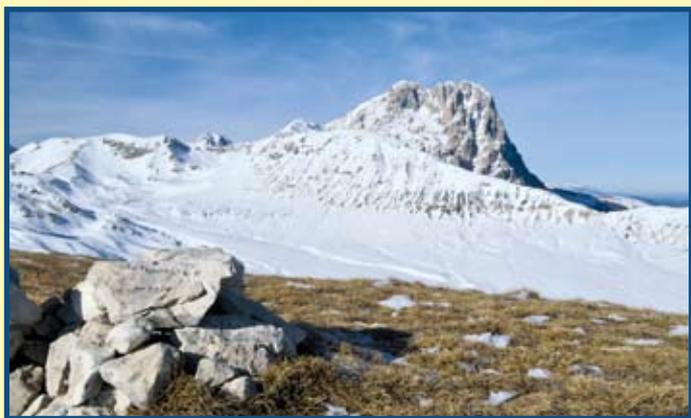




CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Palestrina
www.caipalestrina.it
palestrina@cai.it



CALENDARIO ATTIVITÀ
2020

Perché iscriversi al CAI

Il Club Alpino si rivolge a chi ha passione per la natura e la montagna, condivide con noi il rispetto dell'ambiente, la scoperta della cultura e la solidarietà tra gli uomini. Dal 1863 il CAI è presente in Italia per valorizzare e far conoscere le Alpi e l'Appennino.

Nel 1983 è stata costituita la Sezione CAI a Palestrina.

L'iscrizione al CAI è una scelta a favore delle montagne promuovendo l'alpinismo, l'escursionismo, la sosta nei rifugi e nei paesi, l'attenzione al binomio cultura e natura, per la tutela delle risorse ed il miglioramento socio-economico delle popolazioni locali.

È importante sostenere l'azione e l'impegno di una piccola Sezione CAI con soci appassionati ed amici, come nel caso di Palestrina, antica città che sorge sull'antica Praeneste (II secolo a.C.), posta sulle pendici del Monte Ginestro, una delle sommità dei monti Prenestini.

Nel CAI vi sono tre categorie di soci:

- **Ordinari** (tutti coloro che hanno oltre 18 anni di età)
- **Familiari** (persona maggiorenne con un convivente già iscritto al CAI)
- **Giovani** (tutti coloro che non hanno ancora raggiunto la maggiore età)

Il CAI offre, ai propri Soci, grandi vantaggi:

- alloggiare nei rifugi CAI a condizioni particolari rispetto ai non Soci, anche all'estero;
- frequentare i corsi sulle varie discipline montane organizzati dalle Scuole e dalle Sezioni;
- essere coperti da una assicurazione ed ottenere il rimborso delle spese sostenute in caso di soccorso, anche all'estero, secondo i massimali in vigore;
- ricevere gratuitamente La Rivista del Club (montagne 360 - ora anche in edicola) e Lo Scarpone (on line);
- avere a disposizione la documentazione (libri, filmati, carte geografiche) sia della Sezione che degli Organi centrali;
- ottenere sconti sulle pubblicazioni CAI;
- usufruire di condizioni privilegiate negli esercizi convenzionati

Informazioni sul tesseramento

Indirizzo Sezione : Piazza di Porta San Martino 11 - 00036 Palestrina

Orario di apertura : Venerdì 18,00 - 20,00

Iscrizioni

Per iscriversi al CAI è sufficiente recarsi in sezione, rivolgersi ai responsabili sezionali e portare due foto formato tessera, compilare il modulo di iscrizione, il modulo della privacy e versare la quota annuale. La tessera con il bollino sarà consegnata immediatamente.

L'iscrizione può essere effettuata inoltre inviando la seguente documentazione compilata e firmata in originale all'indirizzo:

CAI - PALESTRINA Piazza di Porta San Martino 11 - 00036 Palestrina (RM)

- 1) il modulo di iscrizione compilato in ogni sua parte e firmato;
- 2) il modulo della privacy compilato in ogni sua parte e firmato;
- 3) n° 2 foto formato tessera;
- 4) la ricevuta del bonifico bancario della quota di iscrizione più il costo della tessera al conto corrente della sezione con IBAN (**IT 39 H 08716 39321 000006081055**)

La tessera con il bollino dovrà essere ritirata in sezione.

Quote associative

Socio Ordinario	€ 44,00	Socio Giovane	€ 16,00
Socio Familiare	€ 25,00	Costo tessera nuovo Socio	€ 6,00

Regolamento Escursioni

Norme Generali

Le gite sociali rientrano tra gli scopi del Club Alpino Italiano.

La partecipazione alle escursioni è aperta a tutti i soci CAI purché in regola con il tesseramento annuale. I non iscritti al CAI possono partecipare alle escursioni purché provvisti di polizza assicurativa obbligatoria (Infortuni e Soccorso alpino) da stipulare in Sezione, unitamente al versamento del premio e alla compilazione di un modulo, entro gli orari e i giorni stabiliti nel programma della singola escursione. I minorenni debbono essere accompagnati da un genitore o da un maggiorenne che se ne assuma la piena responsabilità.

La sezione, oltre che proporre ed organizzare le escursioni estive, invernali ed in tutti gli altri periodi dell'anno si preoccupa di porre in atto ogni precauzione per tutelare l'incolumità dei partecipanti. Questi, sulla base delle indicazioni presenti in Calendario Attività e sul Sito WEB (vedere Regolamento Escursioni), è consapevole a priori dell'esistenza dei suddetti pericoli e, con la sua partecipazione alla gita, assume personalmente in proprio tutti i rischi, nonché le responsabilità per i danni che può arrecare, direttamente o indirettamente, ad altri. Il rapporto che si instaura, durante le gite, tra il direttore di gita ed i partecipanti si configura, a seconda dei casi, nella fattispecie "dell'accompagnamento volontario gratuito per spirito associativo, per amicizia o per mera cortesia, non qualificato" o "dell'accompagnamento qualificato", in entrambi i casi esso è a titolo gratuito e non professionale.

Data la natura gratuita e volontaristica delle attività sociali i partecipanti esonerano la Sezione di Palestrina e gli accompagnatori sezionali da ogni responsabilità civile per infortuni di qualsiasi natura che avvenissero nel corso delle escursioni.

Le escursioni sono riservate ad escursionisti che abbiano esperienza di montagna adeguata alle caratteristiche e alle difficoltà del percorso proposto, che siano dotati di idoneo equipaggiamento e di buone condizioni di salute. Le iscrizioni alle gite sono accettate e/o confermate in Sezione, dagli accompagnatori sezionali, entro e non oltre le ore 20.00 del venerdì precedente all'escursione.

Per i trasferimenti effettuati sia con auto di proprietà dei soci che con eventuali pullman, la Sezione declina ogni responsabilità per incidenti subiti o provocati che dovessero accadere durante tali tragitti, intendendosi la gita iniziata ed ultimata nel momento in cui comincia e termina il percorso a piedi.

Obblighi dei partecipanti alle escursioni

Le escursioni sezionali, sono disciplinate dal regolamento di sezione pubblicato sul sito web. L'iscrizione all'escursione comporta l'accettazione incondizionata del regolamento e del programma di ogni singola gita. Di seguito sono riportati le principali indicazioni:

- Informarsi sull'escursione alla quale intende partecipare valutandone le difficoltà.
- Avere buone condizioni fisiche ed un allenamento che consenta di affrontare la difficoltà del percorso dell'escursione.
- Avere una idonea dotazione di abbigliamento e attrezzature adatte per gli ambienti montani.
- Attenersi alle disposizioni dei responsabili di escursione e tenere un comportamento responsabile, prudente e collaborativo.
- Rimanere sempre in gruppo; avere sempre a vista il responsabile di escursione e uniformarsi alla sua andatura per non disgregare la comitiva ed impedire possibili errori di percorso;
- Usufruire delle soste di riposo evitando che qualcuno rimanga isolato, con tutte le conseguenze del caso. (smarrimento, infortunio, ritardi nella partenza per il ritorno, ecc.).
- Massima puntualità alla partenza.

Gli accompagnatori si riservano di non accettare alle escursioni, persone ritenute non idonee e/o insufficientemente equipaggiate.

E' facoltà degli accompagnatori di annullare l'escursione o di modificare programmi ed itinerari, anche durante lo svolgimento delle stesse in base alle condizioni meteorologiche o a fatti ed impedimenti che si venissero a creare. Qualora l'escursione fosse annullata o modificata e i soci intendessero recarsi lo stesso lungo il percorso in origine stabilito, lo farebbero di libera iniziativa. La sezione e gli accompagnatori sarebbero esonerati da qualsiasi responsabilità e verrebbe meno la copertura assicurativa.

Classificazione delle difficoltà

Difficoltà Escursionistiche

(T) Sentiero Turistico – Percorso ben evidente e segnalato con stradine, mulattiere o comodi sentieri, che richiede una conoscenza dell'ambiente montano ed una preparazione fisica alla camminata.

(N) Sentiero Naturalistico – Itinerario guidato di particolare interesse naturalistico, storico, geografico, con difficoltà simili a quello turistico.

(E) Sentiero Escursionistico – Percorsi quasi sempre su sentiero segnato o su tracce in terreno vario (pascoli, pietraie, detriti) che richiede un certo senso dell'orientamento, una minima esperienza alla montagna, allenamento alla camminata oltre a calzature ed equipaggiamento adeguati.

(EE) Sentiero per Escursionisti Esperti – Itinerario su terreno impervio ed infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, roccia e detriti, brevi nevai), che richiede esperienza di montagna, passo sicuro, assenza di vertigini, preparazione fisica, equipaggiamento ed attrezzatura adeguati.

(EEA) Via Ferrata o Attrezzata per Escursionisti Esperti con attrezzatura – Percorso su roccia attrezzato artificialmente o su nevai, che richiede una buona preparazione alpinistica, capacità di progressione con tecnica adeguata e, un'idonea attrezzatura individuale.

(A) Sentiero Alpinistico – Itinerario impegnativo su roccia, ripidi nevai, su ghiacciaio, che richiede conoscenza delle tecniche di arrampicata e delle manovre di cordata, l'uso corretto della piccozza e dei ramponi, un buon allenamento ed esperienza di alta montagna.

(EAI) Sentiero Innevato – Itinerario in ambiente innevato che richiede l'uso di racchette da neve, ma comunque su terreno senza grandi pendenze, con percorsi evidenti, e senza tratti esposti.

Difficoltà Alpinistiche (scala francese)

(F) Facile – E' la forma più semplice dell'arrampicata, bisogna già scegliere l'appoggio per i piedi; le mani utilizzano frequentemente gli appigli per mantenere l'equilibrio. Non è adatto a chi soffre di vertigini.

(PD) Poco difficile – Qui inizia l'arrampicata vera e propria, che richiede lo spostamento di un arto per volta e una corretta impostazione dei movimenti. Appigli e appoggi sono ancora numerosi.

(AD) Abbastanza difficile – La struttura rocciosa, già più ripida o addirittura verticale, offre appigli e appoggi più rari e può già richiedere l'uso della forza. Di solito i passaggi non si risolvono ancora in maniera obbligatoria.

(D) Difficile – Appigli e appoggi divengono ancora più rari e/o esigui. Richiede una buona tecnica di arrampicata applicata alle varie strutture rocciose (camini, fessure, spigoli ecc.), come pure un certo grado di allenamento specifico.

(TD) Molto difficile – Appigli e appoggi sono decisamente rari ed esigui. L'arrampicata diviene delicata (placche ecc.) o faticosa (per l'opposizione o incastro in fessure e camini). Richiede normalmente l'esame preventivo del passaggio.

(ED) Estremamente difficile – Appigli e/o appoggi sono esigui e disposti in modo da richiedere una combinazione particolare di movimenti ben studiati. La struttura rocciosa può costringere a un'arrampicata delicatissima, oppure decisamente faticosa dov'è strapiombante. Necessita un allenamento speciale e forza notevole nelle braccia e nelle mani.

(EX) Eccezionalmente difficile – Sono presenti appigli e/o appoggi minimi e molto distanziati. Richiede un allenamento sofisticato con particolare sviluppo della forza delle dita, delle doti di equilibrio e delle tecniche di aderenza.

Calendario Attività

Direttori di Escursione

Abbate Vincenzo.....3391880182	Febbo Carlo Bruno.....3394999132	Navarra Giulio.....3289532879
Avati Marco.....3663088904	Febbo Gaia.....3347759738	Neri Giuseppe.....3331967986
Baldassini Rossella....3200715144	Felisari Francesco.....3283831389	Neri Paolo.....3333461812
Bardaro Sandro.....3392707130	Finocchi Caterina.....3470152945	Nosseri Dario.....3393445426
Borzi Alessandra.....3492111048	Fiorenza Giovanni.....3892528142	Petrone Mauro.....3404720277
Borzi Vincenzo.....3200852343	Galli Luciano.....3384128883	Pugliese Rosaria.....3208432910
Carapellotti Elpidio....3357684366	Gargano Massimo.....3381913582	Recchia David.....3316442181
Cavaioli Antonio.....3315068880	Gasbarri Gianluca.....3475523935	Ripi Ilaria.....3280020865
Cedrolo Marco.....3883437899	Gasbarri Vincenzo.....3395282793	Salerno Giorgio.....3755385779
Cianca Alessandro.....3391926368	Giordano Mario.....3357283632	Serri Valter.....3482216627
Cicetti Alessandro.....3393881082	Giovannetti Bruno.....3663452460	Speranza Valter.....3885716241
Cipolloni Massimo.....3385837102	Giovannetti Gianluca..3386088330	Tiberi Giuditta.....3286320417
Ciprari Agapito.....3203503671	Greci Angelo.....3392380995	Tomassi Andrea.....3347128144
Coltrè Giulio.....3283053665	Lunghini Dario.....3337333278	Tomassi Daniele.....3290671445
Conti Alberto.....3491424571	Mocci David.....3500951228	Tuzi Andrea.....3477196847
Drago Donatella.....3476606448	Moretti Damiano.....3346970684	Vasselli Antonio.....3388877827

5 Gennaio – Comunicazione e promozione

Discesa della Befana dal campanile della Basilica di S. Agapito

A cura di: C.B.Febbo, G. Febbo, Pro Loco di Palestrina

12 Gennaio – Alpinismo Invernale

Peschio della Cornacchia Canale Nord (1983 m) – Peschio delle Ciavole (1959 m) – (Monti Ernici)

“Salite varie sulle pareti Nord”

Ore di salita: 4,30 - Dislivello salita: 500 m - Sviluppo: 400 m - Difficoltà: P.D.+

Direttori di Escursione: V. Abbate, V. Borzi, A. Cicetti, G. Gasbarri, D. Moretti, G. Navarra, D. Recchia, I. Ripi, A. Vasselli

19 Gennaio – Escursionismo su neve

Monte della Scindarella (2233 m) – (Gran Sasso)

Andata e ritorno dall'Albergo di Campo Imperatore per l'Anticima NO (2199 m) fino al Monte San Gregorio di Paganica (2076 m).

Ore complessive: 6,00 - Dislivello: 400 m - Km: 12 - Difficoltà: EAI

Direttori di Escursione: AE A. Ciprari, D. Mocci, P. Neri.

26 Gennaio – Escursione su neve

Monti del Velino

Da Prato Capito al Rifugio del Campitello

Ore: 6.00 - Dislivello: 238 m - Difficoltà: EAI

Direttori di Escursione: D. Nosseri, M. Giordano

2 Febbraio – Escursionismo su neve

Anello di Macchiarvana (Forca d'Acerò)

Ore: 6,00 – Dislivello: 360 m - Sviluppo: 11,5 Km - Difficoltà: EAI

Direttori di escursione: C. B. Febbo, P. Neri, M. Giordano, D. Mocci

9 Febbraio – Alpinismo Invernale

Monte Predicopeglia "Sperone Nord Est" (Mainarde)

"Salite varie sulla parete Nord"

Ore di salita: 3,00 - Dislivello salita: 500 m - Sviluppo: 200 m - Difficoltà: P.D.+

Direttori di Escursione: V. Abbate, V. Borzi, A. Cicetti, G. Gasbarri, D. Moretti, G. Navarra, D. Recchia, I. Ripi, A. Vasselli

16 Febbraio – Escursionismo

Monte Fammera (1184 m) - Monti Aurunci

Da Selvacava di Ausonia (dintorni) Andata e ritorno

Ore complessive: 5,00 - Dislivello: 800 m - Difficoltà: EE

Direttori di Escursione: L. Galli, D. Mocci, A. Tuzi.

23 Febbraio – Escursionismo su neve

Ciaspolenta al Rifugio Sebastiani (2102 m) - Gruppo Velino Sirente

Andata e ritorno dal Rifugio. Alantino di Campo Felice per l'ex miniera di bauxite,

la Val Leona e la Valle del Puzzilla (sentiero 1C). Polenta presso il Rifugio Sebastiani.

Ore complessive: 6.00 - Dislivello: 600 m - Km. 14 - Difficoltà: EAI

Direttori di Escursione: AE A. Ciprari, D. Mocci, A. Cianca, C. Febbo, L. Galli

1 Marzo – Alpinismo Invernale

Monte Terminillo "Versante Ovest" (2217 m) - Monti Reatini

"Salite varie sulla parete Nord Est"

Ore di salita: 3,00 - Dislivello salita: 800 m - Sviluppo: 300 m - Difficoltà: P.D.+

Direttori di Escursione: V. Abbate, V. Borzi, A. Cicetti, G. Gasbarri, D. Moretti, G. Navarra, D. Recchia, I. Ripi, A Vasselli

8 Marzo – Alpinismo Invernale

M Ginepro (2004 m) da Rendarara

Ore in salita: 5.00 - Ore discesa: 3.00 - Dislivello: 1100 m - Difficoltà: PD

Direttori di Escursione: V. Gasbarri, G. Salerno

14 Marzo – Giornata Manutenzione Sentieri

15 Marzo – Escursionismo

Il Cavo degli Zucchi e la Tagliata Fantibassi (Agro Falisco)

Anello da Falerii Novi per la necropoli degli Zucchi, il Rio Maggiore e le tagliate falische

Ore: 5.00 - Dislivello: 220 m - 11 Km - Difficoltà: E, EE.

Direttori di Escursione: D. Lunghini, S. Bardaro

21 Marzo – Giornata Manutenzione Sentieri

22 Marzo – Speleo

Esperienza Speleo

(Il programma dettagliato sarà pubblicato sul sito della sezione)

Direttori di Escursione: C. B. Febbo, G. Febbo

22 Marzo – Trekking urbano

Via Appia Antica - Roma

Da Santa Maria delle Mole alle Terme di Caracalla

Ore: 5,00 - Dislivello: 150 m – Km 16 - Difficoltà: E

Direttori di escursione: S. Bardaro, D. Lunghini

29 Marzo – Escursionismo su neve

Rifugio La Vecchia (1860 m) – Monte Sirente
Da Rovere andata e ritorno per il sentiero 14
Ore salita: 6.00 - Dislivello: 550 m – Km 9 - Difficoltà: EAI
Direttori di Escursione: D. Mocci, M. Avati

4 Aprile – Escursionismo notturno

Monti Ausoni – Monte delle Fate (1091 m)
Ore complessive: 6.00 - Dislivello: 750 m - Lunghezza: 7,8 Km - Difficoltà: E
Direttori di Escursione: C. B. Febbo, B. Giovannetti

5 Aprile – Escursionismo su neve

Monte Cagno - Monte Ocre - Monte Cefalone
Da Rocca di Cambio
Ore complessive: 7.00 - Dislivello: 1150 m - 14 Km - Difficoltà: EAI
Direttori di Escursione: D. Nosseri, D. Moretti

10 Aprile – Escursionismo Notturmo

Sentiero dei Pellegrini
Dal Passo della Fortuna alla Mentorella
Ore complessive: 7.00 - Dislivello: 865 m - Difficoltà: E
Direttori di Escursione: C. B. Febbo, B. Giovannetti

18 Aprile – Giornata Manutenzione Sentieri

19 Aprile - Escursionismo

Parco Nazionale del Circeo
Escursione ad anello - Partenza da Torre Paola, Picco Circe (541 m), Monte Circello, Faro di Capo Circeo, Grotte, S. Felice alto, Torre Paola dal sentiero interno
Ore complessive: 7.00 - Dislivello: 1100 m - 18 Km - Difficoltà: EE
Direttori di Escursione: M. Giordano, P. Neri, D. Nosseri

26 Aprile – Escursionismo

Luni sul Mignone e la ferrovia abbandonata (Monti della Tolfa)
Anello da Fontana del Sambuco per la ferrovia abbandonata e Luni sul Mignone.
Ore: 5.00 - Dislivello: 230 m -12 Km - Difficoltà: E
Direttori di Escursione: S. Bardaro, D. Lunghini

3 Maggio – Alpinismo Estivo

Serra di Celano "Versante Ovest" (1923 m) - (Monti del Velino)
"Cresta Ovest" e "Cresta dei Fiori"
Ore di salita: 4.00 - Dislivello salita: 800 m - Sviluppo: 450 m - Difficoltà: P.D.+ / A.D.-
Direttori: V. Abbate, A. Cicetti, G. Gasbarri, D. Moretti, G. Navarra, D. Recchia, I. Ripi, A. Vasselli

9 Maggio – Giornata Manutenzione Sentieri

10 Maggio – Escursionismo

Monte di Mezzo di Campotosto (2155 m) – Monti della Laga
Dal Colle dell'Arsiccio per il Coppo, Colle del Vento (2010 m) e cresta S (Sentieri 300 e 301)
Discesa per la Montagnola (2014 m)
Ore complessive: 7.00 - Dislivello: 900 m – 14 Km - Difficoltà: E
Direttori di escursione: D. Mocci, AE A. Ciprari, A. Cianca

17 Maggio – Escursionismo

Lago Vivo e Grotta dello Schievo
Gruppo Monti della Meta Da Barrea per sentiero K3, discesa per sentiero K4
Ore complessive: 8 - Dislivello: 600 m - Difficoltà: EE
Direttori di Escursione: B. Giovannetti, M. Giordano, P. Neri, R. Baldassini

24 Maggio – Escursionismo

Capranica Prenestina (915 m)

Da Palestrina

Ore di salita: 5.00 - Ore di discesa: 3.00 - Dislivello: 500 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: V. Gasbarri, A. Greci, R. Pugliese

31 Maggio – Escursionismo

Monte Gorzano (2458 m) – Monti della Laga

Da Cesacastina per il Fosso dell'Acerò, le Cento Fonti e la Sella di Gorzano

Discesa per l'itinerario inverso

Ore complessive: 7.00 (escluse le soste) - Dislivello: 1200 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: G. Coltrè, P. Neri

31 Maggio – Alpinismo Estivo

Monti Caprini (1030 m) - Monti Prenestini

"Salite varie sugli Speroni"

Ore di salita: 2,30 - Sviluppo: 450 m - Difficoltà: A.D./ D.

Direttori: V. Abbate, A. Cicetti, G. Gasbarri, D. Moretti, G. Navarra, D. Recchia, I. Ripi, A. Vasselli

7 Giugno – Escursionismo

Giornata del CAI

(Il programma dettagliato sarà pubblicato sul sito della Sezione)

13 Giugno – Arrampicata

Incontro in Falesia per la sicurezza in arrampicata

Falesia Rocca Canterano

A cura di G. Giovannetti, C. B. Febbo, A. Cicetti

14 Giugno – Escursionismo

Guadagnolo (1218 m) - Monti Prenestini

Da Capranica Prenestina

Ore salita: 4.00 - Ore discesa: 3.00 - Dislivello: 400 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: V. Gasbarri, A. Greci, R. Pugliese

14 Giugno – Escursionismo

Monte Vettore (2476 m) – Monte Torrone (2117 m) – Sasso de Andrè (2100 m)

Da Forca di Presta (1536 m)

Ore: 9.00 - Dislivello: 1000 m - Difficoltà: EE

Direttori di Escursione: M. Avati, A. Tuzi

20 Giugno – Alpinismo Estivo

Placca dello Jaccetto di Capo di Pezza (Monti del Velino)

"Salite varie"

Ore di salita: 3.00 - Dislivello: 200 m - Difficoltà: A.D./ D.

Direttori di Escursione: V. Abbate, A. Cicetti, G. Gasbarri, D. Moretti, G. Navarra, D. Recchia, I. Ripi, A. Vasselli

21 Giugno – Escursionismo

Pizzo Deta (2.041 m) - Monti Ernici

Giro ad anello: Da Prato di Campoli per Forca Palomba,

Monte delle Scalelle, Monte Fragara m, Monte Passeggio,

Monte Pratillo, Pizzo Deta e ritorno a Prato di Campoli.

Ore complessive: 8,00 - Dislivello: 1030 m - Difficoltà: EE

Direttori di Escursione: L. Galli, V. Speranza, A. Tomassi, D. Tomassi

28 Giugno – Escursionismo

Sentiero Ventricini – Gran Sasso d'Italia

Da Prati di Tivo percorso ad anello

Ore: 6.00 - Dislivello: 530 m - Difficoltà: EEA

Direttori di Escursione: C. B. Febbo, B. Giovannetti

5 Luglio – Escursionismo

Monte Macera della Morte (2073 m) - Monti della Laga
Salita da San Giovanni per la foresta di San Gerbone
Discesa per la cresta est di Cima Fonte Guidone
Ore: 7.00 (escluse le soste) - Dislivello: 960 m - Difficoltà: E
Direttori di Escursione: G. Coltrè, F. Felisari

11-12 Luglio – Escursionismo

Monti Sibillini
1° Giorno - Pizzo Berro (2259 m) - Monte Priora (2332 m)
Dalla Forcella del Fargno (1820 m) per la cresta N del Pizzo di Berro. Cresta Ovest del Monte Priora. Deviazione per il Pizzo Tre Vescovi (2092 m).
Ore salita: 3.00 - Ore discesa: 3.00 - Dislivello: 600 m - Km. 14 - Difficoltà: EE
2° Giorno - Monte Acuto (2035 m) - Monte Rotondo (2102 m)
Dalla Forcella del Fargno (1820 m) per la cresta S del Monte Acuto.
Dalla Forcella del Fargno per la cresta SE del Monte Rotondo.
Ore salita: 2.00 - Ore discesa: 2.00 - Dislivello: 500 m - Km. 7 - Difficoltà: EE
Direttori di Escursione: AE A. Ciprari, M. Avati, D. Mocchi, A. Tuzi.

12 Luglio – Escursionismo

Corno Grande - Bivacco Bafile (2669 m) - Gruppo del Gran Sasso
Da Campo Imperatore per il sentiero attrezzato
Ritorno per lo stesso itinerario
Ore: 5.00 - Dislivello: 500 m - Difficoltà: EEA
Direttori di Escursione: G. Neri, E. Carapellotti, C.B. Febbo, B. Giovannetti

19 Luglio – Escursionismo

La Cimetta (2266 m) e Monte Prena (2561 m)
Giro ad anello, partenza dalla Frazione di Pretara (850 m) Isola del Gran Sasso (TE)
Salita per Bosco di Pagliara, Fonte del Peschio (1378 m) Cresta nord della Cimetta (cresta dello zodiaco), La Cimetta (2266 m), Piano d'Abruna (2350 m), Monte Prena (2561 m)
Discesa per Vallone di Fossaceca, Colle di Malanotte (1415 m), Fonte del Peschio (1378 m), Bosco di Pagliara.
Ore: 8.00 - Dislivello: 1800 m - Km 20 ca - Difficoltà: EE
Direttori di Escursione: M. Petrone, L. Galli, M. Giordano, P. Neri

26 Luglio – Alpinismo Estivo

Monte Corvo (2623 m)
Dalla Masseria Cappelli per la Val Chiarino
Ore salita: 5.00 - Ore discesa: 3.00 - Dislivello: 1130 m - Difficoltà: PD
Direttori di Escursione: V. Gasbarri, G. Salerno, A. Cicetti, G. Gasbarri, A. Greci

2 Agosto – Escursionismo

Gran Sasso - Il Centenario
Da Vado di Corno – Fonte Vetica
Ore: 9.00 - Dislivello: 1700 m - 18 km – Difficoltà: EEA
Direttori di Escursione: C.B. Febbo, B. Giovannetti

9 Agosto – Escursionismo

Notte delle stelle
Direttore di Escursione: C. B. Febbo, G. Febbo

23 Agosto – Escursionismo

Vetta orientale del Gran Sasso
Da Prati di Tivo - Rifugio Franchetti - Ferrata Ricci
Discesa per il ghiacciaio del Calderone
Ore: 6.00 - Dislivello: 900 m - Difficoltà: EEA
Direttori di Escursione: C.B. Febbo, B. Giovannetti

30 Agosto – Escursionismo

Campo Imperatore (Gran Sasso)

Centenario dei Poveri

Campo Imperatore - Traversata Passo delle Capanelle

Ore: 9.00 - Dislivello in salita: 1210 m - Dislivello in discesa: 1950 m - Km 20 - Difficoltà: EE

Direttori di Escursione: P. Neri, A. Ciprari, V. Gasbarri, D. Mocci, D. Moretti

5 Settembre – Escursionismo

Corno Piccolo (2655 m) e Corno Grande vetta occidentale (2912 m)

Da Campo Imperatore per la sella del Brecciaio, Ferrate Brizio e Danesi e salita al Corno Grande

Ore 9:00 - Dislivello 1200 m - Difficoltà: EEA

Massimo 8 partecipanti

Direttori di Escursione: M. Avati, G. Fiorenza

6 Settembre – Escursionismo

La Piramide Etrusca e le Cascate Pasolini (Monti Cimini)

Anello da Bomarzo per Le Rocchette, S. Cecilia, le Cascate Pasolini e la Piramide Etrusca.

Ore: 5.00 - Dislivello: 280 m - 10 Km - Difficoltà: E.

Direttori di Escursione: D. Lunghini, S. Bardaro

12-13 Settembre – Escursionismo

1° Giorno - Monte Ferruccia (2005 m) – Monte Mare (2020 m) - Gruppo Mainarde PNALM

Dal parcheggio di Colle Rotondo (1020 m) per la Val Viata, il Passo della Montagnola e la cresta S (sentieri M10 e M7). Discesa per la stessa via con deviazione per il Monte Marrone (1805 m)

Ore: 8 - Dislivello: 1100 m circa - Km. 18 - Difficoltà: EE

2° Giorno - Monte Miletto (2050 m) – Massiccio del Matese

Da Campitello Matese (1430 m) per la cresta E

Ore: 5.00 - Dislivello: 620 m circa - Km. 5 - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: AE A. Ciprari, A. Cianca, D. Mocci

13 Settembre – Alpinismo Estivo

Corno Piccolo (2655 M)

Da Prati di Tivo (1450 m) per il rifugio Franchetti (2433 m) passando per la Sella dei Due Corni, Ferrata Danesi

Ore: 7.00 - Dislivello: 600 m - Difficoltà: EEA

Direttori di Escursione: AE A. Cicetti, V. Gasbarri, G. Gasbarri, V. Borzi, D. Recchia, G. Salerno, A. Greci

20 Settembre – Escursionismo

Vetta Orientale del Costone (2271 m) - Gruppo del Velino

Salita da Campo Felice per la miniera di bauxite, Valle Leona, Valle di Puzzillo, Passo del Puzzillo e vetta occidentale del Costone (2239 m).

Discesa per il rifugio Sebastiani, Valle Puzzillo e valle Leona

Ore: 6.00 (soste escluse) - Dislivello: 685 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: G. Coltrè, G. Tiberi, F. Felisari

27 Settembre – Escursionismo

Monte Rozza

Da Cortore per la Val di Teve

Ore: 7.00 - Dislivello: 1000 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: V. Abbate, E. Carapellotti, V. Speranza

4 Ottobre – Escursionismo

Sentiero Italia - Filetino/Vallepietra

Ore complessive: 7.00 - Dislivello: 820 m - Km15 - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: P. Neri, D. Mocci, A. Ciprari, A. Tuzi, I. Ripi, D. Nosseri

11 Ottobre – Escursionismo

Monte Predicopeglia (1946 m), Monte Forcellone (2030 m), Monte Cavallo 2.039 m – Mainarde

Percorso in parte ad anello da Prato di Mezzo (1400 m)

Ore: 7,00 - Dislivello: 1000 m - Km. 16,00 - Difficoltà: EE

Direttori di Escursione: L. Galli, V. Speranza, M. Petrone, A. Tomassi, D. Tomassi

18 Ottobre – Escursionismo

Rocca Genovese dai Prati D'Angro

Ore in salita: 4.00 - Ore in discesa: 2.00 - Dislivello: 900 m - Difficoltà: EE

Direttori di Escursione: V. Gasbarri, G. Gasbarri

25 Ottobre – Escursionismo

Monte Tranquillo (1841 m) - Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise

Salita da Pescasseroli per il Rifugio della Difesa e il Santuario di Monte Tranquillo

Discesa per l'itinerario inverso

Ore: 5.00 (escluse le soste) - Dislivello 700 m – Difficoltà: E

Direttori di Escursione: G. Coltrè, G. Tiberi

31 Ottobre – Escursionismo Notturmo

Monte Gennaro (1271 m) - Monti Lucretili

Da Palombara Sabina in notturna

Ore complessive: 3.30 - Dislivello: 840 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: C.B. Febbo, M. Avati

31 Ottobre – Escursionismo

Capranica Prenestina

Giornata Ecologica – Alba Verde

Direttori di Escursione: A. Ciprari, A. Tuzi

1 Novembre – Escursionismo

Monte Sirente

Dallo chalet di Secinaro

Ore complessive: 8.00 - Dislivello: 1200 m - Difficoltà: EE

Direttori di Escursione: D. Nosseri, P. Neri

8 Novembre – Escursionismo

Monti Lepini - Sprone Maraoni da Gorga

Ore: 6.00 - Dislivello : 800 m - Difficoltà: EE

Direttori di Escursione: A. Cavaioli, G. Tiberi

15 Novembre – Escursionismo

Monti del Cicolano - Monte Calvo da Sella di Corno

Andata: Da Fiamignano - Piagge per l'Ormeta, le pendici N.E. di Colle dei Frati e la cresta N.O.

Ritorno: Per lo stesso itinerario

Ore in salita: 2.40 - Ore in discesa: 2.00 - Dislivello: 1000 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: M. Giordano, P. Neri

22 Novembre – Escursionismo

Monte Lupone (1378 m) da Rocca Massima

Ore in salita: 4.00 - Ore in discesa: 2.00 - Dislivello: 600 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: V. Gasbarri, A. Greci, R. Pugliese

29 Novembre – Escursionismo

Monte Rotonaria (1750 m) - Monte La Monna (1952 m) - Monti Ernici

Dalla Certosa di Trisulti (875 m) - Monte Rotonaria,

Discesa alla Sella Fauto (1665 m) e salita a La Monna (1952 m)

Ore: 4.00 - Dislivello in salita: 1300 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: G. Tiberi, P. Neri

5/6/7 Dicembre – Escursionismo

Intersezionale con il CAI di Castrovillari

(Il programma dettagliato sarà pubblicato sul sito della Sezione)

8 Dicembre – Alpinismo Invernale

Monte Viglio (2156 m) - Monti Cantari dal valico della Serra.

Ore salita: 4.00 Ore discesa: 3.00 - Dislivello: 610 m - Difficoltà: PD

Direttori di Escursione: A. Cicetti, V. Gasbarri, V. Borzi, D. Recchia, C. B. Febbo, G. Salerno, A. Greci

19 Dicembre – Cena Sociale



Alpinismo Giovanile

Accompagnatori

AAG Massimo CipolloniTel.3385837102

AAG Donatella DragoTel.3476606448

ASAG Alessandra BorziTel.3492111048

ASAG Andrea TuziTel.3477196847

26 Gennaio – Ciaspolata

Monte Contento (2015 m) da Campo Staffi

Età minima per la partecipazione 8 anni

Direttori di Escursione: M. Cipolloni, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi

16 Febbraio - Escursionismo

Monte Circeo (541 m) da San Felice

Età minima per la partecipazione 8 anni

Direttori di Escursione: M. Cipolloni, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi

22 Marzo – Escursionismo

Monte Redentore (1252 m) da Maranola

Direttori di Escursione: M. Cipolloni, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi

19 Aprile – Escursionismo

Sentiero Wojtyla da Pisoniano alla Mentorella

Partecipazione aperta anche ai genitori

Direttori di Escursione: M. Cipolloni, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi

24 Maggio – Esperienza speleo

Grotta delle Marmore (TR) con il Gruppo Grotte Pipistrelli CAI Terni

Direttori di Escursione: M. Cipolloni, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi

14 Giugno – Escursionismo

Raduno Regionale di Alpinismo Giovanile

Riserva Naturale Monte Navegna e Monte Cervia

Partecipazione aperta anche ai genitori

Direttori di Escursione: M. Cipolloni, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi

27 – 29 Giugno – Minicampo Estivo

Minicampo Parco Nazionale Abruzzo (AQ)

Età minima 8 anni

Direttori di Escursione: M. Cipolloni, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi

26 – 27 Settembre – Esperienza in rifugio

Gran Sasso d'Italia (Rif. Duca degli Abruzzi 2388 m)

Monte Aquila (2494 m)

Età minima per la partecipazione 8 anni

Direttori di Escursione: M. Cipolloni, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi

18 Ottobre – Arrampicata in Falesia

Intera giornata - Difficoltà: F

Età minima per la partecipazione 8 anni

Direttori di Escursione: M. Cipolloni, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi

15 Novembre – Ciclo Escursionismo

Ciclabile sul Tevere (Roma)

Intera giornata - Difficoltà: F

Partecipazione aperta anche ai genitori

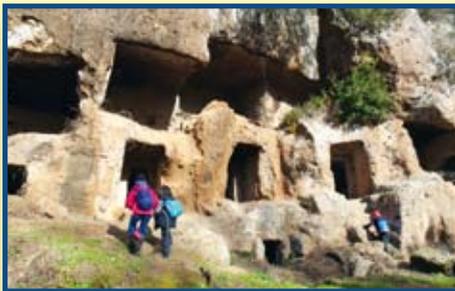
Direttori di Escursione: M. Cipolloni, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi

13 Dicembre – Escursionismo

Maschio d'Ariano da Velletri (RM)

Età minima 8 anni

Direttori di Escursione: M. Cipolloni, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi





Lazio Handicap

19 Aprile - Escursionismo LH

Sentiero LH8 + LHT4 – Valle dei Santi (Monti Ernici)

Percorso: da Colleparado per il sentiero “Valle dei Santi” lungo “le vie della transumanza”.

Ore complessive: 4,00 - Dislivello:120 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: M. Cedrolo - A. Conti - C. B. Febbo - C. Finocchi - M. Gargano - R. Baldassini - V. Serri

11 Ottobre – Escursionismo LH

Sentiero LH20 – Monte Calo (Monti Prenestini)

Percorso: dai prati di Capranica a Monte Calo (1148 m)

Ore complessive: 3,00 - Dislivello:130 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: M. Cedrolo - A. Conti - C. B. Febbo - C. Finocchi - M. Gargano - R. Baldassini - V. Serri



ITOP[®]

Officine Ortopediche



**BANCA
CENTRO
LAZIO**
CREDITO COOPERATIVO



OUTDOORS SRL

Abbigliamento ed attrezzature per attività outdoor
Roma - Via di Tor Vergata, 259 - T. 067233494
www.outdoorsrl.it