette di:

- aumentare la forza e la resistenza
- migliorare elasticità ed equilibrio
- ritrovare il benessere psico-fisico

CORSI MONO E BI-SETTIMANALI
INFO E ISCRIZIONI IN SEDE

REGOLAMENTO GITE

Il C.A.I. non si assume nessuna responsabilità per eventuali danni alle persone ed alle cose durante le gite, per lesioni, perdite, irregolarità, ritardi, difetti di mezzi di trasporto in quanto il C.A.I. agisce unicamente da intermediario fra i gitanti, le imprese di trasporto e gli alberghi.

Le iscrizioni alle gite si ricevono fino all'esaurimento dei posti e devono essere accompagnate dal versamento dell'intera quota.

Il C.A.I. raccomanda la massima puntualità negli orari, sia alle partenze, sia alle soste, tenendo conto che gli orari effettivi sono quelli stabiliti sui programmi con cinque minuti di anticipo.

Il C.A.I. informa che nel corso delle gite il direttore dell'escursione è l'unico responsabile e qualsiasi sua decisione o consiglio dovrà essere accettato. Quindi le eventuali lamenti per inconvenienti potranno essere discusse solamente in Sede.

Il predetto regolamento deve essere accettato da coloro che si iscrivono alla società ed alle gite.

Il presente calendario, per cause contingenti o di forza maggiore, può subire modifiche o annullamenti.

Salvo diversa indicazione il punto di ritrovo partenza e arrivo è fissato nel piazzale all'angolo tra VIA M.TE GRAPPA e VIA PEDRETTI (CUSANO MILANINO)
Quote ed orari saranno segnalati di gita in gita

CALENDARIO 2025

- ☀ Sabato 11 GENNAIO
Rifugio Argentea – Passo Faiallo (GE)
Escursionismo - Congiunta con CAI Cinisello
- ❄ Sabato 18 ÷ Sabato 25 GENNAIO
Arabba (BL)
Settimana bianca
- ☀ Domenica 09 FEBBRAIO
Punta Almaná
Sale Marasino (BS)
Escursionismo
- ❄ Sabato 22 FEBBRAIO
Val di Fex - Sils Maria (CH)
Ciaspolata
- ❄ Domenica 09 MARZO
Passo San Bernardino
San Bernardino (CH)
Ciaspolata
- ☀ Sabato 22 MARZO
Sentiero del Viandante
Dervio - Varenna (LC)
Escursionismo

N.B.: in sede si possono noleggiare le ciaspole, da prenotarsi per tempo

CALENDARIO 2025

- ☀ Sabato 12 APRILE
Lago della Vecchia
Piedicavallo (BI)
Escursionismo
- ☀ Domenica 04 MAGGIO
Santuario di San Besso
Valprato Soana (TO)
- ☀ Sabato 17 MAGGIO
Sentiero Valtellina – Ciclo Escursionistica
- ☀ Sabato 31 MAGGIO - Martedì 03 GIUGNO
Ponte di Primavera
Località da definire
- ☀ Sabato 14 GIUGNO
Rifugio Balicco
Riva di Mezzoldo (BG)
Escursionismo
- ☀ Sabato 28 GIUGNO
Monte Galehorn
Engiloch (CH)
Escursionismo
- ☀ Sabato 12 Domenica 13 LUGLIO
Rifugio Tagliaferri e Pizzo Tornello
Ronco di Schilpario (BG)
Escursionismo

CALENDARIO 2025

- ☀ Sabato 26 LUGLIO
Rifugio Miserin- La Cort (AO)
Escursionismo
- ☀ Giovedì 21 AGOSTO ÷ Lunedì 25 AGOSTO
Monte Thabor FRANCIA
Trekking
- ☀ Sabato 23 AGOSTO ÷ Sabato 30 AGOSTO
Settimana Verde
Località da definire
- ☀ Sabato 13 SETTEMBRE
Val Calnegia - Foroglio (CH)
Escursionismo
- ☀ Domenica 28 SETTEMBRE
Bivacco Gusmeroli - Tartano (SO)
Escursionismo
- ☀ Sabato 11 OTTOBRE
Monte Zeda - Passo Folungo (VB)
Escursionismo - Congiunta con CAI Cinisello
- ☀ Domenica 26 OTTOBRE
Rifugio Biatti Buzzi - Cainallo (LC)
Escursionismo
- ☀ Domenica 16 NOVEMBRE
Pranzo sociale
- ❄ Venerdì 05 ÷ Martedì 09 DICEMBRE
S. Ambrogio sulla Neve (sci+ciaspole)