www.cailaquila.it

CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DELL'AQUILA
dal 1874
Associazione riconosciuta con
personalità giuridica di diritto privato
Decreto Regionale n.108 del
13.10.2011

Escursioni Attività 2016

CRESCIAMO INSIEME

Vieni con noi!

CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DELL'AQUILA

dal 1874

Cari Soci,
grazie per la vostra collaborazione e partecipazione che ci fa sentire parte del Sodalizio cui apparteniamo.
Il 2016 è un anno ricco di ricorrenze: il Rifugio Garibaldi compie 130 anni (1886), ricorrono i 90 anni dal battesimo di Monte Aquila (1926) e 50 anni dalla costruzione del Bivacco intitolato alla "M.O. Andrea Bafile"(1966).

Queste date non rappresentano solo un ricordo del passato, ma la stratificazione della nostra storia, del nostro essere Club Alpino nella Sezione dell'Aquila.

Il nostro andare in montagna non è soltanto fatica o "performance", ma rappresenta la coscienza di essere parte di una storia che costruiamo anno dopo anno oramai da oltre 140 anni.

Queste date così "austere" e ricche di significato non debbono farci cullare nei ricordi, ma devono darci rinnovate energie per affrontare il "nuovo" che si fa avanti.

Il programma 2016 sembra interessante, sicuramente avrebbe potuto esserlo ancora di più, ma le vostre proposte e i vostri consigli arricchiranno quello del 2017.

Allora viviamo con passione quanto ci viene proposto dando il "Benvenuto" ai nuovi soci e augurando "Buon Cammino" a tutti noi.
Con amicizia

Piergiorgio Barducci
presidente

CONSIGLIO DIRETTIVO

PRESIDENTE	Piergiorgio Barducci
SEGRETARIO	Giancarlo Speranza
CONSIGLIERI	Roberta Turilli Tullio Buzzelli Carlo Console Filippo Genovese
TESORIERE	Gianfranco Tinari
DELEGATO	Gianfranco Cococcia
PRESIDENTE REVISORE DEI CONTI	Michele Morisi
COMPONENTE	Francesco Centofanti
COMPONENTE	Giulia Marotta

COMMISSIONI E GRUPPI

ESCURSIONISMO E SENTIERISTICA
SENIORES
CICLOESCURSIONISMO
ALPINISMO, SCIALPINISMO, SCIESCURSIONISMO, ARRAMPICATA LIBERA
ALPINISMO GIOVANILE "Piergiorgio De Paulis"
SCIFONDO ESCURSIONISMO - G.A.S.F.E.T. "Antonio Palumbo"
SPELEOLOGIA GROTTE E FORRE "Francesco De Marchi"
TUTELA AMBIENTE MONTANO - T.A.M.
RIFUGI E OPERE ALPINE
CINEMATOGRAFIA
CARTOGRAFIA
TERRE ALTE

SCUOLE

Scuola di Alpinismo e Scialpinismo "Nestore Nanni"

Scuola di Escursionismo "Stanislao Pietrostefani"

PER INFORMAZIONI

Sede provvisoria: P.le Centro Commerciale "La Meridiana"
Tel. 0862.028225 • segreteria@cailaquila.it • www.cailaquila.it

IL SENTIERO

Allo scopo di definire le diverse tipologie di sentiero in rapporto all'impegno necessario e al grado di difficoltà, è stata individuata la seguente classificazione:

• **SENTIERO TURISTICO** – Itinerario in ambito locale su stradine pedonali, carrarecce, mulattiere o evidenti sentieri. Si sviluppa nelle immediate vicinanze di paesi, località turistiche, vie di comunicazione e riveste particolare interesse per passeggiate facili di tipo culturale o turistico ricreativo.
Nella scala di difficoltà CAI è classificato: **T – Itinerario escursionistico - turistico**

• **SENTIERO TEMATICO** – È un Itinerario a tema prevalente (naturalistico, glaciologico, geologico, storico, religioso) di chiaro scopo didattico formativo. Usualmente attrezzato con apposita tabellatura e punti predisposti per l'osservazione, è comunemente adatto anche all'escursionista inesperto e si sviluppa in aree limitate e ben servite (entro Parchi o riserve).
Nella scala di difficoltà CAI è classificato: **T oppure E – Itinerario generalmente breve e privo di difficoltà tecniche**

• **SENTIERO STORICO** – Itinerario escursionistico che ripercorre "antiche vie" con finalità di stimolo alla conoscenza e valorizzazione storica dei luoghi visitati.
Nella scala di difficoltà CAI è classificato: **T oppure E – L'itinerario, generalmente, non presenta difficoltà tecniche**

• **SENTIERO ESCURSIONISTICO** – Sentiero privo di difficoltà tecniche che corrisponde in gran parte a mulattiere realizzate per scopi agro, silvo-pastorali, militari o a sentieri di accesso a rifugi o di collegamento fra valli.
È il tipo di sentiero maggiormente presente sul territorio e più frequentato e rappresenta il 75% degli itinerari dell'intera rete sentieristica organizzata.
Nella scala delle difficoltà CAI è classificato: **E - Itinerario escursionistico privo di difficoltà tecniche**

• **SENTIERO ALPINISTICO** – Sentiero che si sviluppa in zone impervie e con passaggi che richiedono all'escursionista una buona conoscenza della montagna e un equipaggiamento adeguato. Corrisponde generalmente a un sentiero di traversata nella montagna medio alta e può presentare dei tratti attrezzati – sentiero attrezzato – con infissi funi corrimano e brevi scale che però non snaturano la continuità del percorso.
Nella scala delle difficoltà CAI è classificato: **EE - Itinerario per escursionisti esperti**

• **VIA FERRATA O ATTREZZATA** – Itinerario che conduce l'alpinista su pareti rocciose o su aeree creste e cenge, preventivamente attrezzate con funi e/o scale senza le quali il procedere costituirebbe una vera e propria arrampicata. Richiede adeguata preparazione ed attrezzatura quali casco, imbrago e dissipatore.
Nella scala di difficoltà CAI è classificato: **EEA – Itinerario per escursionisti esperti con attrezzatura**

• **ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO** – Itinerari in ambiente innevato che richiedono l'utilizzo di racchette da neve, con percorsi evidenti e riconoscibili, con facili vie di accesso, di fondo valle o in zone boschive non impervie o su crinali aperti e poco esposti, con dislivelli e difficoltà generalmente contenuti che garantiscono sicurezza di percorribilità.
Nella scala di difficoltà CAI è classificato: **EAI – escursionismo in ambiente innevato**

DISPOSIZIONI ESCURSIONI E GITE

Art. 1 – PARTECIPANTI

La partecipazione alle escursioni organizzate dalla sezione, previa iscrizione obbligatoria, è aperta ai soci del Club Alpino Italiano e, a scopo promozionale anche ai non soci. **È comunque consigliabile l'iscrizione al CAI.**
I minori di anni 18 devono essere accompagnati da una persona maggiorenne (genitore o da chi ne fa le veci), regolarmente iscritta all'escursione.
L'Accompagnatore, il Coordinatore dell'escursione o il Direttore di gita possono stabilire, sulla base di proprie valutazioni tecniche e/o organizzative, di limitare il numero dei partecipanti.

Art. 2 – OBBLIGHI DEI PARTECIPANTI

La partecipazione all'escursione comporta la conoscenza integrale e l'accettazione incondizionata delle presenti disposizioni.
Ciascun partecipante, prima di aderire all'escursione, deve informarsi sulle difficoltà tecniche e valutare l'opportunità di parteciparvi, in base alla propria condizione fisica.
Ogni partecipante deve essere in possesso di attrezzatura tecnica adeguata alla difficoltà dell'escursione.
Durante l'escursione, i partecipanti devono:

- Attenersi in modo scrupoloso alle disposizioni degli accompagnatori e/o dei Coordinatori o Direttori di gita;
- Rimanere in gruppo, evitando di sopravanzare l'Accompagnatore, il Coordinatore o il Direttore di gita, al fine di evitare lo sfaldamento del gruppo nonché possibili errori di direzione;
- Osservare un comportamento disciplinato nei confronti degli organizzatori e degli altri partecipanti, nel rispetto dei principi dell'etica alpinistica;
- Usare la massima prudenza, specialmente su percorsi esposti e pericolosi, evitando di compiere azioni che possano mettere a rischio l'incolumità propria ed altrui;
- Collaborare per la buona riuscita dell'escursione;
- Non allontanarsi dal gruppo senza prima aver ottenuto il consenso dell'Accompagnatore, del Coordinatore e del Direttore di gita.
- Non effettuare alcuna deviazione dai percorsi stabiliti dall'Accompagnatore, dal Coordinatore e dal Direttore di gita.

Art. 3 – ISCRIZIONI E QUOTA DI PARTECIPAZIONE

L'iscrizione all'escursione è obbligatoria.
All'atto dell'iscrizione i non soci devono versare una quota obbligatoria (comprensiva di assicurazione) che verrà loro comunicata.
L'iscrizione deve essere effettuata in segreteria entro i termini previsti nel programma dettagliato dell'escursione.
Non sono ammesse iscrizioni fuori termine.
Non sono ammesse iscrizioni telefoniche.

Coloro che, regolarmente iscritti, non si presentano al luogo dell'appuntamento, non hanno diritto ad alcun rimborso delle quote versate.
I ritardatari che perdono la partenza, non hanno diritto ad alcun rimborso delle quote versate.

Art.4 – ORARI E PARTENZE

Il ritrovo per la partenza avviene, con qualunque tempo, nel luogo e nell'orario indicati nel programma dettagliato dell'escursione, salvo diversa comunicazione agli iscritti, i quali possono mettersi in contatto con il Coordinatore, l'Accompagnatore, il Direttore di gita o la Segreteria della Sezione. Prima della partenza, l'Accompagnatore, il Coordinatore e il Direttore di gita registrano i presenti verificandone l'iscrizione all'escursione. L'escursione inizia nel momento in cui, giunti sul luogo della partenza a piedi, ci s'incammina verso la meta programmata. L'escursione termina quando si giunge al punto di arrivo a piedi. È facoltà dell'Accompagnatore, del Coordinatore e del Direttore di gita, apportare variazioni al programma dell'escursione o annullare la stessa, qualora necessità contingenti o condizioni atmosferiche lo impongano.

Art. 5 – CAUSE DI ESCLUSIONE DALL'ESCURSIONE

L'accompagnatore, il Coordinatore e il direttore di gita hanno facoltà di escludere dall'escursione coloro che:

- siano sprovvisti dell'equipaggiamento minimo necessario, indicato nel programma dettagliato dell'escursione;
- palesino una stato di salute precario;
- non si attengano alle disposizioni dell'Accompagnatore e/o del Coordinatore;
- mettano a repentaglio la sicurezza propria e di altri compiendo gesti avventati e irresponsabili;
- decidano di abbandonare il gruppo volontariamente, alla presenza di testimoni, per seguire un percorso diverso da quello stabilito dall'Accompagnatore, dal Coordinatore e dal Direttore di gita;
- l'esclusione dall'escursione comporta la perdita della copertura assicurativa e solleva l'Accompagnatore, il Coordinatore ed il Direttore di gita da qualsiasi responsabilità nei confronti dell'escluso.

TESSERAMENTO

SOCIO ORDINARIO		euro 50,00
SOCIO FAMILIARE		euro 20,00
SOCIO GIOVANE (nati dall'anno 1999 e seguenti)		euro 10,00
SOCIO ORDINARIO VITALIZIO		euro 20,00
SOCIO JUNIORES	(età compresa tra 18 e 25 anni)	euro 20,00
SOCI UNIVERSITARI e COMPONENTI CORO CAIAQ		euro 30,00

AL SOCIO DI ETÀ COMPRESA FRA I 18 E I 25 ANNI viene applicata automaticamente la quota dei soci familiari. Tale socio godrà di tutti i diritti del socio ordinario.

PER TUTTI I NUOVI SOCI aggiungere il costo tessera di euro 5,00.

Dona il tuo 5 per mille

alla Sezione di L'Aquila
del CLUB ALPINO ITALIANO

Quest'anno, nella dichiarazione dei redditi, oltre all'8 per mille è possibile destinare un ulteriore 5 per mille alla Sezione di L'Aquila del CLUB ALPINO ITALIANO (CAI), il tuo contributo sarà dedicato al **recupero funzionale della sede storica di Via Sassa n.34**

CODICE FISCALE DEL BENEFICIARIO

Cod. Fisc. 00145680666

L'indicazione può essere fatta da chiunque!

IV° Corso di Escursionismo in Ambiente Innevato [EAI1] -con Racchette da Neve-

LEZIONI TEORICHE

Mercoledì 20 Gennaio 2016
Presentazione del Corso. Organizzazione e Struttura del CAI

Venerdì 22 Gennaio 2016
Equipaggiamento e Materiali. Movimento EAI

Mercoledì 27 Gennaio 2016
Cartografia e Orientamento EAI

Venerdì 29 Gennaio 2016
Organizzazione di un'Escursione in Ambiente Innevato. Meteorologia EAI

Mercoledì 03 Febbraio 2016
Alimentazione e Preparazione Fisica. Ambiente Montano Innevato.
Flora e Fauna

Venerdì 05 Febbraio 2016
Elementi di Nivologia. Neve e Valanghe

Mercoledì 10 Febbraio 2016
Elementi di Primo Soccorso. Soccorso Alpino

Venerdì 12 Febbraio 2016
Autosoccorso in Valanga con ARTVA, Pala e Sonda

USCITE IN AMBIENTE

Domenica 24 Gennaio 2016
Equipaggiamento e Materiali. Progressione su Neve

Domenica 31 Gennaio 2016
Esercitazione di Cartografia e Orientamento EAI

Domenica 07 Febbraio 2016
Nivologia e Gestione del Rischio

Domenica 14 Febbraio 2016
Organizzazione di un'Escursione in Ambiente Innevato

Domenica 21 Febbraio 2016
Tecniche di Autosoccorso.
Ricerca di Travolti da Valanga con ARTVA, Pala e Sonda

Per Iscrizioni e Informazioni Rivolgersi a:
scuolaescursionismocai.aq@gmail.com
Latino Bafile 3476237644 - Direttore del Corso
Felice Flati 3395998622; Leucio Rossi 3395233799 - Vicedirettori

CORSI di SCI di FONDO

Principianti e Avanzati

sulle nevi di Campo Felice

Tornimparte

Centro Sci di Fondo Centomonti - L'Aquila

GRUPPO AQUILANO SCI FONDO ESCURSIONISMO TELEMARK
ANTONIO PALUMBO
CAI L'AQUILA

G.A.S.F.E.T.

Il GRUPPO G.A.S.F.E.T. CAI - L'Aquila "Antonio Palumbo", PROPONE

CORSI di SCI DI FONDO, propedeutici allo Sci Escursionismo

nei mesi di **Gennaio - Febbraio - Marzo 2016**

organizzati direttamente dalle scuole locali abilitate

PER INFORMAZIONI

Giuliano Contarato (ISFE* sezionale)..... 333.1252167
Marilisa Facchetti..... 329.4284581
Marco Di Giorgio..... 340.6108270

*Istruttore sci di fondo escursionismo

Gennaio 2016

Scuola sezionale di escursionismo "S. Pietrostefani"
IV° CORSO EAI
ESCURSIONISMO CON LE "CIASPOLE"
Riservato ai soci CAI
Programma dettagliato in sezione e pag. 9

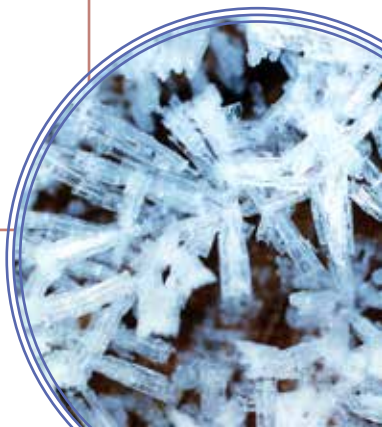
Gruppo GASFET "Antonio Palumbo"
CORSI DI SCI DI FONDO ORGANIZZATI DALLE SCUOLE SCI
Riservati ai soci CAI
Programma dettagliato in sezione

DOMENICA 3 GENNAIO

ESCURSIONISMO & NEVE **Diff. EAI**
Parco Nazionale Abruzzo Lazio Molise Monte Turchio
(escursione con le "ciaspole")
Coord. ANE Bafile Latino, ANE Flati Felice,
ASE Di Vito Fabio

MERCOLEDÌ 6 GENNAIO

MONTI REATINI **Diff. EAI**
Rifugio Antrodoco (Monte Nuria)
(escursione con le "ciaspole")
Organizzato dalla Sezione CAI di Antrodoco (RI)
Coord. ANE Flati Felice, ANE Bafile Latino



Febbraio 2016

Gruppo GASFET "Antonio Palumbo"
CORSI DI SCI DI FONDO ORGANIZZATI DALLE SCUOLE SCI
Riservati ai soci CAI
Programma dettagliato in sezione

DOMENICA 14 FEBBRAIO

ESCURSIONISMO & NEVE **Diff. EAI**
Racchette in "GRAN SASSO"
(escursione con le "ciaspole")
Programma dettagliato in sezione

DOMENICA 28 FEBBRAIO

SPELEOLOGIA
Uscita sezionale
Programma dettagliato in sezione

TESSERAMENTO 2016

Marzo 2016

SABATO 26 MARZO
ASSEMBLEA DEI SOCI

Gruppo GASFET "Antonio Palumbo"
CORSI DI SCI DI FONDO ORGANIZZATI DALLE SCUOLE SCI
Riservati ai soci CAI
Programma dettagliato in sezione e pag. 9

VENERDI 18 FEBBRAIO

SABATO 19 FEBBRAIO

DOMENICA 20 FEBBRAIO

GRUPPO SENIORES 2007
Incontri di Primavera
Coord. Speranza Giancarlo, Costantini Gabriella
Programma dettagliato in sezione

Ricorda di rinnovare la tua iscrizione al CAI L'Aquila entro il 31Marzo.

RINNOVA E DIFFONDI LA NOSTRA PASSIONE

Aprile 2016

Gruppo GASFET "Antonio Palumbo"
CORSI DI SCI DI FONDO ORGANIZZATI DALLE SCUOLE SCI
Riservati ai soci CAI
Programma dettagliato in sezione

Da LUNEDI 1 a DOMENICA 7

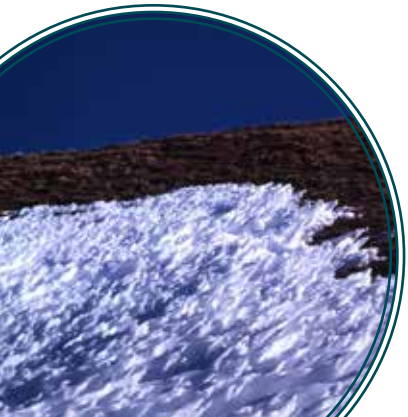
ESCURSIONISMO I° TREKKING SALARIA 2016
Cittaducale - Amatrice
Programma dettagliato in sezione

DOMENICA 3 APRILE

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Le Terre della Baronia
La "Rocca di Calascio" da Santo Stefano di Sessanio
Coord. ONC Falcone Gaetano, AE Sette Luca

DOMENICA 10 APRILE

ESCURSIONE a carattere STORICO-AMBIENTALE
Poggio Filippo (Tagliacozzo) – S.Donato (Tagliacozzo) – Santo Stefano (Sante Marie)
Sull'antico tracciato percorso dai briganti tra Lazio e Abruzzo
Coord. ONCN Liberati Alberto **Diff. E**



DOMENICA 17 APRILE

ESCURSIONISMO&CULTURA **Diff. E**
Alla riscoperta del "Sentiero Italia" - I°
Roio - Casamaina
Coord. aOSTAM-NC Ciotti Mauro, ANE Flati Felice

Aprile 2016

DOMENICA 24 APRILE

ESCURSIONISMO **Diff. E**

Marcia di Primavera

Coord. AE Sette Luca e Commissione escursionismo

LUNEDI 25 APRILE

ESCURSIONISMO & STORIA

GIRO DEI MONASTERI AQUILANI - I°

In collaborazione con ARCHEOCLUB L'Aquila

Coord. Barducci Piergiorgio, ASE Ianni Ugo

ESCURSIONISMO **Diff. E**

"Per non dimenticare"

Da Paganica a Masseria Cappelli

Coord. AE Galletti Fernando, AE Ghizzoni Giustino

Maggio 2016

DOMENICA 1 MAGGIO

ESCURSIONISMO & STORIA
Giro dei Monasteri aquilani - II°
In collaborazione con ARCHEOCLUB L'Aquila
Coord. Barducci Piergiorgio, accompagnatori sezionali

DOMENICA 8 MAGGIO

CICLOESCURSIONISMO **Diff. TC**
La Valle dell'Aterno
Pedalata lungo il tracciato della vecchia ferrovia Capitignano-Raiano, con rientro in treno
Coord. ASC Volpe Stefano

DOMENICA 15 MAGGIO

ESCURSIONISMO **Diff. EE**
Monti Alto Aterno
Monte Gabbia al tramonto
Coord. AE D'Angelosante Mario

DOMENICA 22 MAGGIO

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Monti Ernici
Monte Crepacuore
Coord. AE Micarelli Gianfranco, ANE Rossi Leucio

DOMENICA 29 MAGGIO

ESCURSIONISMO Diff. E
"In cammino nei parchi"
Escursione Intersezionale a cura del G.R. CAI Abruzzo
Programma dett. in sezione

SPELEOLOGIA
USCITA SEZIONALE
Programma dett. in sezione

COMPORTAMENTO DEL CICLOESCURSIONISTA

Il Club Alpino Italiano annovera la bicicletta tipo mountain bike tra gli strumenti adatti all'escursionismo, infatti il cicloescursionismo è attività istituzionale CAI dal 2008. Per questo il comportamento del cicloescursionista deve essere conforme allo spirito CAI, secondo il quale lo scopo primario delle escursioni (e, quindi, delle cicloescursioni) è quello di trascorrere una giornata in compagnia, in sicurezza e nel massimo rispetto per l'ambiente che si attraversa.

Per questi motivi lo stile di guida del cicloescursionista CAI deve essere ecocompatibile, in accordo al principio del minimo impatto: non bisogna adattare l'ambiente alle esigenze degli sportivi, bensì adattare queste ultime alle realtà ambientali.

Durante una ciclo escursione:

- è vietata qualsiasi forma di agonismo (le cicloescursioni non sono gare!)
- la velocità di conduzione deve essere commisurata alle capacità personali, alla visibilità ed alle condizioni del percorso, in modo da non creare pericolo per sé e per gli altri
- evitare manovre dannose, quali la derapata (bloccaggio della ruota posteriore) ed evitare di uscire dal tracciato per non arrecare danno al patrimonio naturalistico
- il rispetto per il suolo, la flora e la fauna selvatica e domestica non può mai venire meno!

Occorre, inoltre, dare sempre la precedenza agli escursionisti a piedi, che devono essere garbatamente avvisati a distanza dell'arrivo di una o più bici.

Rispettando questi pochi, semplici comportamenti, peraltro dettati dal buonsenso e dai principi universali di buona educazione e civile convivenza, la mountain bike diviene un mezzo affascinante per godere della bellezza della Natura che ci circonda ed uno strumento sorprendentemente utile per contribuire alla salvaguardia del nostro patrimonio naturalistico.

Non credere a chi ti dice che prima o poi si tocca il fondo...
perchè dopo il fondo si può sempre andare SOTTOTERRA!!!
Guarda sotto i tuoi piedi e non pensare che tutto sia finito lì.
Sprofonda nella natura, apri gli occhi sull'affascinate mondo sotterraneo,
esplora angoli remoti celati agli occhi delle masse,
luoghi incontaminati e paesaggi fiabeschi.

GRUPPO GROTTE E FORRE CAI L'AQUILA

LIVE UNDERGROUND

info@ggfaq.it GGFAQ www.ggfaq.it

118

NUMERO CHIAMATE D'EMERGENZA

CLUB ALPINO ITALIANO

CORPO NAZIONALE SOCCORSO ALPINO
ABRUZZO

COSA C'È DA SAPERE PER SALVARE UNA VITA

Cosa mettere nello zaino

1. Giacca impermeabile e traspirante
2. Maglietta di ricambio
3. Copricapo
4. Guanti
5. Occhiali da sole
6. Telefono
7. Set pronto soccorso
8. Borraccia piena d'acqua
9. Cibo
10. Cartina
11. Bussola e Altimetro
12. Binocolo
13. Coltellino
14. Fischietto
15. Torcia Elettrica
16. BUONSENSO

Guida alle escursioni Sicure

Preparate il vostro itinerario
Consultate cartine, guide ed informatevi presso professionisti locali sulle condizioni meteo ambientali.

Scegliete un percorso adatto alla vostra preparazione
Nel programmare l'itinerario tenete conto del Vostro livello tecnico e dello stato di allenamento.

Scegliete equipaggiamento e attrezzatura idonei
Accertatevi di saper usare l'attrezzatura e non dimenticate un set di pronto soccorso.

Consultate i bollettini nivometeorologici
In montagna, soprattutto in alta quota, le condizioni meteo possono mutare radicalmente anche in pochi minuti.

NON Partite da soli: è più rischioso!
Se scegliete di partire da soli, portate con voi un telefono cellulare.

Lasciate informazioni sul vostro itinerario e sull'orario approssimato del rientro
I rifugi sono attrezzati con un registro dove potete scrivere provenienza e destinazione certa del vostro itinerario. Usatelo!

Non esitate ad affidarvi ad un professionista
Le Guide Alpine possono consigliarvi o accompagnarvi in sicurezza.
Fate attenzione alla segnaletica
Guardate sempre la segnaletica che trovate sul percorso e alle varie indicazioni.

Non esitate a tornare sui vostri passi
Se le condizioni del tempo o la difficoltà vi preoccupano non esitate a rientrare. La montagna rimane lì per la prossima escursione.

118 ***In caso di incidente***
Chiamate il 118 e date l'allarme. Praticate le misure di primo soccorso necessarie.

Schema di Chiamata
118 Soccorso Alpino

Fornire le seguenti informazioni:

1. Luogo esatto dell'incidente
2. Attività svolta e numero delle persone coinvolte
3. Numero dei feriti e condizioni sanitarie degli stessi
4. Condizioni meteorologiche sul luogo dell'incidente
5. Recapito telefonico da cui si chiama

Per permettere un efficace intervento del soccorso alpino:

1. Rispondere dettagliatamente all'intervista
2. Lasciare libero il recapito telefonico fornito

Comportamento in presenza dell'elicottero:

1. Spostare le persone circostanti dal punto di operazione
2. Lasciare solo UNA persona accanto al ferito
3. Recuperare e mettere tutti gli oggetti dentro lo zaino
4. Segnalare la posizione alzando le braccia

Si Atterrate

No, non atterrate non abbiamo bisogno

SEGNALI OTTICI

Chiamata: lanciare **6 volte in un minuto** un segnale ottico o acustico
Risposta: lanciare **3 volte in un minuto** un segnale ottico o acustico ripetere dopo 1 minuto

SEGNALI ACUSTICI E LUMINOSI

Soccorso Alpino Abruzzo

Sede legale
c/o CAI Sez. Penne
Piazza XX Settembre, 10
65017 PENNE (PE)
Uffici regionali
E-mail: r_abruzzo@cert.cnsas.it
Presidente Regionale
Giulio Giampietro

Coro CAI sez. L'Aquila

Nonostante la giovane età del Coro della sezione CAI L'Aquila, possiamo orgogliosamente affermare che siamo cresciuti rapidamente, raggiungendo una notevole maturità professionale e una soddisfacente padronanza espressiva che derivano dalla passione per il canto dei singoli, dalla coesione del gruppo e dalla insostituibile guida del nostro direttore artistico.

Il Coro CAI si prefigge come obiettivo primario la diffusione di canti di montagna e popolari che rappresentano la tradizione musicale abruzzese e aquilana. Tale obiettivo dovrà essere conseguito mediante rappresentazioni canore, con la pubblicazione di documenti sonori e, non ultimo, attraverso la ricerca e l'accoglienza di nuovi appassionati, soprattutto giovani in grado di assicurare la continuità di questa felice esperienza.

In questi cinque anni il Coro CAI ha tenuto oltre quaranta concerti, in parte nella nostra città ma soprattutto in altre località abruzzesi. Con particolare soddisfazione si vuole ricordare la partecipazione alla 88° Adunata Nazionale degli Alpini nel maggio 2015. Per festeggiare degnamente questa spettacolare manifestazione il Coro ha prodotto il primo CD della sua storia dal titolo "Cantemo aju Gran Sassu" che è disponibile presso il Coro e in diversi esercizi commerciali della città. Auspichiamo che numerosi soci CAI siano interessati all'acquisto e alla diffusione di questo CD.

Gruppo Seniores 2007

Il Gruppo "Seniores" della sezione Aquilana è stato costituito ufficialmente il 19 Gennaio 2007 con delibera del Consiglio Direttivo della sezione ed ha lo scopo di agevolare la frequentazione della montagna con attività escursionistiche più adatte a soddisfare le esigenze dei meno giovani e a promuovere iniziative culturali e naturalistiche, compatibili con i fini dell'associazione (art. 2 del Regolamento) ed è in perfetta armonia con l'indirizzo nazionale degli altri Gruppi "Seniores".
Il nostro è il secondo Gruppo "Seniores" costituitosi nel centro-meridione (il primo è quello di Roma) ed il numero degli iscritti è di 60 unità che contiamo di incrementare operando in sintonia con la sezione.
L'attività escursionistica del nostro Gruppo infatti, non intralcia le restanti attività della sezione, ma le integra e le rende eventualmente più godibili dai soci.

RIFUGI

RIFUGIO "GARIBALDI" AL GRAN SASSO d'ITALIA

Costruito dalla Sezione di Roma, fu inaugurato il 18 e 19 settembre 1886 e donato nel 1977 dalla stessa alla Sezione dell'Aquila del CAI che ne ha curato il restauro. Situato a 2230 m nella Valle di Campo Pericoli, a circa 45 minuti dal piazzale di Campo imperatore , sotto la Cresta Ovest della Vetta Occidentale del Gran Sasso, rappresenta, alla soglia dei suoi 130 anni, un presidio culturale di notevole importanza. Generazioni di alpinisti sono cresciuti tra le mura del rifugio che malgrado i lavori di restauro ha conservato l'impostazione originale facendone uno dei rifugi più antichi d'Italia. La Sezione dell'Aquila intende valorizzare l'aspetto culturale e pedagogico di "questa ardita costruzione", come venne definita nel 1886.
Il Rifugio è aperto, per solo pernotto, nei fine settimana di Luglio e Agosto.
Per informazioni Piergiorgio Barducci cell. 340 2466219.

BIVACCO "M.O. ANDREA BAFILE"

Inaugurato l'11 settembre 1966 è collocato a quota 2669 m su una piazzola ricavata al culmine di un torrione sottostante la Vetta Centrale del Corno Grande (versante SE del Gran Sasso d'Italia), con i suoi 9 posti letto costituisce una base avanzata per arrampicare sul versante Sud del Gran Sasso.

RIFUGI

RIFUGIO "ANTONELLA PANEPUCCI ALESSANDRI"

Situato a quota 1700 m nella Valle del Paradiso alle pendici del Monte S.Franco, punto di sosta per traversate dall'Alta Valle dell'Aterno alla Valle del Vasto, lungo l'itinerario del Sentiero Italia. Il Rifugio è aperto nei fine settimana di Luglio e Agosto.
Per informazioni Alfredo Fossi cell. 3804320193.

RIFUGIO "SANTA PUPA"

L'ambiente nel quale esso risulta inserito (territorio del Comune di Barete) è caratterizzato da elevata biodiversità floristica e faunistica determinata dalla varietà del paesaggio naturale e da numerosi biotopi.
Per informazioni Vittorio Prato cell. 3397663716

La sede provvisoria della sezione CAI L'Aquila si trova presso il piazzale della

Galleria Commerciale

La Meridiana

Giugno 2016

DOMENICA 5 GIUGNO

ESCURSIONISMO & CULTURA **Diff. E**
Parco Nazionale Gran Sasso – Laga
Eremo di Santa Colomba
Coord. ASE Di Vito Fabio, aOSTAM-NC Ciotti Mauro

CICLOESCURSIONISMO
Giro dei laghi di Cornino e Racino - Diff. MC/BC
Coord. ASC Volpe Stefano

ESCURSIONISMO
Da Casamaina a San Martino D'Ocre
Coord. Rossi Marino

GIOVEDÌ 9 GIUGNO

GRUPPO SENIORES 2007
Raduno Interregionale - Antrodoco
a cura del gruppo Seniores di Antrodoco

DOMENICA 12 GIUGNO

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Monti Lucretini
"Around Salaria 2016" - Quattro Regioni senza confini
In collaborazione con la sezione CAI Monterotondo
Programma dettagliato in sezione
Coord. ANE Flati Felice, ANE Bafile Latino

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Via della Monticazione - XX° edizione
Paganica – Ruderi di Sant'Egidio
Coord. AE Galletti Fernando, AE Ghizzoni Giustino

Giugno 2016

SABATO 18 GIUGNO

GRUPPO SENIORES 2007
Incontri d'estate
Coord. Speranza Giancarlo, Costantini Gabriella
Programma dett. in sezione

DOMENICA 19 GIUGNO

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Parco Nazionale Gran Sasso – Laga
Monte San Vito per il Vado di Siella**: La Via dei Maiolicari**
Coord. ONC Falcone Gaetano, AE Sette Luca

DOMENICA 26 GIUGNO

ESCURSIONISMO **Diff. EE**
Parco Nazionale Gran Sasso - Laga
Vallone D'Angora
Coord. Cianca Remo, AE D'Angelosante Mario

Luglio 2016

TREKKING SULLE ALPI CON GUIDA ALPINA

"Da rifugio a rifugio"
Programma dett. in sezione
Coord. Piergiorgio Barducci

DOMENICA 3 LUGLIO

ESCURSIONISMO & "FATICA"

Parco Nazionale Gran Sasso - Laga
Rifugio Garibaldi – 130° anniversario
"Il Mulo del Garibaldi" - I° edizione
Prova di "resistenza" per il rifornimento di bevande del Rifugio Garibaldi, aperta a tutti i soci
Commissione escursionismo
Regolamento dettagliato in sezione

SABATO 9 LUGLIO

CICLOESCURSIONISMO Diff. MC/MC

Il Canyon di Campo Imperatore in notturna
Coord. ASC Volpe Stefano

DOMENICA 10 LUGLIO

ALPINISMO **Diff. PD- (passaggi di II°)**

Parco Nazionale Gran Sasso - Laga **Sentiero A4**
In collaborazione con le GUIDE ALPINE, coord. ANE Flati Felice
Il compenso della Guida Alpina è a carico dei partecipanti
Programma dett. in sezione

ESCURSIONISMO Diff. EE

Escursione a carattere geomorfologico
Parco Nazionale Gran Sasso - Laga
Pizzo Intermesoli
Coord. ONCN Genovese Filippo

Luglio 2016

DOMENICA 17 LUGLIO

ESCURSIONISMO **Diff. EE**

Parco Nazionale Gran Sasso – Laga

RIFUGIO GARIBALDI & CORNO GRANDE

Festeggiamenti per il 130° anniversario del Rifugio Garibaldi con escursione al Corno Grande

Coord. ASE Iorio Carlo, ASE Di Vito Fabio, aASE Zappone Marino

DOMENICA 24 LUGLIO

ESCURSIONISMO & MUSICA **Diff. E**

Parco Nazionale Gran Sasso – Laga

Concerto in quota al Rifugio Franchetti – Musica e Letteratura - VI° Edizione

Coord. ANE Flati Felice, ANE Bafile Latino, AE Marconi Bruno

In collaborazione con la Onlus "L'Aquila per la vita

ESCURSIONISMO **Diff. E**

Parco Nazionale Gran Sasso - Laga

Monte Aquila

Si attraverseranno tratti del vecchio "Sentiero Geologico", con passaggio al rifugio Garibaldi

Coord. ASE Ianni Sante

CAMPIONATI MONDIALI GIOVANILI **29-30-31 LUGLIO**

SKYRUNNING GRAN SASSO SKYRACE 2016

Trofeo Piergiorgio De Paulis – COPPA C.N.S.A.S.

Attività patrocinata dalla sezione - Supporto all'evento organizzato dalla società S.D.S.

Commissione Escursionismo - Coord. ANE Flati Felice, ANE Bafile Latino

DOMENICA 31 LUGLIO

GRUPPO SENIORES 2007

Tradizionale ritrovo al Rifugio Santa Pupa - in coll. con il Comune di Barete

Coord. Speranza Giancarlo, Morano Mario, Prato Vittorio, Costantini Gabriella

Agosto 2016

SABATO 6 E DOMENICA 7 AGOSTO

ESCURSIONISMO & GASTRONOMIA **Diff. T**
Parco Nazionale Gran Sasso - Laga
"Braciolata sotto le stelle" al Rifugio A. Panepucci
Coord. AE Fossi Alfredo

DOMENICA 7 AGOSTO

ESCURSIONISMO & STORIA **Diff. EE**
Parco Nazionale Gran Sasso - Laga
Ghiacciaio del Calderone: rifugio naturale "Ju Busciu"
Coord. AEE Ianni Ugo

DOMENICA 21 AGOSTO

ESCURSIONISMO & RELIGIONE
Sentiero del Perdono e della Pace – Perdonanza Celestiniana
San Pietro della Jenca – Basilica Santa Maria di Collemaggio
Coord. AE Galletti Fernando, AE Ghizzoni Giustino
Programma dett. in sezione
La data potrà subire variazioni in relazione alle esigenze del Comitato Perdonanza del Comune dell'Aquila

CICLOESCURSIONISMO **Diff. MC-/MC+**
Sentiero del Perdono e della Pace – Perdonanza Celestiniana
San Pietro della Jenca – Basilica Santa Maria di Collemaggio
Coord. ASC Volpe Stefano
La data potrà subire variazioni in relazione alle esigenze del Comitato Perdonanza del Comune dell'Aquila

DAL 20 al 26 AGOSTO

SETTIMANA VERDE
Programma dett. in sezione

Agosto 2016

DAL 27 AGOSTO AL 3 SETTEMBRE

GRUPPO SENIORES 2007
SETTIMANA VERDE

Programma dett. in sezione
Coord. Speranza Giancarlo, Costantini Gabriella, Cococcia Mimma

DOMENICA 28 AGOSTO

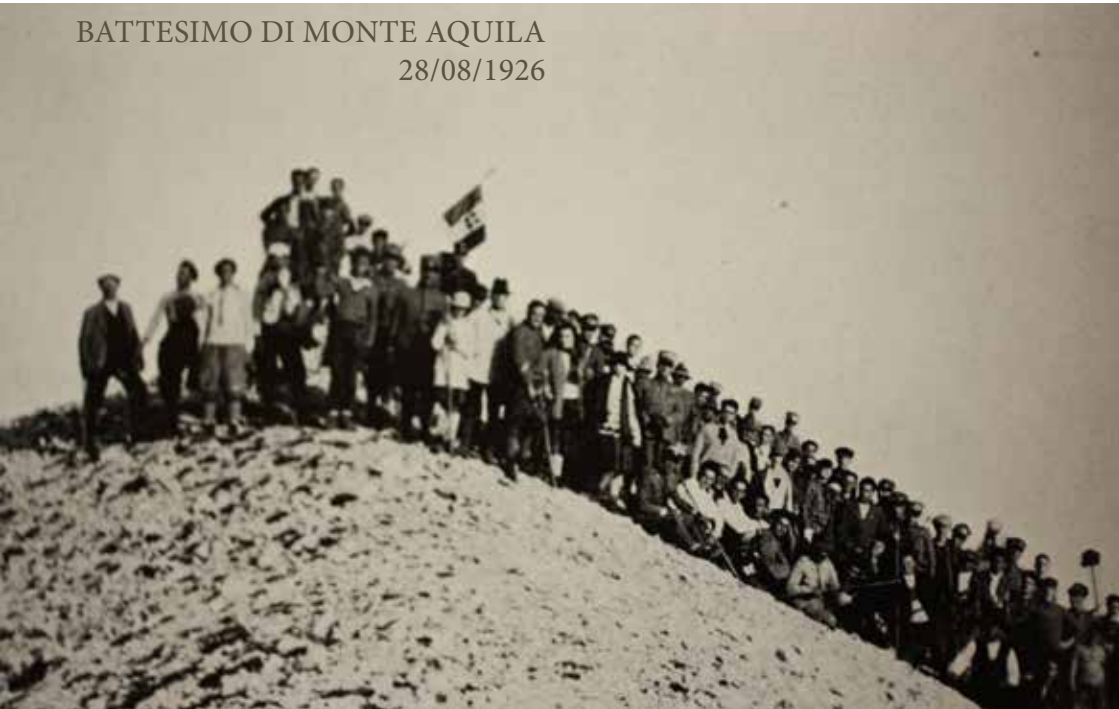
SPELEOLOGIA

Uscita sezionale
Programma dett. in sezione

ESCURSIONISMO

Diff. EE

Escursione a carattere naturalistico
Parco Nazionale della Majella
Monte Amaro
Coord. Genovese Filippo



BATTESIMO DI MONTE AQUILA
28/08/1926

Settembre 2016

"GRUPPO GROTTE E FORRE FRANCESCO DE MARCHI"
CORSO DI INTRODUZIONE ALLA SPELEOLOGIA
Programma dett. in sezione

DOMENICA 4 SETTEMBRE

ESCURSIONISMO & CULTURA **Diff. E**
Alla riscoperta del "Sentiero Italia" - II°
Casamaina - Rocca di Cambio
Coord. aOSTAM-NC Ciotti Mauro, ANE Flati Felice

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Sentiero della MADONNA D'APPARI
Paganica – Filetto / San Crisante
Sentiero "Ji ciaraciu"
Coord. AE Galletti Fernando, AE Ghizzoni Giustino

MERCOLEDÌ 7 SETTEMBRE

ESCURSIONISMO
Alla "Madonna Fore"
Classica escursione fuori porta
Coord. AE Sette Luca

MERCOLEDÌ 9 SETTEMBRE

ESCURSIONISMO
Sulle vie di Lucio Battisti – Poggio Bustone
Coord. Rossi Marino

DAL 9 ALL'11 SETTEMBRE

CICLOESCURSIONISMO **Diff. TC/MC**
Le leggendarie strade bianche di Toscana: cicloescursione in MTB di 3 giorni lungo il tracciato dell'Eroica - Toscana - Coord. ASC Volpe Stefano

Settembre

SABATO 10 SETTEMBRE

ESCURSIONISMO

Diff. EE

Escursione a carattere naturalistico
Montagne della Duchessa **Monte Morrone**
Coord. Genovese Filippo

DOMENICA 11 SETTEMBRE

ALPINISMO Diff. PD

Parco Nazionale Gran Sasso – Laga
Monte Prena - "Via dei Laghetti"
(passaggi di II° e III°)
In collaborazione con le GUIDE ALPINE, coord. ANE Felice Flati
Il compenso della Guida Alpina è a carico dei partecipanti
Programma dett. in sezione

ESCURSIONISMO Diff. E

Parco Nazionale Gran Sasso – Laga
Monte Camicia
Coord. ASE Iorio Carlo, aASE Masciovecchio Massimo

SABATO 17 E DOMENICA 18

ESCURSIONISMO

Parco Nazionale Abruzzo Lazio Molise
Alla scoperta delle montagne "nascoste"
Coord. ANE Bafile Latino, ASE Di Vito Fabio
Programma dett. in sezione

DOMENICA 18 SETTEMBRE

RIFUGIO GARIBALDI

Festeggiamenti per il 130° anniversario ad Assergi
Programma dett. in sezione

SABATO 24 SETTEMBRE

GRUPPO SENIORES 2007

Incontri d'Autunno
Coord. Speranza Giancarlo, Costantini Gabriella

Settembre

SABATO 24 E DOMENICA 25

ESCURSIONISMO

"Nel Parco del Cilento"

Escursione interregionale a cura del G.R. CAI CAMPANIA

Programma dett. in sezione

DOMENICA 25 SETTEMBRE

ESCURSIONISMO Diff. E

Parco Nazionale Gran Sasso – Laga

Monte Brancastello

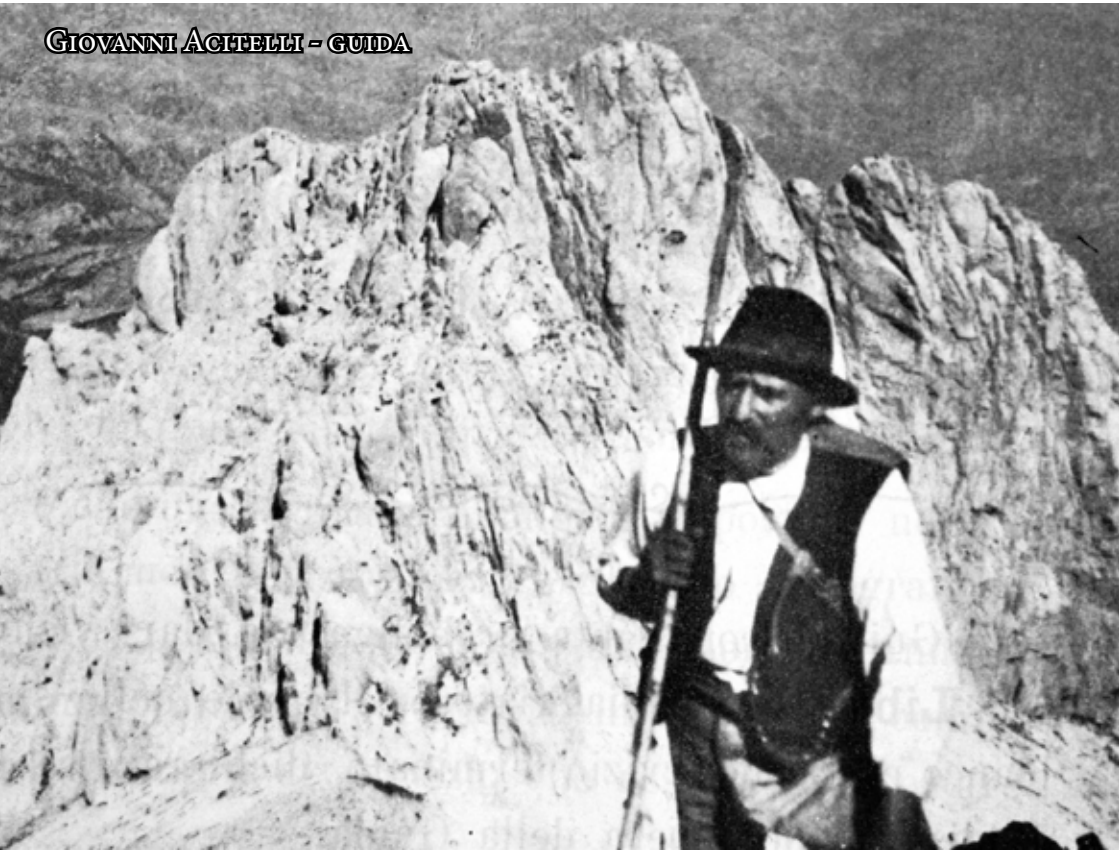
Coord. ASE Ianni Sante, ASE Di Vito Fabio, aASE Masciovecchio Massimo

CICLOESCURSIONISMO

Giro del Voltigno

Diff. MC+/BC

Coord. ASC Volpe Stefano



ottobre 2016

DOMENICA 2 OTTOBRE

ESCURSIONISMO **Diff. T – E**
Sulmona e dintorni – Trekking urbano
Coord. ONC Falcone Gaetano, aASS Cimetta Mario

DOMENICA 9 OTTOBRE

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Parco Nazionale Gran Sasso – Laga
Monte Costa Ceraso
Coord. AE D'Angelosante Mario

GRUPPO SENIORES 2007
Fiera di Arischia
Coord. Speranza Giancarlo

DOMENICA 16 OTTOBRE

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Monti Reatini **Monte Rosato**
Coord. AE Micarelli Gianfranco, ANE Rossi Leucio, aASE Masciovecchio Massimo

CICLOESCURSIONISMO **Diff. TC+**
Alla scoperta della Valle del Tirino
Coord. ASC Volpe Stefano

DOMENICA 23 OTTOBRE

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Parco Nazionale Gran Sasso – Laga
Pizzo Camarda
Coord. ASE Di Vito Fabio, aASE Zappone Marino

Ottobre 2016

VENERDÌ 28 OTTOBRE

Gruppo GASFET "Antonio Palumbo"
Incontro culturale d'Autunno
Aperto a soci e simpatizzanti sulle attività sociali realizzate in gruppo autonomo o dalla sezione
Programma dett. in sezione

Dal 28 OTTOBRE al 1 NOVEMBRE

"GRUPPO GROTTE E FORRE FRANCESCO DE MARCHI"
Congresso Internazionale di Speleologia
Programma dett. in sezione

DOMENICA 30 OTTOBRE

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Escursione "fuori porta" nei dintorni dell'Aquila
Coord. AE Sette Luca, ASE Ianni Sante

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Escursione a carattere Geomorfologico – Antropologico
S.Eusanio Forconese –Casentino – Monastero di Santo Spirito – Convento di Sant'Angelo – San Panfilo d'Ocre
Sul tracciato di antichi percorsi legati alla frequentazione di terre "di mezzo" - dai periodi pre-romani fino allo sconvolgimento del sisma e all'insediamento di attività industriali.
Coord. ONCN Alberto Liberati

Novembre 2016 Dicembre 2016

DOMENICA 6 NOVEMBRE

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Parco Nazionale Gran Sasso - Laga
Anello dei sei fontanili da Arischia
Coord. aASS Cimetta Mario, accompagnatori sezionali

DOMENICA 13 NOVEMBRE

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Parco Regionale Velino Sirente
Campana – Fontavignone e Pagliare di Fagnano
Coord. AE D'Angelosante Mario

DOMENICA 20 NOVEMBRE

ESCURSIONISMO **Diff. E**
Escursione "Fuori porta", nei dintorni dell'Aquila
Anello da Via Francia
Coord. Salza Roberto, accompagnatori sezionali

DOMENICA 4 DICEMBRE

PRANZO SOCIALE
Programma dett. in sezione

SABATO 17 NOVEMBRE

GRUPPO SENIORES 2007
INCONTRI D'INVERNO
Coord. Speranza Giancarlo, Costantini Gabriella

TRADIZIONALE INCONTRO PER LO SCAMBIO DEGLI AUGURI DI FINE ANNO

FIGURE TECNICHE OPERATIVE DELLA SEZIONE

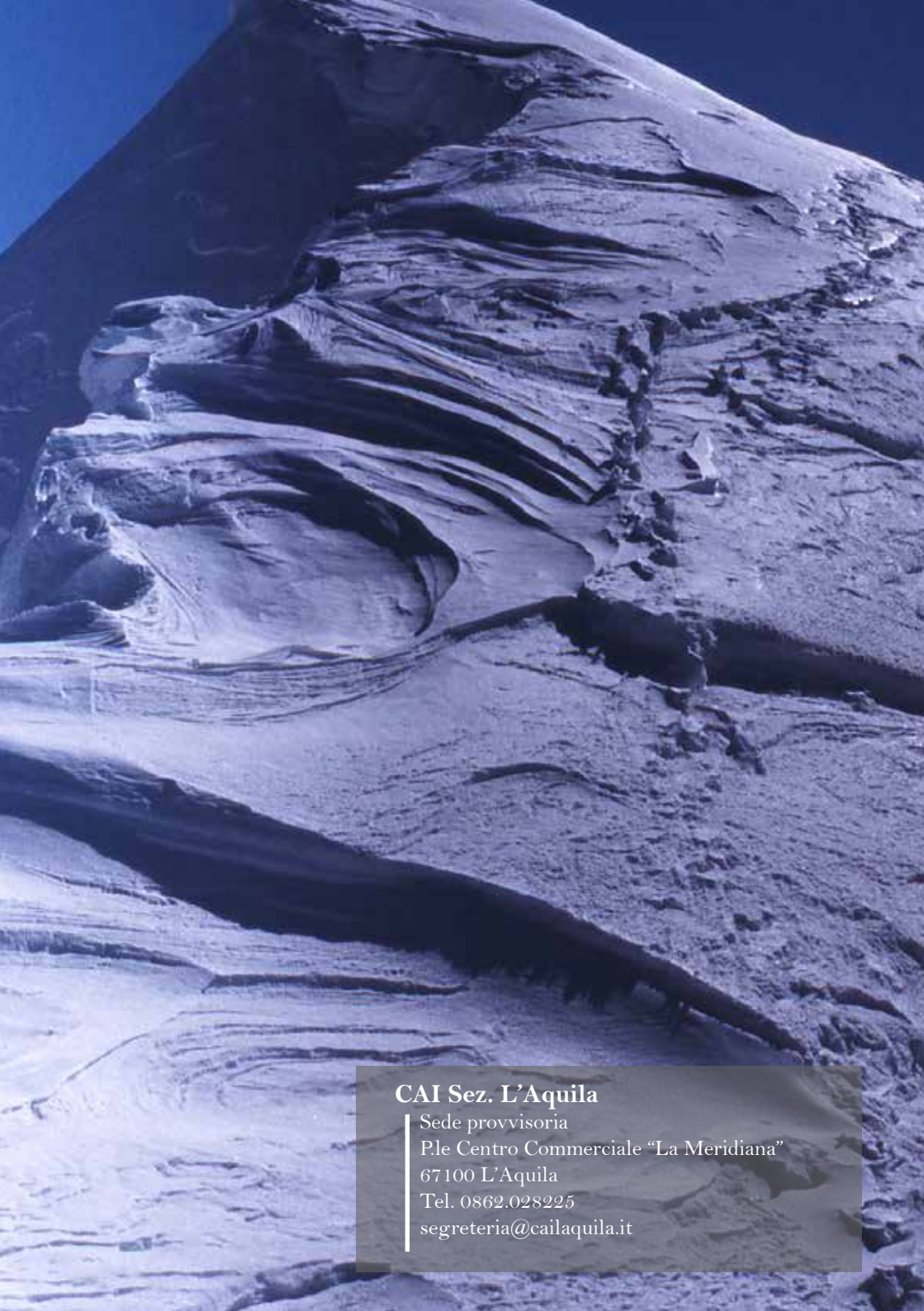
TITOLATI

BAFILE LATINO	Accompagnatore Nazionale Escursionismo
D'ANGELOSANTE MARIO	Accompagnatore Escursionismo
FLATI FELICE	Accompagnatore Nazionale Escursionismo
FOSSI ALFREDO	Accompagnatore Escursionismo
GALLETTI FERNANDO	Accompagnatore Escursionismo
GHIZZONI GIUSTINO	Accompagnatore Escursionismo
MARCONI BRUNO	Accompagnatore Escursionismo
MICARELLI GIANFRANCO	Accompagnatore Escursionismo
ROSSI LEUCIO	Accompagnatore Nazionale Escursionismo
SETTE LUCA	Accompagnatore Escursionismo
ALESSANDRI DOMENICO	Istruttore Nazionale Emerito Alpinismo Scialpinismo
CAVALIERI SABATINO	Istruttore Nazionale Scialpinismo
DI MARCO ANGELO	Istruttore Regionale Scialpinismo
GIANNANGELI LEANDRO	Guida Alpina
MANILLA AUGUSTO	Istruttore Regionale Scialpinismo
RUFINI MARCO	Istruttore Regionale Alpinismo e Arrampicata Libera
ZAFFIRI MARCO	Guida Alpina
FALCONE GAETANO	Operatore Naturalistico Culturale
GENOVESE FILIPPO	Operatore Naturalistico Culturale Nazionale
LIBERATI ALBERTO	Operatore Naturalistico Culturale Nazionale Operatore Nazionale Tutela Ambiente Montano
RICCIARDULLI GIANLUCA	Istruttore Speleologia

QUALIFICATI

CASILLI FABRIZIO	Accompagnatore Sezionale Cicloescursionismo
DI VITO FABIO	Accompagnatore Sezionale Escursionismo
IANNI SANTE	Accompagnatore Sezionale Escursionismo
IANNI UGO	Accompagnatore Sezionale Escursionismo
IORIO CARLO	Accompagnatore Sezionale Escursionismo
VOLPE STEFANO	Accompagnatore Sezionale Cicloescursionismo
CATARINACCI FRANCESCO	Accompagnatore Sezionale di Alpinismo Giovanile
BAZZUCCHI ALBERTO	Istruttore Sezionale Alpinismo Scialpinismo
BUCCI VALTER	Istruttore Sezionale Scialpinismo
DI COLA FRANCESCO	Istruttore Sezionale Alpinismo Scialpinismo
DUFRUSINE FRANCESCO	Istruttore Speleologia Sezionale
GALANO NICANDRO	Istruttore Speleologia Sezionale
GALLETTI STEFANO	Istruttore Speleologia Sezionale
LUCARI MARCO	Istruttore Speleologia Sezionale
MARCHIETELLI GIOVANNI	Istruttore Speleologia Sezionale
MARCHITELLI THOMAS	Istruttore Speleologia Sezionale
VACCARELLI ILARIA	Istruttore Speleologia Sezionale
CIOTTI MAURO	Operatore Sezionale Tutela Ambiente Montano
PICELLA MARTA	Operatore Sezionale Tutela Ambiente Montano
DI MARTINO LUCIANO	Operatore Sezionale Tutela Ambiente Montano

BPER:
Banca
BPER Banca
guarda al futuro.
Con fiducia.
Vogliamo essere il tuo punto
di riferimento sul territorio,
ti aspettiamo nella filiale
a te più comoda.
Vicina. Oltre le attese.
www.bper.it
800 20 50 40



CAI Sez. L'Aquila
Sede provvisoria
P.le Centro Commerciale "La Meridiana"
67100 L'Aquila
Tel. 0862.028225
segreteria@cailaquila.it