

CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE GRAN SASSO D'ITALIA TERAMO
SOTTOSEZIONE VAL VIBRATA MONTI GEMELLI



PROGRAMMA ATTIVITA'

2021





REGOLAMENTO

- 1) Con l'iscrizione si accettano il presente regolamento, la conduzione della Guida e le direttive da questa impartite ed alle quali occorre attenersi.
- 2) L'idoneità alla partecipazione è a giudizio insindacabile della Guida, che valuta la preparazione fisica dei partecipanti.
- 3) L'attrezzatura indicata è a carico del partecipante.
- 4) Al verificarsi di condizioni avverse o altro a giudizio della Guida (meteo, condizioni fisiche dei partecipanti ecc...), l'escursione/il trekking (in corso) può essere annullata/o o variare nei percorsi.
- 5) Ogni partecipante deve attenersi alle disposizioni della Guida ed è tenuto a partecipare alla gita con il materiale richiesto.
- 6) Il materiale tecnico/attrezzatura personale deve essere in buono stato e adatto alle esigenze della gita.
- 7) Per le gite è obbligatoria l'iscrizione e deve avvenire entro i termini previsti dalla pubblicazione.
- 8) A dipendenza della gita (difficoltà, pernottamento in rifugio, ecc.) il numero dei partecipanti può essere limitato. Farà stato l'ordine d'iscrizione e la partecipazione ad altre gite.
- 9) Chi partecipa è consapevole che le attività svolte in montagna/natura presentano caratteristiche di un certo rischio. È pertanto cosciente dell'esposizione a tale rischio e alle possibili conseguenze che ne potrebbero derivare, esonerando da ogni responsabilità la Guida per eventi accaduti al di fuori dell'accompagnamento o verificatesi in spregio alle direttive impartite.
- 10) È essenziale che il partecipante alle gite valuti le proprie capacità tecniche e fisiche al fine di non intralciarne il regolare svolgimento. La Guida si riserva comunque la facoltà, a proprio insindacabile giudizio di escludere comunque il partecipante.
- 11) Tutti i partecipanti godono di copertura assicurativa RC, valida solo sotto la conduzione della Guida medesima. Eventi che si verificano al di fuori delle direttive impartite e al di fuori dell'accompagnamento, sono sotto la personale responsabilità del partecipante.
- 12) I minori sono sotto la responsabilità del/dei genitore/i presente/i.
- 13) La Guida non si assume alcuna responsabilità per coloro che non rispettano il suddetto regolamento e le proprie direttive.

SCALA DIFFICOLTA' ESCURSIONI IN GROTTA

L1 = LIVELLO 1 = FACILE: Percorso in ambiente con basso grado di pericoli oggettivi anche di origine meteorica, nessuna difficoltà tecnica oltre le normali attenzioni di progressione escursionistica, nessuna strettoia o restringimento, tempo di visita contenuto entro le 3 ore (compreso l'avvicinamento).

L2 = LIVELLO 2 = IMPAGNATIVO: Percorso con basso grado di pericoli oggettivi anche di origine meteorica, difficoltà tecniche facili e discontinue, strettoie brevi e comode, tempo di visita contenuto entro le 6 ore (compreso l'avvicinamento).

L3 = LIVELLO 3 = DIFFICILE: Percorso con pericoli oggettivi individuati, difficoltà sostenute che richiedono l'uso di tecniche di progressione su corda, strettoie anche lunghe e disagiati, tempo di visita contenuto entro le 12 ore (compreso l'avvicinamento).

L4 = LIVELLO 4 = ESTREMO: Percorsi con caratteristiche di pericolo e difficoltà tecnica oltre le caratteristiche precedenti.

SCALA DIFFICOLTA' ESCURSIONISTICHE

T = TURISTICO = Itinerari su stradine, mulattiere o larghi sentieri, con percorsi non lunghi, ben evidenti che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Si svolgono di solito sotto i 2000 metri. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.

E = ESCURSIONISTICO = Itinerari che si svolgono su terreni di ogni genere, oppure su evidenti tracce su terreno vario (pascoli, pietraie, detriti), di solito con segnalazioni. Possono esservi brevi tratti pianeggianti o lievemente inclinati di neve residua dove, in caso di caduta, la scivolata si arresta in breve spazio e senza pericoli. Si sviluppano a volte su terreni aperti, senza sentieri ma non problematici, sempre con segnalazioni adeguate. Possono svolgersi su pendii ripidi, dove tuttavia i tratti esposti sono in genere protetti o assicurati. Possono avere singoli passaggi, o tratti brevi su roccia, non esposti, non faticosi né impegnativi, grazie alla presenza di attrezzature (cavi, scalette, pioli) che però non richiedono l'uso di equipaggiamento specifico (imbragatura, ecc). Richiedono un certo senso d'orientamento, una certa conoscenza ed esperienza di ambiente alpino, allenamento alla camminata, calzature ed equipaggiamento adeguati.

EE = ESCURSIONISTICI ESPERTI = Itinerari generalmente segnalati ma che richiedono capacità di muoversi su terreni particolari. Sentieri o tracce su terreno impervi e infido (pendii ripidi, scivolosi di erba, misti di rocce ed erba, roccia, detriti). Terreno vario, a quote relativamente elevate (pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento, ecc). Tratti rocciosi, con lievi difficoltà tecniche (percorsi attrezzati, vie ferrate fra quelle di minor impegno). Restano esclusi i percorsi su ghiacciai, anche se pianeggianti e/o all'apparenza senza crepacci. Necessitano di esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente alpino; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguati. Per i percorsi attrezzati è inoltre necessario conoscere l'uso dei dispositivi di autoassicurazione (moschettoni, dissipatore, imbrago, ecc).

EEA = ESCURSIONISTI ESPERTI CON ATTREZZATURA = Si tratta di percorsi attrezzati o vie ferrate. Si usa questa sigla al fine di avvertire l'escursionista che l'itinerario richiede l'uso dei dispositivi di autoassicurazione.

EAI = 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.

EEAG = Escursionisti Esperti Attrezzati Ghiaccio = Caratteristiche simili all' EEA ma con utilizzo di attrezzature da ghiaccio (ramponi, piccozza, corda, etc.) oltre alla conoscenza delle relative manovre di assicurazione.

FEBBRAIO

MONTE GORZANO

14

Scialpinismo & Ramponi (EEAG)

Intersezionale Cai Teramo & Val Vibrata

Marco Rizzelli e Alessandro Izzi

MARZO

SILONE & PEScina

7

Intersezionale con il Cai di Coppo dell'Orso (E)

Daniele Piccioni

Laturo da Casa Cai

14

Pasquale Chicchirichì (Sottosezione Val Vibrata)

GROTTA DEI SARACENI

21

Rio Garrafo (L1)

Gruppo Grotte

GIORNATA (22/03) MONDIALE DELL'ACQUA

28

Cai Family (T)

Filippo Di Donato, Erika Iampieri, Giorgio D'Egidio,

Mauro Di Marco, Lara Pezzoli e Manuela Macinati

CASCATE DELL'ORTANZA

28

Monti della Laga (EE)

Mario Cannella (Sottosezione Val Vibrata)

APRILE

COLLE DELLE MONACHE DA NERITO

4

Intersezionale con il Cai di Antrodoco (EE)

Niels Van Bemmelen

PASQUATREK

2 - 5

Nel Parco Nazionale del Pollino (E)

Paola Palumbi

ANELLO DEL FOLTRONE

11

da Battaglia per la Valle degli Scoiattoli
e Pian dell'Oro (EE)

Sabatino Di Pancrazio e Antonio Pilli (Sottosezione Val Vibrata)

FONTE RIONNE

18

Scialpinismo & Ramponi (EEAG)

Intersezionale Cai Teramo & Val Vibrata

Marco Rizzelli e Alessandro Izzi

GIORNATA (22/04) INTERNAZIONALE

25

DELLA TERRA

Cai Family (T)

Erika Iampieri, Giorgio D'Egidio,

Mauro Di Marco, Lara Pezzoli e Manuela Macinati

MONTE GIOVE

25

da Cellino Attanasio (E)

Niels Van Bemmelen

MAGGIO

- ANELLO DELLE CIMINIERE (SCANNO) 1 - 2
Intersezionale con il Cai di Sulmona (E)
Daniele Piccioni
-
- ANELLO DEL PUZZILO (EE) 9
Niels Van Bemmelen
-
- FESTA TRADIZIONALE DELL'ASCENZIONE 16
da Ripaberarda per la Valle dei Calanchi (E)
Silvia Fioravanti (Sottosezione Val Vibrata)
-
- VALLE DELLE CENTO FONTI 23
Intersezionale con il Cai di Coppo dell'Orso e di Sulmona (E)
Daniele Piccioni e Franco Di Michele
-
- LA MONTAGNA CHE UNISCE** 23
Giornata Interregionale (Abruzzo-Molise) TAM (E)
Traversata da Capracotta a Guado Liscia per il Monte Campo e il
Monte San Nicola: i monti che univano l'antico Sannio
(attuale confine Abruzzo Molise)
Commissione Regionale TAM
-
-  **SENTIERO ITALIA CAI** 30
Una tappa del Sentiero più lungo d'Europa
Luigi Pomponi e Giorgio D'Egidio
-

GIUGNO

SPELEOBIMBO

Gruppo Grotte e Forre

6

LA MONTAGNA SI TINGE DI ROSA

TAM Abruzzo sulla Majella

6

IN CAMMINO NEI PARCHI

1991-2021 trentennale Progetto Camoscio d'Abruzzo
e Trekking Aprutino (TA)

Gennaro Pirocchi, Filippo Di Donato e Luigi De Angelis

13

ANELLO DELLA MONTAGNA DEI FIORI

da Ripe e S. Maria Maddalena (EE)

Silvio Ippoliti (Sottosezione Val Vibrata)

20

DIVERSAMENTE SPELEO

Gruppo Grotte

27

DA VADO DI SOLE A FONTE VETICA

Paolo Iacovoni e Paolo Melasecchi

27

LUGLIO

MONTE AMARO DA FONTE ROMANA

Intersezionale con il Cai di Sulmona (EE)

Daniele Piccioni

4

I DUE CORNI DEL GRAN SASSO

Intersezionale con il Cai di Siena (EEA)

Luigi Pomponi, Giorgio D'Egidio e Francesco Verzulli

10 - 11

TRAVERSATA DA FORCA DI PRESTA A FOCE
per il nuovo Rifugio Zilioli (Monti Sibillini) (EE)
in collaborazione con il Club Amici della Montagna
(Sottosezione Val Vibrata)

18

MONTE CORVO
da Prato Selva (EE)
Niels Van Bemmelen

25

AGOSTO

FORCHETTA DI PENNE DA FONTE VETICA
Paolo Iacovoni e Paolo Melasecchi

1

ASPETTANDO L'ALBA SUL MONTE GIRELLA
10^a edizione de "escursione su la croce" (EE)
Intersezionale Cai Teramo & Val Vibrata
In collaborazione con l'ASD Monti Gemelli Adventure
Ref. Gennarino Di Lorenzo
Daniele Piccioni e Franco Di Michele

8

I° TREKKING DEI MONTI GEMELLI
5 giorni - 4 notti in tenda (EE)
Marco Nardi (Sottosezione Val Vibrata)

12 - 16

CAI FAMILY
Erika Iampieri, Giorgio D'Egidio, Mauro Di Marco,
Lara Pezzoli e Manuela Macinati

29

SETTEMBRE

GROTTA VACCA MORTA

Gruppo Grotte

5

PIZZO DI INTERMESOLI

Intersezionale Cai Teramo & Val Vibrata (EE)

Giorgio D'Egidio e Sabrina Di Gaetano

12

CORNO PICCOLO

per la Via Normale (EE)

Daniele Piccioni e Niels Van Bemmelen

19

SORGENTE PANE & CACIO

da Cesacastina (E)

in collaborazione con Pro Natura Laga

Franco Di Michele e Verena Monaldi

26

OTTOBRE

CORNO GRANDE VETTA OCCIDENTALE

da Campo Imperatore per la Direttissima e Via delle Creste (EE)

Luigi Pomponi e Francesco Romani

3

MONTE NURIA

Treno trekking – Intersezionale con il Cai di Antrodoco

Niels Van Bemmelen

10

PASSEGGIATA E CASTAGNATA A CASA CAI

Simone De Santis e Silvia Ritrovati (Sottosezione Val Vibrata)

24

NOVEMBRE

SAN MARTINO CON IL CAI

7

Cai Family - Intersezionale con il Cai di Castelli

*Erika Iampieri, Giorgio D'Egidio, Mauro Di Marco, Lara Pezzoli
e Manuela Macinati*

ROCCAMORICE

7

Colori d'autunno fra eremi e scalate

(uscita comune di gruppo arrampicata e escursionismo)

Dario Di Gennaro (Sottosezione Val Vibrata)

COLLE PELATO

14

da Flamignano (E)

Niels Van Bemmelen

VALLE DEGLI SCOIATTOLI

21

da Battaglia (E)

Franco Di Michele

DICEMBRE

**GIORNATA (11/12) INTERNAZIONALE
DELLA MONTAGNA**

12

Cai Family (T)

*Erika Iampieri, Giorgio D'Egidio,
Mauro Di Marco, Lara Pezzoli, e Manuela Macinati*

CENA SOCIALE

17

(venerdì) per auguri di fine anno

Commissione Escursionismo

MONTE PISELLI

(sabato) Ciaspolata notturna

Gigi Paci (Sottosezione Val Vibrata)

FONDO DELLA SALSA

per auguri di fine anno

*Cai Sezione di Castelli*EVENTO TRENTENNALI**GIUGNO 13:** Trent'anni fa... 1991 – 2021

- Riserva comunale Corno Grande di Pietracamela e Progetto di reintroduzione del Camoscio d'Abruzzo;
- Trekking Aprutino nel Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga.

PROGRAMMA MONTAGNATERAPIA**OGNI DUE GIOVEDI' del MESE:** uscita di MONTAGNATERAPIA con il CSM di Sant'Egidio.PROGRAMMA ARRAMPICATA**MARZO/OTTOBRE:** uscite domenicali nelle principali falesie di Marche e Abruzzo (riferimento in sede, Palestra Blue Rock di Martinsicuro).**MAGGIO:** primo HAPPENING di ARRAMPICATA in VALLE degli SCOIATTOLI (scalate in libertà nel paradiso outdoor dei Monti Gemelli).**SETTEMBRE:** uscita di gruppo ad ARCO di TRENTO, capitale mondiale dell'arrampicata sportiva, in occasione del ROCK MASTER 2021.**ULTIMO GIOVEDI' DI OGNI MESE** nella SEDE CAI, all'interno della PALESTRA BLUE ROCK di MARTINSICURO: INCONTRI DI ARRAMPICATA LIBERA (lezioni di tecnica e manovre a cura di Marco Nardi, Istruttore Nazionale CAI).PROGRAMMA CULTURALE**AGOSTO 2021:** TERZA EDIZIONE del CAMPLI MOUNTAIN FESTIVAL (incontri, attività, mostre ed eventi nel cuore dei Monti Gemelli).**TUTTE LE SETTIMANE IN SEDE:** INCONTRI CON IL CAI (incontri di fotografia, escursionismo, materiali tecnici, storia dell'alpinismo, fauna erbe e flora d'altura, orizzonti di escursionismo, meteo, sicurezza ed orientamento in montagna, ecc.).**NOTE:**

1. le iniziative in verde hanno tutte carattere Nazionale o Regionale;
2. Attività Sottosezione Val Vibrata;
3. Corso BASE di Escursionismo (maggio – giugno);
4. Corso ASE (date da stabilire).

