C.A.I. SEZIONE DI LANCIANO – ONLUS
PROGRAMMA ESCURSIONISTICO – ANNO 2016

06 GENNAIO - CITTA' DI LANCIANO: MANIFESTAZIONE NATALIZIA
"LE BEFANE SUI TETTI DI LANCIANO"

10 GENNAIO – PNALM: la Navetta (apertura escursioni invernali)
Classificazione delle difficoltà: E
Tempo di percorrenza: 6 ore
Dislivello: 800 m
Itinerario: partenza località "Le Prata" (m 1225), sentiero Y9, Vallone di Ciaccariello, (m 1549), stazzo del Ciaccariello, La Navetta (m 2011). Ritorno per la stessa via
Attrezzature: ciaspole o sci-escursionismo
Accompagnatori: Iacobitti Massimiliano, Victor Giusti.

24 GENNAIO – PNALM: Monte Turchio dal Passo del Diavolo
Classificazione delle difficoltà: E
Tempo di percorrenza: 5 ore
Dislivello: 520 m
Itinerario: dal Rif. del Diavolo (m 1400) si sale seguendo la cresta della dorsale Sud-Orientale del M.Turchio e si arriva alla croce della vetta (m 1898), dalla quale si aprono ampi panorami su tutte le cime del Parco, sulla Conca del Fucino e sul gruppo montuoso del Velino-Sirente.
Discesa per la via di salita.
Attrezzature: ciaspole o sci-escursionismo
Accompagnatori: Rodolfo Giancristofaro, Gianluca Iurisci

07/14 FEBBRAIO - SETTIMANA BIANCA A BAD GASTEIN (AUSTRIA)

14 Febbraio – P.N.Gran Sasso-Laga: Anello del Bolza da Castel del Monte
Classificazione delle difficoltà: EE (itinerario medio/faticoso)
Tempo Complessivo : circa 6 ore
Tempo di Salita : circa 4 ore
Tempo di Discesa : circa 2 ore
Dislivello complessivo : circa m 800
Distanza totale: circa 12,5 Km
Attrezzature : ciaspole
Itinerario: Partenza da Castel del Monte (1367 m), sentiero bianco/rosso 108, Costa del Cavone e Guado della Montagnola (1635 m), Monte Bolza (1904 m), Cresta del Bolza in direzione Cima del Bolza (1927 m) sentiero 274, discesa verso Sella S.Cristofaro (1608 m), svoltare versante sud direzione F.te S.Cristofaro (1654 m), abbandonare sentiero 229 e proseguire per F.te Frenda (1529 m) e ritorno per il punto di partenza.(1367 m).
Accompagnatori: Gianluca Iurisci, Francesca Mastromauro

28 FEBBRAIO – Parco Reg. Sirente - Velino: Cima di Fossa Palomba

Classificazione delle difficoltà: EE (invernale)
Tempo di percorrenza: 6/7 ore
Dislivello: m 880
Itinerario: partenza da Casamaina (Aq) (1137 m), salita per la Valle di Fonte Maggiore, raggiunta la conca di Fossa Palomba si devia fino alla sella (2006 m) appena a destra della vetta, in breve si è alla cima di Fossa Palomba (2120 m), discesa per ritorno per la stessa via.
Accompagnatori: Cristiano Iurisci, Graziano Zulli

13 MARZO – PNALM: Traversata Barrea - Scontrone (apertura escursioni estive)

Classificazione delle difficoltà: E
Tempo di percorrenza: 4/5 ore
Dislivello: 400 m
Itinerario: Partendo dallo sbarramento del lago di Barrea (m 981) sulla Statale Marsicana, sentiero J8, Fonte Iaranera (m 1200), fonte delle Vicende (m 1406), Scontrone (m 1036).
All'arrivo pranzo e visita ai musei del borgo.
Accompagnatori: Iacobitti Massimiliano, Graziano Zulli.

28 MARZO – LUNEDI DI PASQUA TRA LE MONTAGNE D'ABRUZZO IN TRENO
Le Gole di San Venanzio

Programma da definire

10 APRILE – P.N. MAJELLA-MORRONE: T.A.M. - Il Sentiero Italia della Majella Orientale e Grotte Pastorali
(escursione con particolare interesse per le tematiche naturalistico-ambientali)

Classificazione delle difficoltà: EE (itinerario medio/faticoso)
Tempo di percorrenza: 5/6 ore
Dislivello totale: 900 m
Distanza totale: circa 10 Km
Itinerario ad anello: partenza da Lama dei Peligni (m 605) – Valle S. Angelo (m 1260), Grotta S. Angelo, Grotta dell'Acqua e grotte pastorali – Stazzo Ω (m 1500) – Rifugio Tarì – Lama dei Peligni.
Accompagnatori: Franco D'Ambrosio (Qualificato Sezionale T.A.M.), Gianfranco Cavasinni

Escursione alternativa: T.A.M. - Sentiero Italia, grotta della Civetta e pitture rupestri
(escursione con particolare interesse per le tematiche naturalistico-ambientali)

Classificazione: E
Tempo di percorrenza: 3 ore
Dislivello: 300 m
Distanza totale: 5 Km
Itinerario: Lama dei Peligni (m 605) – Pineta "Tirabassi" – Grotta della Civetta (m 900) – Grotta della Pineta e Rifugio della Pineta (m 800) – Lama dei Peligni.
Accompagnatori: Catia Manfrè (Qualificato Sezionale T.A.M.)

17 APRILE – Cicloescursionismo: Fara F.P., F.so Sterparo, Bocca di Valle, F.so di S.Siro, Vesola S.Martino

24/25 APRILE – Intersezionale CAI Napoli, CAI Coppo dell'Orso: T.A.M - Percorso storico lungo la Linea Gustav

Programma da definire

8 MAGGIO – P.N.Maiella-Morrone: Monte Rotondo (Morrone) da Impianezza

Classificazione delle difficoltà: EE (itinerario medio/faticoso)
Tempo Complessivo : circa 5/6 ore
Tempo di Salita : circa 3/3:30 ore
Tempo di Discesa : circa 2/2:30 ore
Dislivello complessivo : circa m 1130
Itinerario: Partenza dal Centro Forestale di Impianezza (650 m), Rif.di Monte Corvo (1126 m), Valico Schiena dell'Asino (1293 m), Monte Rotondo (1731 m), ritorno con anello Schiena dell'Asino per rif.Monte Corvo, ritorno per la stessa via.
Accompagnatori: Gianluca Iurisci, Franco D'Ambrosio

Escursione alternativa: Rif.del Corvo da Impianezza (e successiva visita centro del Lupo)
Classificazione delle difficoltà: T (itinerario facile)
Tempo Complessivo : circa 2:30-3 ore
Tempo di Salita : circa 1:30/2 ore
Tempo di Discesa : circa 1 ora
Dislivello complessivo : circa m 380
Accompagnatori: Francesca Mastromauro

15 MAGGIO – Cicloescursionismo: Bussi, M. di Roccatagliata, Pescosansonesco, Forca di Penne, Capo d'Acqua

29 MAGGIO – ***CAI e FederParchi – 4^ Edizione "In Cammino nei Parchi" nella "15^ Giornata Nazionale dei Sentieri del CAI":***
Programma da definire

02/05 GIUGNO – Gita di quattro giorni: Etna e Sicilia Orientale
Programma da definire

12 GIUGNO – MAJELLA: Cima dell'Altare per la Valle dei Fontanili
Classificazione delle difficoltà: EE
Tempo di percorrenza: 8 ore
Dislivello: 1000 m
Itinerario: dall'arrivo della cestovia per le Grotte del Cavallone (1600 m), si sale per il sentiero diretto fino alla sella del Colle dell'Acquaviva (1700 m). Si risale per la Valle dei Fontanili fino a Piano Amaro, Cima dell'Altare (2542 m), Vallone di Taranta. Discesa con la cestovia fino al parcheggio.
Accompagnatori: Iacobitti Massimiliano, Gianfranco Cavasinni

Escursione alternativa:
Partenza arrivo cestovia (1600 m), Sella del Colle dell'Acquaviva, Rifugio Tarì (1540 m). Ritorno per la stessa via.
Classificazione delle difficoltà: E
Tempo di Percorrenza: 4 ore
Dislivello: 100 m
Accompagnatori: Paolo Granà

19 GIUGNO – Cicloescursionismo: Gioia de'Marsi, Sperone, Rif.del Diavolo, Sorgenti Le Prata, Lecce nei Marsi

26 GIUGNO – P.N.GranSasso-Laga: Cima Falasca e Venacquaro dalla Val Chiarino
Classificazione delle difficoltà: EE (itinerario faticoso)
Tempo di percorrenza complessiva: circa 8/8:30 ore (partenza da lago di Provvidenza 1063 m) oppure circa 6/6:30 h (partenza da Masseria Cappelli 1262 m)
Riepilogo : Tempo di Salita 5 ore Tempo di Discesa 3/3:30 ore
Dislivello complessivo : circa m 1400 (oppure m 1200)
Itinerario: Partenza dal Lago di Provvidenza (1063 m), salita per il Sentiero Parco bianco/rosso 101, Rud.Masseria Cappelli (1262 m), Rif.Fioretti (1503 m),Stazzo delle Solagne (1697 m),Sella M.Corvo (2305 m),Cima del Venacquaro (2377 m),Sella del Venacquaro (2236 m),Cima Falasca (2300 m), discesa con ricongiungimento per Sentiero Parco 101 (2100 m),ritorno per la stessa via dell'andata.
Accompagnatori: Gianluca Iurisci, Rodolfo Giancristofaro

Escursione alternativa: Val Chiarino - Stazzo delle Solagne
Classificazione delle difficoltà: E
Tempo di percorrenza: 4/4:30 ore
Dislivello: m 630/430 circa
Itinerario: Partenza dal Lago di Provvidenza (1063 m), salita per il Sentiero Parco bianco/rosso 101, Rud.Masseria Cappelli (1262 m), Rif.Fioretti (1503 m),Stazzo delle Solagne (1697 m), ritorno per la stessa via.
Accompagnatori: Paolo Granà

02/03 LUGLIO - CICLOESCURSIONISMO: Due giorni sui Monti Simbruini

10 LUGLIO – Parco Naz. Gran Sasso e M d Laga.: Cimone di Santa Colomba

Classificazione delle difficoltà: EE (ripido e faticoso)
Tempo di percorrenza: 6/7 ore
Dislivello: m 1090
Itinerario: partenza area pic-nic Piana del Fiume (820 m) (Aq), salita per la Chiesetta di S. Colomba (1234 m), quindi arrivo in vetta al Cimone di Santa Colomba (1912 m), discesa per ritorno per la stessa via; oppure (opzionale e solo se in possesso di imbrago e casco), discendere con la corda (accompagnatore ASE Nino Carlini) il breve tratto attrezzato sino ai prati di Santa Colomba, dai quali proseguire per lo splendido e selvaggio Fosso del Malopasso.
Accompagnatori: Cristiano Iurisci, Fabrizio Sulli, Nino Carlini

Escursione alternativa: Anello castello di Pagliara

Classificazione delle difficoltà: E (facile)
Tempo di percorrenza: 3/4 ore
Dislivello: m 500
Itinerario: partenza Pretara (520 m), Colle della Forcelina (748 m), S. Maria a Pagliara (978 m), lago della Pagliara (852 m), Pretara (520 m)
Discesa: itinerario ad anello.
Accompagnatori: Paolo Granà

24 LUGLIO – Parco Nazionale della Majella: Cima di Fondo Majella da Fonte Di Nunzio

Classificazione delle difficoltà: EE (percorso lungo e faticoso)
Tempo di percorrenza: 8 ore
Dislivello: m 1270
Itinerario: Fonte Di Nunzio (1250 m), Fonte dell'Orso (1706 m), Stazzo dell'Orso (1836 m), Forchetta di Majella (2390 m), Fondo e Valle di Femmina Morta, cima di Fondo Majella (2593 m), discesa per la cresta di Fondo Majella, la Forchetta di Majella, Fonte Romana (1250 m).
Accompagnatori: Rodolfo Giancristofaro, Angiolino Bellisario

Escursione alternativa

Classificazione delle difficoltà: E
Tempo di percorrenza: 4 ore
Dislivello: m 600 circa
Itinerario: Fonte Di Nunzio (1250 m), discesa per il Rifugio di Fonte Romana (1250 m)
Accompagnatori: Nicola Polsoni

31 LUGLIO – Festa del Rifugio Macchia di Taranta

07 AGOSTO – Cicloescursionismo: Spelonga, M. Comunitore, M. Macera della Morte (M. della Laga)

28 AGOSTO – GRAN SASSO: Intersezionale Cai Isola del Gran Sasso Pizzo S. Gabriele e Rifugio D'Arcangelo

Classificazione delle difficoltà: EE
Tempo di percorrenza: 7/8 ore
Dislivello: m 1250
Itinerario: Casale S.Nicola-Bivio F.te Nera m 1050-Fosso Valle dell'Inferno - s. Cai 212 per Vado di Corno-Vaduccio m 1673 - Rifugio D'Arcangelo m 1655 (sosta con gruppo alternativo)
Vado di Corno m 1924-Pizzo S.Gabriele m 2214.
discesa per la stessa via
Accompagnatori: Francesca Mastromauro, Pasquale Pichinelli (CAI Isola G.S.)

Escursione alternativa: per la stessa Escursione Gruppo A fino al Rifugio D'Arcangelo

Classificazione delle difficoltà: E
Tempo di percorrenza: 4/5 ore
Dislivello: m 600 circa
Itinerario: Casale S.Nicola-Bivio F.te Nera mt.1050-Fosso Valle dell'Inferno-s. Cai 212 per Vado di Corno-Vaduccio mt.1673-Rifugio D'Arcangelo mt.1655 (sosta con gruppo A)
Accompagnatori: Victor Giusti

4 SETTEMBRE – Parco Naz. Sibillini: Monte Vettore per la via del Canalino

Classificazione delle difficoltà: EEA (ripido e faticoso e con un breve tratto attrezzato – utile imbrago)
Tempo di percorrenza: 9 ore
Dislivello: m 1290
Itinerario: partenza area pic-nic s.s. per Forca di Presta (1200m) (AP), salita sentiero dei mietitori (1450m), deviazione per Aia della Regina (1900c.a., EE, passi I°) fino all'imbuto tra Vettore e Cima Pretare, si sale la erratina, si esce per ripidi prati e roccette che conducono in vetta al Vettore (2478m); discesa: per il Canale dei Mezzi litri che si prende dal Rif. Zilioli e si scende fino a tornare al comodo senitero dei mietitori .
Accompagnatori: Cristiano Iurisci, Franco d'Ambrosio

Escursione alternativa: Rif. Zilioli (2232m)
Classificazione delle difficoltà: E (facile)
Tempo di percorrenza: 4/5 ore
Dislivello: m 700
Itinerario: partenza Forca di Presta (AP), (1520m), Rif. Zilioli (2232m)
Discesa: perla stessa via.
Accompagnatori: Nicola Polsoni

18 SETTEMBRE – VELINO: Anello Monte Bicchero dal Costone della Cerasa

Classificazione delle difficoltà: EE
Tempo di percorrenza: 8/9 ore
Dislivello: m 1200
Itinerario: Piano del Ceraso m.1529 – s.Cai 10 A – s.Cai 10 B Costone del Ceraso m.2182 – s.Cai 1G Capo di Pezza – Colle dell'Orso m.2220 – M.Bicchero m.2161
Discesa: s.Cai 1G Rif.Sebastiani – s.Cai 1 Piani di Pezza
Accompagnatori: Francesca Mastromauro, Rodolfo Giancristofaro

Escursione alternativa: COLLE DELL'ORSO e Rif.Sebastiani da Piani di Pezza
Classificazione delle difficoltà: E
Tempo di percorrenza: 5/6 ore
Dislivello: m 600 circa
Itinerario: Piani di Pezza m.1468 – s.Cai 1 Rif.Sebastiani m.2102 – Colle dell'Orso m.2220
Discesa: stessa via
Accompagnatori: Anna Di Feliciantonio

Al ritorno sosta commemorativa a Forme, presso la stele posta a ricordo degli amici Giuseppe e Pino

25 SETTEMBRE – Cicloescursionismo: Scanno, V. di Iovana, S.Lorenzo, Mimola, P.so Godi, Ziomas, T.Tasso

01/02 OTTOBRE – Gita di due giorni sul Gargano

09 OTTOBRE – Cicloescursionismo: anello del M. Pizzalto da Cansano

16 OTTOBRE – ANELLO SIRENTE: Le Quattro Vette e la Cresta

Classificazione delle difficoltà: EE
Tempo di percorrenza: 8/9 ore
Dislivello: m 1300
Itinerario: Aielli m 1038 - Vado Castello m 1550 - sentiero 13 – F.te Caperno m 1848 – Monte Sirente m 2348 – Monte di Canale m 2151 –Monte San Nicola m 2012
Discesa: sentiero Cai nr.13B – Costone di Valle Faito – s. CAI n.24 fino a F.te Canalicchio – s. CAI n.24° - Aielli
Accompagnatori: Francesca Mastromauro, Massimiliano Iacobitti

Escursione alternativa: Monte Etra e Savina
Classificazione delle difficoltà: E
Tempo di percorrenza: 5/6 ore
Dislivello: m 700 circa
Itinerario: Aielli m 1038 – sterrata fino a Vado Castello m 1550-sentiero Cai 13B –13 A – Monte Savina m.1760 – Monte Etra m 1818
Discesa: stessa via
Accompagnatori: Victor Giusti

30 OTTOBRE – PNALM: Monte di Valle Caprara

Classificazione delle difficoltà: E (percorso molto lungo)
Tempo di percorrenza: 7 ore
Dislivello: m 1000
Itinerario: dal Rif. del Diavolo (m 1400) per il fosso Perrone, lo stazzo del Lampazzo (m 1632), Sella del Lampazzo (m 1775), Monte di Valle Caprara (m 1998). Discesa per Madonna della Lanna (m 1086) toccando Rocca Genovese (m 1944), Monte Marcolano (m 1940).
Accompagnatori: Rodolfo Giancristofaro, Gianluca Iurisci

Escursione alternativa: giro del Pianoro della Cicerana

Classificazione delle difficoltà: E
Tempo di percorrenza: 3 ore
Dislivello: m 150 circa
Itinerario: dal Rif. Del Diavolo (m 1400), attraverso radure e boschi secolari, si attraversano il Fosso Perrone e il Rif. Di Fonte Le Prata. Il ritorno per la Fonte Cicerana
Accompagnatori: Nicola Polsoni

13 NOVEMBRE – MAJELLA: bruschette e carne arrosto al Rifugio Peschioli

Classificazione delle difficoltà: E
Tempo di percorrenza: 3/4 ore
Dislivello: m 400 circa
Itinerario: Balzolo (m 700), sent. G1, Rifugio Peschioli (m 1100)
Discesa: stessa via
Accompagnatori: Victor Giusti, Gianfranco Cavasinni

04 DICEMBRE – PRANZO SOCIALE