

CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI ISOLA DEL GRAN SASSO
e Sottosezione di Pietracamela



Programma 2023



SEZIONE CAI DI ISOLA DEL GRAN SASSO

Salita del Torrione, 8 - 64045 Isola del Gran Sasso (TE)

 331 2485733
 www.caiisola.it

 isoladelgransasso@cai.it
 CAI Sez. Isola del Gran Sasso

Consiglio Direttivo (Triennio 2022-2024)

CHRISTIAN MENEI	<i>Presidente</i>	ERICA CLEMENTELLA	<i>Revisore Dei Conti</i>
CLAUDIO DI STEFANO	<i>Vice Presidente</i>		<i>(Pres. del Collegio)</i>
LUIGI POSSENTI	<i>Segretario e Tesoriere</i>	FEDERICA GARSONE	<i>Revisore dei Conti</i>
PASQUALE PICHINELLI	<i>Consigliere</i>	MARIKA DI DONATO	<i>Revisore dei Conti</i>
BRUNO DAMIANI	<i>Consigliere</i>		

Titolati

CHRISTIAN MENEI	<i>Accompagnatore di Escursionismo (AE) + EAI</i>
GIULIA MODESTI	<i>Accompagnatore di Escursionismo (AE)</i>
CLAUDIO DI STEFANO	<i>Accompagnatore Sezionale di Escursionismo (ASE)</i>
DINO ROSSI	<i>Accompagnatore Sezionale di Escursionismo (ASE)</i>
PASQUALE PICHINELLI	<i>Accompagnatore Sezionale di Escursionismo (ASE)</i>
GIORGIO DI GIUSEPPE	<i>Istruttore Sezionale di Alpinismo (ISEA)</i>
GIULIANO DI MARCO	<i>Istruttore Sezionale di Alpinismo (ISEA)</i>

SOTTOSEZIONE CAI DI PIETRACAMELA

c/o Casa del Comune - 64047 Pietracamela (TE)

 348 7906341 (Andrea Bollati - Reggente)  info@caipietracamela.it
 333 2324474 (Luca Mazzoleni)  CAI Pietracamela
 www.caipietracamela.it

Tesseramento 2023

Il Consiglio Direttivo della Sezione, considerando l'importo minimo deciso dall'Assemblea dei Delegati ha deliberato le quote sociali per l'anno 2022:

- Soci Ordinari euro **45,00**
- Soci Familiari euro **25,00**
- Soci Ordinari Juniores (con meno di 25 anni) euro **25,00**
- Soci Giovani (con meno di 18 anni) euro **16,00**
- Soci Aggregati euro **10,00**

Per i nuovi soci, la tassa di iscrizione è di euro **5,00**, comprensiva della tessera nazionale.

Il rinnovo deve essere effettuato entro il **31 marzo 2023**, in modo da garantire la continuità della copertura assicurativa (infortuni e soccorso alpino in attività sezionali) e l'abbonamento alla rivista "Montagna 360". In caso di rinnovo in data successiva al 31 marzo 2022 e per i nuovi iscritti, le coperture assicurativa saranno attive dal momento della registrazione sulla piattaforma nazionale di tesseramento del CAI. I rinnovi e le nuove iscrizioni si ricevono entro il 31 ottobre 2022. Coloro che volessero riacquisire la qualità di socio conservando l'anzianità di iscrizione, possono farlo previo pagamento alla Sezione delle quote relative ai bollini mancanti (al prezzo stabilito dalla sede centrale).



*“ La montagna ci offre la cornice ... tocca a noi inventare la storia
che va con essa!”*

Nicolas Helmbacher

Presentazione

Care socie e cari soci, ormai è già trascorso un anno da quando ho avuto la vostra fiducia assumendo la carica di Presidente di sezione. Un anno pieno di impegni, condivisi con una grande squadra, al fine di ottenere i migliori risultati possibili, rimanendo consapevoli che c'è sempre tanto da fare per crescere ancora.

Come ogni anno il nostro programma sezionale ha un tema che lega tutte le attività proposte e quest'anno abbiamo deciso di dedicarlo proprio alla figura del socio, cuore pulsante della sezione, senza il quale l'associazione non avrebbe vita.

In che modo il programma si svilupperà, cercherò in breve di descriverlo: quest'anno le attività saranno proposte in ordine crescente per difficoltà e si succederanno propedeuticamente in modo da accompagnare gradualmente ed adeguatamente il socio di sezione ad affrontare tutte le escursioni proposte, in un percorso che toccherà diverse discipline dell'alpinismo, partendo dall'escursionismo estivo fino ad arrivare a quello invernale, passando per l'arrampicata sportiva e lo scialpinismo.





In questo percorso cercheremo di migliorare il nostro operato facendo riferimento ai professionisti operanti nel CAI, ovvero le scuole di alpinismo e scialpinismo come la scuola GRAN SASSO a cui siamo affiliati e la scuola Regionale di Escursionismo.

Senza dilungarmi ulteriormente, colgo l'occasione per rinnovare il mio invito a prendere parte alla vita di sezione, riunendoci, nei consueti appuntamenti del venerdì sera, per aggiungere sempre nuova linfa, con idee, proposte migliorative e di arricchimento dei prossimi programmi annuali, valutando l'opportunità di mettersi in gioco, sempre affiancati dalla figura titolata di riferimento. Il direttivo sarà lieto di concedere pieno appoggio anche a tutti quei soci che vorranno intraprendere un percorso di crescita con e per la sezione, formandosi come accompagnatori o istruttori di alpinismo, figure essenziali e guide imprescindibili all'interno delle Sezioni CAI.

Vi auguro una buona Montagna.

*Il Presidente
Christian Menei*



ESCURSIONISMO INVERNALE

DICEMBRE 2022 - GENNAIO 2023

CIASPOLATA ALLA SELVA DEGLI ABETI

Itinerario: Forca Di Valle – Fosso Dello Scarpone – Selva Degli Abeti – Ritorno.

Difficoltà: **EAI** – Durata: **5h** – Dislivello: **375m**

CIASPOLATA A SAN PIETRO

Itinerario: San Pietro – Sorgente Acquatina – Belvedere – Pineta – San Pietro.

Difficoltà: **EAI** – Durata: **5h** – Dislivello: **500m**



CIASPOLATA A CASALE SAN NICOLA

Itinerario: Casale San Nicola – Fonte Nera - Prati Dello Scangalo - Casale San Nicola.

Difficoltà: **EAI** – Durata: **5h** – Dislivello: **500m**

CIASPOLATA A MONTE PISELLI

Itinerario: San Giacomo - Tre Caciare - Monte Piselli.

Difficoltà: **EAI** – Durata: **Giornata** – Dislivello: **600m**



Le date saranno stabilite, di volta in volta, dagli accompagnatori e/o coordinatori negli incontri in Sezione, in base alle condizioni climatiche e di innevamento. Ne sarà data informazione in Sezione, sul sito www.caiisola.it e sul gruppo facebook.

Coordinatore: Sezione CAI Isola del Gran Sasso 333 3886492

ARRAMPICATA

APRILE - LUGLIO 2023

23 APRILE 2023

FORCA DI VALLE PLACCA DEL TECCHIAIOLO (STEP 1)

Primi Passi in falesia, Attrezzatura, nodologia e metodi di assicurazione.

14 MAGGIO 2023

FALESIA DI PIETRAROTONDA (STEP 1)

Arrampicata sportiva, ripasso dei temi della prima giornata.

21 MAGGIO 2023

FALESIA DI PAGLIARA (STEP 2)

Arrampicata e manovre di corda, introduzione al materiale da alpinismo, recupero del secondo di cordata e discesa in corda doppia.

04 GIUGNO 2023

FALESIA DI FARINDOLA (STEP 3)

Arrampicata su vie multipitch con discesa in corda doppia.





18 GIUGNO 2023

SPERONE FRANCHETTI E FIAMME DI PIETRA (STEP 4)

Arrampicata su vie multipitch, su una via semplice di alpinismo con introduzione alle protezioni alpinistiche (Chiodi, Friend e Dadi).

23 LUGLIO 2023

VIA ALPINISTICA AL GRAN SASSO (STEP FINALE)

Via in ambiente con l'applicazione di tutte le tecniche precedentemente apprese. **(per accedere a questa giornata bisognerà tassativamente aver partecipato almeno alle ultime 3gg. di arrampicata proposte)**

Considerato il numero limitato di posti, per le iscrizioni alle attività di arrampicata, sarà data priorità ai soci della sezione.

Istruttori:

ISEA- Giorgio Di Giuseppe – ISEA- Giuliano Di Marco - ISEA- Luca Scarpone

Per Iscrizioni: CAI Isola Del Gran Sasso 333 3886492

SCIALPINISMO

GENNAIO - MARZO 2023

22 GENNAIO 2023

MONTE PISELLI (STEP 1)

Introduzione ai materiali di autosoccorso (Artva Pala e Sonda), gestione della salita con le pelli di foca.

Itinerario: San Giacomo - Tre Caciare - Monte Piselli, Discesa mista su pista e fuoripista.

Difficoltà: **F** Durata: **Giornata** Dislivello: **600m**

29 GENNAIO 2023

MAJELLETTA, CIMA BLOCKHOUSE DA PASSOLANCIANO, STAZZO.(STEP 2)

Ripasso delle tecniche apprese nell'uscita precedente, una discesa fuoripista ed una discesa in pista.

Itinerario: Passolanciano – Majelletta – Cima Blockhouse discesa allo Stazzo, Ritorno a ritroso con salita alla Cima del Blockhouse e discesa fino a Passolanciano.

Difficoltà: **F+** Durata: **Giornata** Dislivello: **780m/1.100m**



05 FEBBRAIO 2023

MADONNINA DEL GRAN SASSO 2.007M (STEP 2)

Itinerario: Prati Di Tivo – Rifugio Cima Alta – Albergo Diruto –
Madonnina – Discesa per lo stesso itinerario della Salita.

Difficoltà: **F+** Durata: **Giornata** Dislivello: **557m**

19 FEBBRAIO 2023

MONTI DELLA LAGA

**MONTE GORZANO 2.458M PER LA COSTA DELLE TROIE (STEP 3)
CON SOTTOSEZIONE DI PIETRACAMELA**

Itinerario: Da Cesacastina per la Costa delle Troie.

Difficoltà: **MS** Durata: **Giornata** – Dislivello: **1.200m**



05 MARZO 2023

**CIMA DELLA LAGHETTA SUD 2.369M (STEP FINALE)
CON SOTTOSEZIONE DI PIETRACAMELA**

Itinerario: Da Cesacastina per Iaccio Tondo.

Difficoltà: **MS** Durata: **Giornata** Dislivello: **1.300m**

Gli itinerari potranno subire variazioni o cambi di data a seconda delle condizioni nivo-meteorologiche.

Obbligatorio il Kit ARTVA



Per Iscrizioni: CAI Isola Del Gran Sasso 333 3886492

ESCURSIONISMO

MARZO - OTTOBRE 2023

26 MARZO 2023

GIORNATA DI ORIENTEERING

Preparazione di un'escursione su carta con tracciato di rotta da seguire sul campo.

Sezione CAI Isola 333 3886492



02 APRILE 2023

I LAGHETTI DI RACOLLO.

Itinerario: Rifugio Racollo – Ruderì S. Maria del Monte – Cima Di Faiete 1915m – Laghetto la Fossetta – Lago di Barisciano – Lago di Passaneta – Rifugio Racollo.

Difficoltà: **E** Durata: **4:30h** Dislivello: **400m+**

ASE Claudio Di Stefano 338 2370447.



30 APRILE 2023

TRAVERSATA ISOLA-EREMO DI SAN NICOLA

Itinerario: Isola Del Gran Sasso – Via Ceciliana – Ruderer San Valentino – Cerchiara – Madonnina Delle Masserie – Canale Di Gronda – Eremo di San Nicola.

Difficoltà: **E** Durata: **5h** Dislivello: **650m**

AE Christian Menei 333 3886492

28 MAGGIO 2023

MONTE BRANCASTELLO 2.385M DA VADO DI CORNO.

Itinerario: Vado di Corno – Sentiero del Centenario fino Alla Vetta Del Brancastello 2,385m – Ritorno.

Difficoltà: **E** Durata: **5h** Dislivello: **600m+**

ASE Claudio Di Stefano 338 2370447

11 GIUGNO 2023

PIZZO CEFALONE 2.533M

Itinerario 1: Campo imperatore – Passo del Lupo – Valico della Portella – Pizzo Cefalone.

Difficoltà: **E** Durata: **5h** Dislivello: **450m**

ASE Dino Rossi 335 7014117

Itinerario 2: Fonte Cerreto SI 100 E – La Sequera- Vallone Della Portella - Valico della Portella – Pizzo Cefalone 2533m – Passo Della Portella – Rifugio Duca Degli Abruzzi - Piazzale Campo Imperatore.

Difficoltà: **EE** Durata: **7h** - Dislivello **1.400m**

ASE Pasquale Pichinelli 348 3002998

25 GIUGNO 2023

MONTE CAMICIA 2.564M

Itinerario: Fonte Vetica – Vallone di Vradde – Balconate Monte Camicia – Vetta 2,564m – Ritorno.

Difficoltà: **EE** Durata: **6h** Dislivello: **1000m+**

AE Claudio Di Stefano 338 2370447



02 LUGLIO 2023

BALCONE DI SANTA MARIA (INTERSEZIONALE CON IL CAI ORTONA)

Itinerario: Fonte Tettone – Rifugio Di Marco – Piana Grande – Balconata di Santa Maria – Fonte Centiata – Ritorno.

Difficoltà: **T** Durata **4h** Dislivello: **300m**

Francesco Trifoni 349 1038663

08 LUGLIO 2023

FESTA DELLA MONTAGNA

ORGANIZZATA DALL'ASBUC DI CASALE SAN NICOLA IN COLLABORAZIONE CON L'ASSOCIAZIONE CULTURALE **SOTTO UN PONTE** DI CASALE S. NICOLA, I **FALCHI DEL GRAN SASSO** CHE ALLESTIRANNO UNA PARETE DI ARRAMPICATA APERTA A TUTTI, **ESPERIENZA NATURA** CHE CONSENTIRÀ AI DISABILI DI PARTECIPARE ALL'ESCURSIONE CON LA JOELETTE ED IL **CORO ALPINO STELLA DEL GRAN SASSO** CHE ALLIETERÀ L'EVENTO CON CANTI DI MONTAGNA, STAND ESPOSITIVI DELLE ASSOCIAZIONI DEL TERRITORIO.

Itinerario: Casale San Nicola - Canale di Gronda - Eremo di San Nicola - Santa Messa e Festa presso l'Eremo - ritorno per Fonte San Nicola.

Difficoltà: **T** Durata: **3h** Dislivello: **240m**

Sezione CAI Isola 333 3886492



09 LUGLIO 2023

MONTE AQUILA PER IL SENTIERO GEOLOGICO

Itinerario: Vado di Corno – Valle Dell'Inferno – Sentiero Geologico – Monte Aquila – Cresta Di Monte Aquila – Vado di Corno.

Difficoltà: **EE+** Durata: **6/8h** – Dislivello: **800m+**

AE Giulia Modesti 347 7128945

30 LUGLIO 2023

I VALLONI DEL CIMONE DI SANTA COLOMBA.

Itinerario: Bosco di Pagliara – Fonte Del Peschio – Fossaceca – Prato di Santa Colomba – Pezza Lunga – Santa Colomba – Bosco di Pagliara.

Difficoltà: **EE** Durata: **8h** Dislivello: **1.300m**

ASE Dino Rossi 335 7014117

06 AGOSTO 2023

**FRONTE GROTTA DA FRONTE VETICA
(INTERSEZIONALE CON IL CAI ORTONA)**

Itinerario: Fonte Vetica – Fontanile – Colle dell’Omo Morto – Fonte Grotta - Ritorno.

Difficoltà: **E/EE** (per la grotta) Durata: **4h** Dislivello: **400m**

Francesco Trifoni:349 1038663 - Erardo Colantoni:339 8425658

17 SETTEMBRE 2023

**MONTE SIRENTE
(INTERSEZIONALE CON IL CAI AVEZZANO)**

Itinerario: Chalet del Sirente - Valle Lupara - Cresta del Sirente – Monte Sirente (2.348m) – Ritorno.

Difficoltà: **EE** Durata: **7h** Dislivello: **1.200m**

AE Christian Menei 333 3886492





24 SETTEMBRE 2023

MONTE CORVO DALLA VAL CHIARINO PER LA CRESTA OVEST

Itinerario: Masseria Cappelli – Cresta Ovest Monte Corvo – Vetta Occidentale 2533m – Vetta Principale M. Corvo 2623m – Sella Di Monte Corvo – Stazzo di Solagne – R.Fioretta – Masseria Cappelli.

Difficoltà:**EE** Durata: **7h** Dislivello: **1.400m**

AE Giulia Modesti 347 7128945

15 OTTOBRE 2023

CASTAGNATA RIFUGIO D'ARCANGELO

Itinerario: Casale San Nicola – Valle Dell'Inferno – Fonte la Rocca – Vaduccio – Rifugio D'Arcangelo – Ritorno.

Difficoltà:**EE** Durata: **Giornata** – Dislivello **815m**

Sezione CAI Isola 333 3886492



CICLOESCURSIONISMO - MTB

LUGLIO - SETTEMBRE 2023

16 LUGLIO 2023

ORTONA-PUNTA PENNA- LA VIA VERDE

Itinerario: Ortona-San Vito Chietino -Fossacesia-Torino di Sangro - Vasto-Riserva Naturale Punta Aderci -Faro Punta Penna.

Lunghezza: **40km** Durata: **Giornata** Difficoltà: **Media**

Umberto Cerquone 328 0260221



03 SETTEMBRE 2023

CICLOVIA ADRIATICA ROSETO - TORRE DEL CERRANO (CON BAGNO IN MARE E PRANZO DI PESCE FACOLTATIVO)

Itinerario: Roseto degli Abruzzi – Scerne di Pineto – Pineto – Torre Cerrano – Pineta – Ritorno.

Lunghezza:**28 km-A/R** Difficoltà: **Facile** - Durata: **3h**

AE Christian Menei 333 3886492



10 SETTEMBRE 2023

CENTO FONTI IN MTB

Itinerario: Sarà definito e comunicato prima dell'uscita.

Umberto Cerquone 328 0260221



ALPINISMO GIOVANILE

GIUGNO - LUGLIO 2023

07 GIUGNO 2023

SASSO DEL GHIRO ARRAMPICATA PER RAGAZZI.

Primi Passi di Arrampicata su roccia.

08 LUGLIO 2023

FESTA DELLA MONTAGNA A CASALE S. NICOLA

Escursione dedicata ed Arrampicata su parete artificiale.



Per Iscrizioni: CAI Isola Del Gran Sasso 333 3886492



SOTTOSEZIONE DI PIETRACAMELA

- Febbraio 4** **SICUREZZA IN MONTAGNA** con la Guida Alpina. Giornata dedicata alla progressione in ambiente innevato, a prove di caduta e trattenuta, all'uso di ancoraggi su neve, alla progressione in cordata, all'uso dell'attrezzatura antivalanga (dispositivo ARTVA, pala e sonda).
Coordinatore: Vassili Bosi (Guida Alpina) 333/4669685
- Febbraio 19** **SCIALPINISMO - MONTE GORZANO (Monti della Laga).** Da Cesacastina per la Costa delle Troie. Intersezionale con il CAI di Isola del Gran Sasso.
Difficoltà: MS Dislivello: 1300
Coordinatori: Luca Mazzoleni 333/2324474, Christian Menei
- Marzo 5** **SCIALPINISMO - CIMA DELLA LAGHETTA (Monti della Laga).** Da Cesacastina per Iaccio Tondo. Intersezionale, con il CAI di Isola del Gran Sasso.
Difficoltà: MS Dislivello: 1150m
Coordinatori: Luca Mazzoleni 333/2324474, Christian Menei
- Giugno 18** **SALITA AL MORRONE (Gruppo del Velino)** Itinerario ad anello con partenza da Corvaro.
Difficoltà: EE Dislivello: 1350m
Coordinatori: Michele Tagliacozzo 348/2600142, Stella Conte 338/1617390
- Luglio 9** **IL MONTE AQUILA PER IL SENTIERO GEOLOGICO** Intersezionale, con il CAI di Isola del Gran Sasso. Difficoltà EE+ Dislivello: 800m
Coordinatori: Giulia Modesti, Andrea Bollati 348/7906341
- Luglio 14-16** **ULTRA TRAIL DEL GRAN SASSO** Gare a diversi livelli
Per informazioni e adesioni consultare il sito <https://www.ultratrailgransasso.it/>
- Luglio 21-23** **FESTIVAL DELL'ARRAMPICATA A PIETRACAMELA** A cura dell'Associazione Sportiva "Mondi Verticali", con il sostegno della Sott.ne CAI Pietracamela.
Per informazioni: info.mondiverticali@gmail.com
- Settembre 24** **SALITA AL MONTE PRENA** per la Via del Laghetti
Difficoltà: PD Dislivello: 950m
Coordinatori: Claudio Carratu 335 628 6478, Andrea Bollati
- Ottobre 2** **ESCURSIONE SPELEOLOGICA** Meta da definire. Difficoltà: F.
Coordinatrice: Betta Preziosi 328/3122475
- Ottobre 8** **TRAVERSATA DELLE MALECOSTE (Gran Sasso)** Intersezionale, con il CAI di Frascati.
Difficoltà: EE Dislivello: 1500m
Coordinatori: Massimo Marconi, Andrea Bollati 348/7906341
- Ottobre 15** **SALITA AL MONTE MONNA** Itinerario ad anello sui Monti Ernici.
Difficoltà: EE Dislivello: 1250m
Coordinatori: Michele Tagliacozzo 348/2600142, Stella Conte 338/1617390
- Ottobre 22** **ESCURSIONE IN MTB: ANELLO DEL CANYON DELLO SCOPPATURO (Gran Sasso)**
Difficoltà: MC. Distanza: 31 km. Dislivello: 800 m.
Coordinatore: Massimiliano Chiacchierini 346/2257314
- Novembre 19** **SALITA AL MONTE PIZZUTO** Anello sui Monti Sabini da Osteria del Tancia.
Difficoltà: E Dislivello: 1000m
Coordinatori: Michele Tagliacozzo 348/2600142, Stella Conte 338/1617390

Il programma completo e dettagliato delle attività proposte dalla Sottosezione di Pietracamela è disponibile sul sito www.caipietracamela.it



Come partecipare alle escursioni

Le escursioni e le attività proposte dalla Sezione di Isola del Gran Sasso sono aperte a tutti i soci ed ai non soci.

Il programma di tutte le escursioni proposte viene distribuito, in forma cartacea con questo opuscolo, ogni anno e può sempre essere richiesto in sede, inoltre è pubblicato sul sito www.caiisola.it e sulla pagina del [gruppo facebook](#) della nostra Sezione; per ciascuna escursione, oltre ad una descrizione sommaria dell'itinerario, vengono indicati i nominativi ed i riferimenti dei coordinatori.

Il programma dettagliato di ogni escursione, con il relativo orario di partenza, attrezzatura ed equipaggiamento consigliati, sarà specificato in sede ed affisso in bacheca nella settimana immediatamente precedente la data fissata per la stessa.

Visti i problemi organizzativi incontrati in passato, si raccomanda di far pervenire le iscrizioni entro il venerdì precedente l'escursione, salvo maggior anticipo nel caso di utilizzo di autobus.

Le escursioni sono aperte anche ai non iscritti al C.A.I. nel qual caso la quota per la copertura assicurativa è di **€ 12,00** ed è necessario far pervenire ai coordinatori, non oltre le ore 22:00 del venerdì precedente all'escursione il proprio nome, cognome e data di nascita.

Consigli e raccomandazioni

Si raccomanda inoltre di presentarsi alle escursioni con un adeguato grado di preparazione fisica, provvisti di abbigliamento ed attrezzature idonee alle esigenze del percorso (indispensabili in ogni caso le scarpe da trekking); di attenersi alle disposizioni impartite dai coordinatori della escursione, e di prendere scrupolosamente visione, all'atto dell'iscrizione, delle difficoltà e della lunghezza del percorso, in modo da evitare inopportune e sgradevoli lamentele.

Per una più dettagliata informazione ci permettiamo di consigliare alcune cose che devono far parte del bagaglio di un buon escursionista, come ad esempio crema protettiva, cappellino ed occhiali per evitare scottature o fastidiosissime congiuntiviti, guanti, cappello di lana e giacca a vento, mantella impermeabile per proteggersi dagli acquazzoni che frequentemente si verificano sulle nostre montagne, qualche cerotto e fazzoletto medicato; ed infine sarebbe piacevole aggiungervi un buon manicaretto fatto in casa da gustare insieme sulla vetta.

Per ulteriori informazioni la sede della Sezione, sita in Salita del Torrione, n.8 è aperta tutti i venerdì dalle ore 21:00 alle ore 23:00.



Assicurazioni

Il Club Alpino Italiano offre ai Soci, ma anche ai non Soci, polizze assicurative molto interessanti e convenienti, ideali per chi vuol praticare le attività organizzate dalle Sezioni in modo da essere sempre tutelato. Le coperture, **gratuite** per il socio, attive automaticamente con l'iscrizione al CAI sono:

- Infortuni Soci in attività sezionali
- Soccorso alpino Soci in attività sezionali
- Responsabilità Civile in attività sezionali
- Tutela legale per attività sezionali

Le coperture a pagamento, attivabili a richiesta (solo da parte della Sezione), a prezzi molto convenienti, sono:

- Infortuni Non Soci in attività sezionali
- Soccorso alpino Non Soci in attività sezionali
- Infortuni Soci/Istruttori in attività personale
- Responsabilità Civile Soci/Istruttori in attività personale
- Soccorso Spedizioni extraeuropee

Le coperture prevedono:

- ✓ per gli Infortuni: Indennizzo in caso di morte o invalidità permanente, rimborso spese di cura
- ✓ per il Soccorso Alpino: Il rimborso delle spese tutte, incontrate nell'opera di ricerca, salvataggio e/o recupero, sia tentata che compiuta
- ✓ per la Responsabilità Civile: L'indennità per gli assicurati da quanto siano tenuti a pagare, quale civilmente responsabili ai sensi di legge, a titolo di risarcimento, per danni involontariamente cagionati a terzi (soci o non soci), per morte, lesioni personali, e per danneggiamenti a cose e/o animali, in conseguenza di un fatto verificatosi in relazione ai rischi insiti in tutte le attività svolte dall'assicurato
- ✓ per la Tutela Legale: La difesa degli interessi degli assicurati in sede giudiziale, in relazione ai procedimenti penali derivanti dall'attività sezionale, per atti compiuti involontariamente. Per i Presidenti e Consiglieri vale anche per delitti dolosi se, esaurito il giudizio, sarà stata accertata l'assenza di dolo e quindi l'involontarietà del fatto.

Le attività sezionali/sociali comprese nella garanzia assicurativa sono tutte quelle organizzate sia dalle strutture centrali che da quelle territoriali del CAI, quali ad esempio:

- Gite di alpinismo ed escursionismo
- Altre attività di alpinismo ed escursionismo
- Corsi
- Gestione e manutenzione dei sentieri e rifugi
- Riunioni e consigli direttivi
- Altre attività organizzate dalle Sezioni CAI o altri organi istituzionali

Tutte le attività devono essere preventivamente deliberate dagli organi competenti.

Classificazione delle difficoltà escursionistiche

T = Percorso turistico: Itinerario su stradine pedonali, carrarecce, mulattiere o evidenti sentieri, che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Presenta un dislivello lieve.

E = Percorso escursionistico: Itinerario di una certa lunghezza e/o dislivello, che si sviluppa sempre su sentieri o tracce di passaggio; talvolta su sentiero aperto, senza sentiero ma non problematico. Spesso sono presenti segnalazioni adeguate. A volte può comprendere brevi tratti esposti, può svolgersi su sentieri ripidi, erbosi o detritici, su tratti nevosi non pericolosi o passaggi attrezzati che non richiedono equipaggiamenti specifici. Si richiede un certo senso di orientamento, come pure conoscenza della montagna, e buon allenamento alla camminata, oltre a calzature ed equipaggiamento adeguato.

EE = Percorso per escursionisti esperti: Itinerario in genere lungo e faticoso che richiede capacità di muoversi su terreni di vario tipo: sentieri o tracce su terreno impervio e infido, pietraie, pendii ripidi, spazi aperti senza punti di riferimento, boschi in cui è difficile orientarsi, tratti aerei e/o esposti con lievi difficoltà tecniche. Si richiede esperienza in montagna, buon senso di orientamento, assenza di vertigini (da non confondersi con la paura del vuoto), nonché un adeguato equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica.

EEA = Percorso per escursionisti esperti con attrezzatura: Itinerario che richiede l'uso dei dispositivi di autoassicurazione quali imbracatura, dissipatore, moschettoni, casco, cordini, etc. E' il caso delle ferrate tipo "Ventricini", "Danesi", "Ricci", etc.

EAI/EEAI = Percorso per escursionisti (esperti) con attrezzatura in ambienti innevati: Itinerario su percorsi invernali innevati che richiede l'uso di Ciaspole, Sci di alpinismo, Piccozza, Ramponi.

Segnali Internazionali di Soccorso

Chiamata: Emettere **6 volte** in un minuto (1 ogni 10 secondi) un segnale ottico o acustico. Ripetere i segnali dopo un minuto.

Risposta: Emettere **3 volte** in un minuto (1 ogni 20 secondi) un segnale ottico o acustico. Ripetere i segnali dopo un minuto.



Se c'è **bisogno di aiuto**, si dovrebbero tenere tutte due le braccia in alto in modo che il corpo prenda la **forma di una Ypsilon (Yes)**.

Significato: "**ho bisogno di aiuto**", "**atterrare qui**", "**Si**" (come risposta a una domanda da parte del pilota o dell'equipaggio dell'elicottero).



Se **non c'è bisogno di aiuto**, si dovrebbe tenere un braccio in alto e uno in basso in modo che il corpo prenda la **forma di una N (No)**. Significato: "**non ho bisogno di aiuto**", "**non atterrare**", "**No**" (come risposta a una domanda da parte del pilota o dell'equipaggio dell'elicottero).

Isola del Gran Sasso d'Italia
Colledara

