

# TREKKING OTTOBRE 2025

|            |                                                                                                                                                                                               |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 01 Ottobre | <b>Alpe Spessola (Sormano)</b>                                                                                                                                                                |
|            | Ritrovo: <u>parcheeggio via Caduti di Nassiriya - ore 13:30</u><br>Tempo di percorrenza: <b>3 ore</b><br>Difficoltà: <b>E (Escursionisti)</b><br>Dislivello: <b>200m</b>                      |
| 08 Ottobre | <b>Croce della Cassina (Valbrona)</b>                                                                                                                                                         |
|            | Ritrovo: <u>parcheeggio via Caduti di Nassiriya - ore 13:30</u><br>Tempo di percorrenza: <b>2 ore</b><br>Difficoltà: <b>E (Escursionisti)</b><br>Dislivello: <b>180m</b>                      |
| 15 Ottobre | <b>Val di Mello (Val Masino)</b>                                                                                                                                                              |
|            | Ritrovo: <u>parcheeggio via Caduti di Nassiriya - ore 7:30</u><br>Tempo di percorrenza: <b>percorso giornaliero</b><br>Difficoltà: <b>E (Escursionisti)</b><br>Dislivello: <b>100m</b>        |
| 22 Ottobre | <b>Cascina Margna (Brughiera di Senna)</b>                                                                                                                                                    |
|            | Ritrovo: <u>parcheeggio Corso Europa - ore 13:30</u><br>Tempo di percorrenza: <b>3 ore</b><br>Difficoltà: <b>E (Escursionisti)</b><br>Dislivello: <b>minimo, alcuni saliscendi</b>            |
| 29 Ottobre | <b>Pranzo "Baita degli Alpini" (Lurago D'Erba)</b>                                                                                                                                            |
|            | Ritrovo: <u>parcheeggio via Caduti di Nassiriya - ore 10:00</u><br>Tempo di percorrenza: <b>2 ore</b><br>Difficoltà: <b>E (Escursionisti)</b><br>Dislivello: <b>minimo, alcuni saliscendi</b> |

***Si raccomandano sempre scarpe adeguate al trekking***

Seguirà programma dettagliato per ogni uscita.

**n.b.:** eventuali variazioni del **programma** potranno essere comunicate ai partecipanti sia nei giorni precedenti che al ritrovo **prima** della partenza. Chi ha dato l'adesione e non può partecipare, è pregato di avvisare l'ufficio.

Oltre i 20 KM. E' richiesto un contributo per l'uso dell'auto dell'associazione e/o dei rispettivi proprietari  
Il **REGOLAMENTO completo e le condizioni ASSICURATIVE** sono consultabili sul sito alla sezione **DOCUMENTI**  
[www.auser.lombardia.it/como/cantu](http://www.auser.lombardia.it/como/cantu). Auser Insieme Canturium APS ETS - via Ettore Brambilla 3 – CANTU' - C.F.

90014860135

e-mail: [auser.canturium@auser.lombardia.it](mailto:auser.canturium@auser.lombardia.it) - Tel. 031-3515003 - fax. 031-7090506.

Per il GRUPPO TREKKING - e-mail: [ausercantu.trekking@gmail.com](mailto:ausercantu.trekking@gmail.com) - Tel. 031-3661765