

PROGRAMMA 2023



SALUTO DEL PRESIDENTE

Cari Soci e Socie.

Come Presidente della Sezione rivolgo a tutti voi un caloroso saluto anche a nome del Consiglio Direttivo, inoltre come sempre rivolgo un particolare ringraziamento a tutti i sponsor e coloro che anche quest'anno hanno dato il loro prezioso contributo per la realizzazione del programma 2023.

L'anno passato è stato quello del centenario dove sono stati realizzati un nutrito numero di incontri, manifestazioni ed escursioni, con un notevole dispendio di energie e di tempo da parte di tutti ma ricevendo grandi soddisfazioni sia per la partecipazione vostra, ma principalmente per la presenza del Presidente Generale del CAI Antonio Montani che ha voluto festeggiare con noi il centenario della Sezione

Anche quest'anno il programma sarà realizzato per conoscere il territorio, sia nella nostra Regione, ma anche fuori proponendo escursioni nel Lazio inoltre la Settimana Verde si svolgerà in Slovenia e il Cammino di Santiago in Portogallo.

Quest'anno si ripropone il Sentiero della Libertà nella sua versione effettiva la traversata in tre giorni da Sulmona a Casoli.

Alla fine dell'anno vi sarà l'elezione del nuovo Consiglio Direttivo, spero che tutti voi partecipate numerosi a questo importante appuntamento dell'Associazione.

Nel salutarvi vi ricordo che per qualsiasi informazione, vi aspettiamo in sede dove saremo lieti di fornirvi ulteriori delucidazioni.

Buona montagna a tutti

Un caro saluto
A. G. Valter Adeante

PERCHE' ISCRIVERSI AL CAI

Iscrivendosi al CAI si potrà ricevere a casa propria la rivista mensile "Montagne 360°".

Il CAI organizza, per i propri soci e per quanti si vogliono avvicinare alla montagna, corsi di addestramento alle attività alpinistiche, sci-alpinistiche, sci-escursionistiche, escursionistiche, speleologiche e naturalistiche; tutti questi corsi sono tenuti da esperti appositamente addestrati dal CAI. Si occupa inoltre della tracciatura e della manutenzione della sentieristica nazionale, della gestione e della manutenzione dei rifugi e dei bivacchi di proprietà.

Da non dimenticare poi che il CAI esercita, su competenza attribuita da specifiche Leggi della Repubblica italiana, il soccorso in montagna tramite il Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico (CNSAS). Attività questa importantissima che viene svolta unicamente a livello di volontariato e che ogni anno salva numerose vite umane.

Per i Soci Cai è gratuita l'App GeoResQ, un servizio di geolocalizzazione e d'inoltro delle richieste di soccorso dedicato a tutti i frequentatori della montagna ed agli amanti degli sport all'aria aperta. Il servizio, gestito dal Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico, consente di determinare la propria posizione geografica, di effettuare il tracciamento in tempo reale delle proprie escursioni, garantisce l'archiviazione dei propri percorsi sul portale dedicato, ed in caso di necessità l'inoltro degli allarmi e delle richieste di soccorso attraverso la centrale operativa GeoResQ.

Un altro vantaggio è dato dai prezzi convenzionati, particolarmente vantaggiosi, per alloggiare nei rifugi di proprietà del CAI, anche all'estero, e nell'effettuare acquisti in taluni esercizi commerciali con i quali le sezioni hanno stipulato specifiche convenzioni; si usufruisce anche di un forte sconto sull'acquisto delle pubblicazioni del CAI.

Inoltre, nel malaugurato caso dovesse succedere un'incidente mentre si stanno svolgendo le attività istituzionali dell'associazione, si è coperti da un'assicurazione che rimborsa le spese del soccorso, costo questo che spesso è di non lieve entità nel caso debba intervenire l'elicottero, e contribuisce alle spese mediche, tutto secondo i massimali in vigore. Possibilità anche di stipulare una polizza assicurativa integrativa per l'attività individuale svolta in montagna.

INFORMAZIONI UTILI



ESCURSIONI CON RACCHETTE DA NEVE



ESCURSIONI IMPEGNATIVE



ESCURSIONI MENO IMPEGNATIVE

rivolte alle famiglie e ai giovani

SENTIERO DELLA LIBERTÀ

21 - 22 -23 APRILE 2023: *Sulmona - Casoli*

ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI

Venerdì 24 marzo - Venerdì 24 novembre

CONCORSO FOTOGRAFICO Mese Di Ottobre

in collaborazione e con il patrocinio della **UIF AQ09**

Responsabili: Sarrocco Giovanni Bezzu Roberto

CONSIGLIO DIRETTIVO

Presidente Adeante Valter

Vice Presidente Restaino Nino

Tesoriere A.S.E. Tarquini Giovanni 338.3657132

Segretario Bezzu Roberto

Consigliere Delli Navelli Eraldo

Consigliere Maraschio Diego

Consigliere Capaldo Domenico

CONSIGLIO REVISORI DEI CONTI

Presidente Cocco Claudio

Revisore D'Annunzio Antonio

Revisore Di Bacco Panfilo

GENNAIO



DOMENICA 15:

Ciaspolata Piano 5 Miglia/Chiarano



Coord. Adeante Valter

FEBBRAIO



DOMENICA 05:

Ciaspolata Campogiovese



Coord. Capaldo Domenico



DOMENICA 19:

*Ciaspolata Passo San Leonardo -
Giornata del Ricordo*

Coord. Restaino Nino



DOMENICA 26:

*Ciaspolata Gioia Vecchia
organizzata dalla sez. Coppo dell'Orso*

MARZO



DOMENICA 20:

Ciaspolata Valle Gentile/Pelosello

Coord. Restaino Nino



DATA DA DEFINIRE:

Montagnaterapia



Aielli il cammino del sistema solare

Coord. Tarquini Giovanni - Adeante Valter



APRILE



DOMENICA 02:

Escursione con CAI Frascati - La Via degli Inferi e Le Cascate di Cerveteri



Coord. Tarquini Giovanni



DOMENICA 16:

Escursione Intersezionale Le Cento Fonti- Cesacastina

Coord. Capaldo Domenico



DOMENICA 30:

Escursione Passo San Leonardo/Cima Sulmona/Diana e Tamara

Coord. Restaino Nino

Residenza di Campagna



Villa Giovina

Via di Villa Giovina 38 - Bagnaturo di Pratola Peligna (AQ)
Tel e Fax 0864.251746 - email: info@villagiovina.it
www.villagiovina.it

gruppo autotrasporti sulmona
ggs
S.p.A.

gruppo autotrasporti sulmona
di Angostoni Gennaro & C. sas

Architetto

Viale Mazzini 95
Sulmona - Tel: 0864.53755

CIESSE
Materiali e Finiture per l'Edilizia

Via A. De Gasperi 21 - Sulmona (AQ)
Tel 0864-54048 34648
info@ciesse.net www.ciesse.net

BCC PRATOLA PELIGNA
GRUPPO BCC ICCREA

MAGGIO

LUNEDÌ 01:



Escursione Pietra Maggiore

Coord. Le Donne Lucio

DOMENICA 07:



*Escursione Intersezionale Le
Vicenne Morrone*

Coord. Denitza Hristova



DA DOMENICA 14 A DOMENICA 21:



*Settimana Azzurra - Cilento Marina di
Camerota*

Coord. Adeante Valter

DOMENICA 21:



*Escursione Intersezionale Valle
dell'Orfento*



Coord. Tarquini Giovanni

VENERDÌ 26:



*Escursione intersezionale Marsica
Piana del Fucinio*



Coord. Tarquini Giovanni

DOMENICA 28:



*Escursione PNALM Grotta dello
Schievo Lago Vivo*

Coord. Restaino Nino



GIUGNO

DOMENICA 04:



*Escursione Gruppo Sirente La Castellina
M.te Canale - S. Nicola*
Coord. Di Sanza Lucio



DOMENICA 11:

Monte Autore
Coord. Adeante Valter



DOMENICA 18:



*Escursione Parco Nazionale
d'Abruzzo, Lazio e Molise - La
Montagna si tinge di rosa - M.te
Meta*
Coord. A.G. Tempesta Patrizia

DOMENICA 25:



*Escursione Giornata Nazionale
Sentiero Italia CAI*
Coord. Bezzu Roberto



LUGLIO



DOMENICA 09:

*Escursione Pagliare di Tione da
Stazione di Fontecchio*
Coord. Tarquini Giovanni



DOMENICA 23:

*Escursione Anello Vena Stellante-
Rifugio Sebastiani*
Coord. Delli Navelli Eraldo



DOMENICA 30:

*Escursione Intersezionale
Cima delle Murelle*
Coord. Tarquini Giovanni e
Le Donne Lucio

ERREDIWEB
WWW.ERREDIWEB.IT

GRAFICA | STAMPA | WEB
CAMPAGNE PUBBLICITARIE DIGITALE & OFFSET SITI-INTERNET

PIAZZA VENEZUELA 15 - SULMONA
TEL. 0864.950116 - www.errediweb.it - info@errediweb.it



AGOSTO



DOMENICA 06:

Muntagninjazz - Guado Di Coccia



Coord. Capaldo Domenico



DA MARTEDÌ 08 A VENERDÌ 11:

Cammino di San Gerardo - da Pettorano sul Gizio a Gallinaro con Ass. Trekking Genzana

Coord. Sezione Cai Sulmona



DA DOMENICA 27 AGOSTO A DOMENICA 3 SETTEMBRE:

Settimana Verde - Kraniska Gora Slovenia



Coord. Adeante Valter



SETTEMBRE



DOMENICA 10:

Escursione Corno Grande-Gran Sasso

Coord. Delli Navelli Eraldo



DOMENICA 17:

Escursione Intersezionale Sentiero Sipari

Coord. Tarquini Giovanni



DOMENICA 24:

Escursione Roccacasale Colle dei Sambuchi

Coord. Andreano Picini e Rotondo Vincenzo



DA MARTEDÌ 26 A LUNEDÌ 09:

Santiago da Compostela Cammino Portoghese

Coord. Adeante Valter



OTTOBRE

DOMENICA 01:



Escursione Scanno/Diga S. Domenico Villalago
Coord. Petrocco Giovanni

SABATO 07:



*Escursione Intersezionale Guidonia - M.ti Lucretili -
M.te Gennaro - Anello Palombara - Marcellina
con autobus*



Coord. Tarquini Giovanni

DOMENICA 15:



Escursione Morrone di Pacentro Quota 1800
Coord. Denitza Hristova

DOMENICA 22:



*Escursione Foliage nel Parco della Maiella
- Monte Rotella da Roccapia*
Coord. Di Sanza Lucio

DOMENICA 29:



Monte Cava
Coord. Maraschio Diego

UnipolSai
ASSICURAZIONI

UnipolSai Agenzia di Sulmona (Porta Napoli)
di Capaldo Domenico

Piazza Vittorio Veneto, 11 - Sulmona (AQ)

tel. 0864.51302 - mail : 01218@unipolsai.it

sito : www.unipolsaisulmona.it



NOVEMBRE



DOMENICA 12:

Escursione Bominaco Fontecchio



Coord. Adeante Valter

DICEMBRE



DOMENICA 17:

*Escursione e Pranzo di
chiusura per Auguri di Natale*

Coord. Adeante Valter

RICCI GUIDO IMPRESA EDILE

Via Ponte Nuovo, 67

Castel di Sangro (AQ)

tel. 0864840803 - 0864845253

Adrian Sport
di Palma Sergio

NEGOZIO DI ARTICOLI SPORTIVI
Running / Montagna / Calcio
Piscina / Tennis / Fitness

segui su **Via Papa Giovanni XXIII, 14 - Sulmona**
Tel. 0864.210511
P.IVA 01226900668



REGOLAMENTO

Il rinnovo dell'associazione deve essere effettuato entro il 31 marzo per evitare la sospensione della qualifica di socio e di conseguenza l'interruzione della copertura assicurativa.

REGOLAMENTO ATTIVITA': la partecipazione alle escursioni è aperta a tutti i soci ed eccezionalmente anche ai non soci con pagamento dell'assicurazione a parte di € 15,00 comunicando il nominativo almeno tre giorni prima dell'escursione. Per tutte le escursioni è necessario prenotarsi secondo le modalità disposte dall'avviso dell'escursione o della manifestazione.

I coordinatori di gita curano l'esecuzione dell'escursione, hanno facoltà di modificare il programma, l'orario e l'itinerario per sopravvenute necessità di sicurezza. Possono escludere i partecipanti non ritenuti idonei o insufficientemente equipaggiati. Tutti i partecipanti dovranno offrire massima collaborazione ai coordinatori specie a fronte di avvenuta difficoltà.

RISCHI E RESPONSABILITA': le escursioni, coerentemente alla loro natura, pongono i partecipanti di fronte ai rischi e ai pericoli inerenti l'ambiente montano, pertanto iscrivendosi ad esse si accettano i rischi scaricando la Sezione ed i coordinatori di gita per incidenti o infortuni che dovessero verificarsi durante l'escursione. La copertura per eventuali danni è assicurata da polizza C.A.I., che viene attivata direttamente con l'iscrizione.

SOCCORSO ALPINO: prevede per i soci il rimborso di tutte le spese sostenute nell'opera di ricerca, salvataggio e/o recupero, sia tentata che compiuta. E' valida sia in attività organizzata che personale.

***In tutta la Regione Abruzzo per emergenze
in montagna chiamare 118***

PROPOSTE CORSI SCUOLA INTERSEZIONALE ALPINISMO E SCI-ALPINISMO "ROSA DEI VENTI"

- Gennaio-febbraio: corso AG1 - alpinismo invernale (4 lezioni pratiche)
- Febbraio-marzo: corso SA1 - scialpinismo di base (6 lezioni pratiche)
 - Aprile-maggio: corso arrampicata libera AL1 (6 lezioni pratiche)
 - Aprile-maggio: corso scialpinismo avanzato SA2 (8 lezioni pratiche)
- Giugno: corso alpinismo avanzato A2 (Alpi, ghiacciaio- 6 lezioni pratiche)
- Settembre-ottobre-novembre: corso alpinismo base (modulo roccia) A1 (6 lezioni pratiche)



I soci godranno di condizioni favorevoli riguardo le quote previste per la partecipazione a tali corsi.

INCONTRI CON LA MONTAGNA: PROGRAMMA A PARTE

Esercizi convenzionati con la sede CAI Sulmona:

- "Adrian Sport" Sulmona:
Sconto 15%

TESSERAMENTO

Il rinnovo dell'iscrizione all'Associazione deve essere effettuato entro il 31 marzo per evitare la sospensione della qualifica di socio e, di conseguenza, l'interruzione della copertura assicurativa.

QUANTO COSTA ISCRIVERSI AL CAI

- SOCIO ORDINARIO € 45,00 / - SOCIO ORDINARIO JUNIORES € 22,00
(tra i 18 e i 25 anni)
- SOCIO FAMILIARE € 22,00 / - SOCIO GIOVANE € 16,00
(minore di 18 anni)
- TESSERA € 5,00
(solo il primo anno)

GRAFICA E STAMPA RDWEB - SULMONA



Sezione di Sulmona

Sito internet: www.caisulmona.it - Indirizzo mail: sezione@caisulmona.it

Sede Sociale: Via Angeloni, 11 - provvisoria Via Mazara, 25

Giorni di apertura: Martedì e Venerdì dalle ore 18:00 alle ore 19:30

Tel: 347.7067869