



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Valle Roveto
CAI Abruzzo

Via Porta Maggiore s.n.c. - 67054 CIVITELLA ROVETO (AQ)
<http://www.caivalleroveto.it>
valleroveto@cai.it



Cammina con il CAI...

Attività 2014



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Valle Roveto
CAI Abruzzo

La pubblicazione del presente opuscolo è stata realizzata grazie al **patrocinio** della Banca Popolare dell'Emilia Romagna e al **contributo degli Sponsor**, Ditte ed Esercizi Commerciali (vedasi logo pag. 40 e segg.)



Filiale di Civitella Roveto

Si ringraziano per la collaborazione:

il Comune di Civitella Roveto
il Comune di Morino

la Riserva Naturale "Zompo lo Schioppo"



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Valle Roveto
CAI Abruzzo

Cammina
con il CAI...

Attività 2014

*"Se vuoi andare veloce,
corri da solo,
se vuoi arrivare lontano,
cammina insieme"*

(Proverbio africano)



Premessa

*"Camminare...camminare...
con lento incedere...
per scrutare, osservare, ammirare...
ancor più scoprire... ogni piccola cosa...
Camminare...
per le tortuose vie del mondo
per conoscere, amare, sostenere
tutti i fratelli dell'unica terra.
Camminare...
nella speranza per la pace,
nella certezza del suo compimento.
Camminare
sempre...nell'amore."*

(Giovanna Zawadski)

Queste riflessioni evocano efficacemente i sentimenti e i valori che trovano espressione nel Club Alpino Italiano: essi danno senso alla nostra appartenenza al Sodalizio che da 150 anni appassiona e coinvolge chiunque si avvicini ad esso, anche solo per conoscerlo.

Valori quali l'amore per la montagna, il rispetto e la difesa della natura nelle sue varie forme, la solidarietà e l'amicizia, sono stati richiamati, con particolare forza, in occasione del 150° Anniversario di fondazione del CAI: l'obiettivo era ed è quello di rilanciare l'Associazione, soprattutto presso i giovani e le famiglie.

Nello spirito di tale sollecitazione, il nostro programma di attività per il 2014 dà ampio spazio ad alcune iniziative, pensate con il proposito di coinvolgere anche gli studenti delle Scuole Medie e Superiori della Valle Roveto e della Marsica.



Particolare risalto sarà dato al Progetto "Cammino dell'Accoglienza", - in collaborazione con l'ANPI Marsica, la Sezione CAI di Avezzano e l'Associazione Culturale "Il Liri".

Nel 70° Anniversario della Liberazione della Marsica e della Valle Roveto, è doveroso ricordare gli avvenimenti storici e il comportamento eroico della popolazione durante la Seconda Guerra Mondiale e la Resistenza.

La rievocazione e lo studio degli eventi storici saranno affiancati da una ricerca sugli aspetti naturalistici dell'ambiente circostante; a conclusione, seguirà un trekking di tre giorni (31 maggio, 1° e 2 giugno), da Balsorano Vecchio ad Avezzano, al quale parteciperanno gli alunni ed escursionisti di varia provenienza.

La realizzazione dell'evento prevede la collaborazione e il supporto degli Enti Locali e delle numerose Associazioni del Territorio.

Il progetto "Il CAI viene a Scuola" intende coinvolgere le classi di Scuola Media dell'Istituto Comprensivo di S. Vincenzo Valle Roveto su temi di educazione ambientale, con l'obiettivo di avvicinare i ragazzi alla montagna e di far conoscere nella scuola il volontariato CAI, impegnato nella tutela dell'ambiente e della sicurezza individuale, nonché nel promuovere i valori di una "cittadinanza attiva".

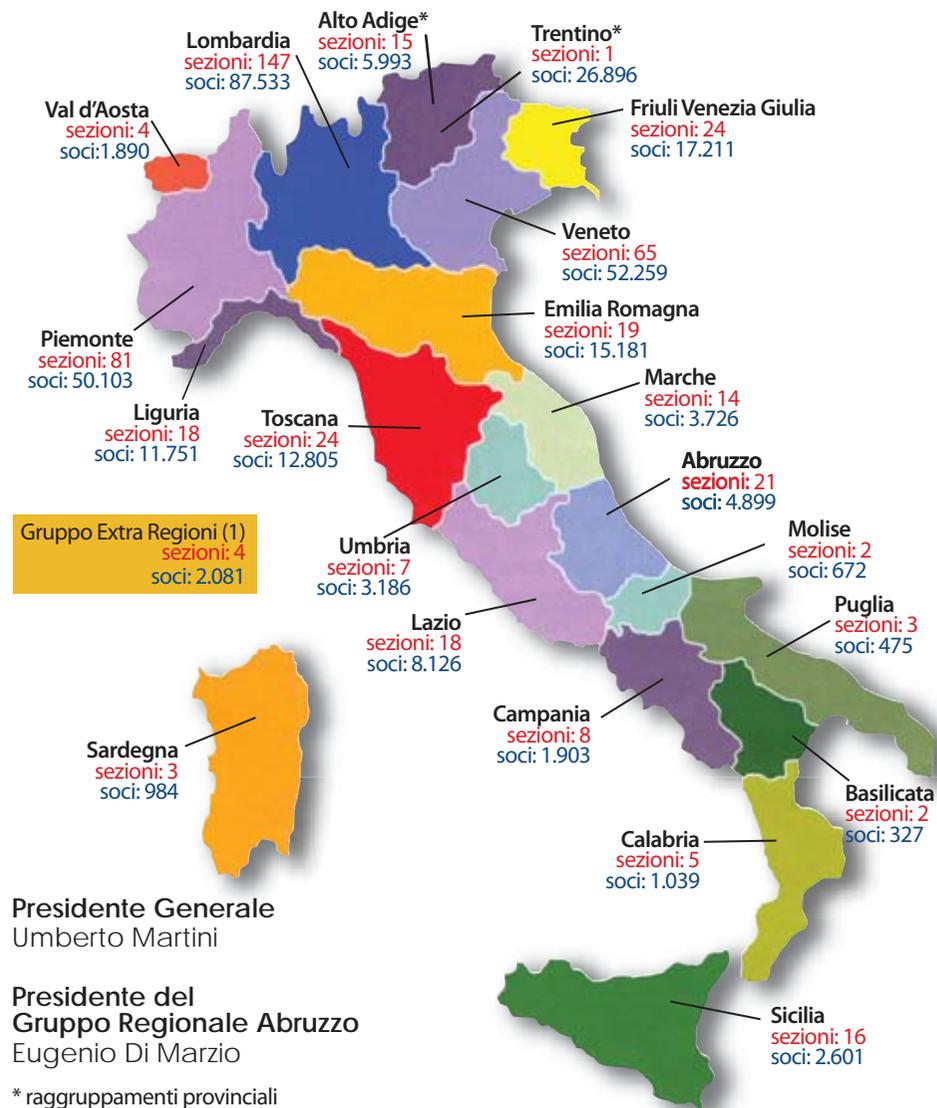
Nella consapevolezza che la montagna è di tutti e per tutti rappresenta un prezioso patrimonio che abbiamo il dovere di "riconsegnare" intatto, e anche migliorato, alle nuove generazioni, auspichiamo che i valori proposti dal CAI vengano accolti come una "guida ideale", anche da quanti non appartengono al nostro Sodalizio.

A tutti, Soci e Simpatizzanti, giunga l'augurio di "buona montagna!"

*La Presidente CAI Valle Roveto
Anna Giovarruscio*

1. Dati del Club Alpino Italiano

Sezioni e Soci



Presidente Generale
Umberto Martini

Presidente del Gruppo Regionale Abruzzo
Eugenio Di Marzio

* raggruppamenti provinciali

TOTALI:
Soci 311.641
Sezioni 501
Sottosezioni 303

I dati, aggiornati al 31 dicembre 2013, sono stati gentilmente forniti dal CAI Centrale, Ufficio Sezioni.

(1) comprende i Soci delle Sezioni Nazionali A.G.A.I. (Associazione Guide Alpine Italiane) C.A.A.I. (Club Alpino Accademico Italiano), C.N.S.A.S. (Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico), i Soci della Sezione di Lima (Perù) e i Soci Onorari.

Soci onorari

Reinhold Messner
 Kurt Diemberger
 Armando Aste
 Cesare Maestri
 Silvia Metzeltin
 Spiro Dalla Porta Xydias
 Camillo Berti
 Fausto De Stefani,
 Sergio Martini
 Italo Zandonella Callegher
 Irene Affrentanger
 Carlo Claus
 Pierre Mazeaud
 Corradino Rabbi
 Claudio Smiraglia

Medaglie d'Oro

Spedizione Alpinistico-Scientifica
 in Antartide
 Carlo Valentino
 Aeronautica Militare Italiana
 Reinhold Messner
 Istituto Geografico Militare
 Scuola Militare Alpina di Aosta
 Giuseppe Cazzaniga
 Leonardo Bramanti
 Franco Bo
 Ludovico Sella
 Armando Scandellari
 Carlo Zanantoni
 Ovidio Raitieri



Francobollo celebrativo del 150° Anniversario di fondazione del CAI, emesso il 25/05/2013 a Torino, Museo Nazionale della Montagna.

La vignetta riproduce un manifesto d'epoca del Club Alpino Italiano: un alpinista osserva il paesaggio attraverso un cannocchiale; in alto è riprodotto lo stemma del CAI.

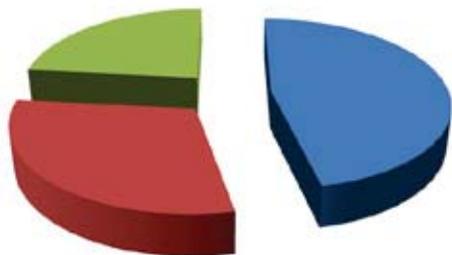
Osservazione e pratica della montagna caratterizzano la storia del Club Alpino Italiano.



2. Nell'anno sociale 2013 abbiamo fatto...

Le escursioni programmate per l'anno sociale 2013 sono state svolte regolarmente e nella quasi totalità; nel grafico sottostante viene indicata, in percentuale, la partecipazione globale.

ESCURSIONI ANNO SOCIALE 2013



Legenda

- partecipazione in numero **non superiore a 10** n° 14 escursioni 6% adesioni
- partecipazione in numero **compreso da 11 a 20** n° 9 escursioni 15% adesioni
- partecipazione in numero **superiore a 20** n° 7 escursioni 36% adesioni

Dal grafico si può rilevare che il numero delle escursioni e dei partecipanti risulta in crescita rispetto agli anni precedenti.

Le **uscite intersezionali** e/o le **iniziative** promosse per il **150° Anniversario di fondazione del CAI** hanno offerto l'opportunità di interessanti incontri e scambi di esperienze con altre sezioni, tra le quali **Avezzano, L'Aquila, Sulmona, Ortona, Popoli, Sora e Alatri**, in un clima di schietta cordialità e di collaborazione.

Si fa cenno ad alcune iniziative che hanno riscosso maggiore interesse:

- **Progetto MMA** (Montagne Memoria Abruzzo), promosso dal **Comitato Scientifico del CAI Abruzzo** per il 150° anniversario di fondazione del Club Alpino Italiano: si è trattato di "un ideale trekking lungo la linea Gotica", in 5 tappe, per commemorare le stragi perpetrate in Abruzzo durante la 2^a guerra mondiale.

Nella 2^a tappa, il 9 giugno, è stato commemorato l'Eccidio di Capistrello, compiuto il 4 giugno 1944 dalle truppe tedesche in ritirata. La rievocazione del tragico evento è stata preceduta da un'escursione al Monte Viglio, alla quale hanno partecipato, in



gran numero, anche i non soci.

La manifestazione, nel suo insieme, è stata realizzata grazie al **patrocinio del Comune di Capistrello**.

- Il trekking "**Sentieri della Memoria**", svoltosi il 12 agosto, in collaborazione con le Associazioni del Territorio.

Meta del percorso Colle Rocca d'Abate per ricordare la visita di Giovanni Paolo II: nell'ottobre 1994, infatti, il Papa percorse, per la prima volta, i sentieri della Serralunga e fece sosta a Colle Rocca d'Abate, da cui si ammira la Valle Roveto.



Colle Rocca d'Abate, Croce dedicata a Giovanni Paolo II



L'evento è stato commemorato con una suggestiva cerimonia presieduta dal vescovo, Mons. Giovanni D'Ercole (anch'egli "socio" della nostra Sezione) che per numerosi anni ha operato in Vaticano, a contatto diretto con il Papa Giovanni Paolo II.

- Hanno riscosso numerose adesioni le **uscite intersezionali** con la Sezione di Avezzano, tra queste l'escursione al Monte Breccioso, nel secondo anniversario della collocazione della Croce (1° maggio), e alcuni percorsi finora poco sperimentati, quali Monte Viperella e Monte Cotento.

Grazie alla disponibilità della Sezione di Sora è stato possibile partecipare - sia pure con un numero simbolico di partecipanti - alla tappa conclusiva "**Cammina CAI 150**", **Via Micaelica**, nel percorso da Castel Gandolfo a Roma, nonché ai festeggiamenti dell'evento presso il CAI di Roma.

In collaborazione con le scuole locali, sono state avviate iniziative finalizzate alla conoscenza dell'ambiente e della storia del nostro Territorio.



Cammino delle Abbazie, Arco di Trevi nel Lazio (FR)



E' proseguita, in modo sistematico, l'informazione attraverso la posta elettronica, le bacheche, il sito web etc.

Nel giugno scorso ha avuto luogo il "trasloco" della sezione presso la ex-scuola di Ortovillani, nei locali messi a disposizione dal Comune di Civitella Roveto.

È stato prezioso al riguardo il contributo di alcuni volontari - Costantino Pace, Mario Guidone, Franco Milano, Paolo Fiorani, Ida Ferrazzilli, Marisa Facchini, - ai quali va tutta la mia gratitudine.

Alla data del **31 dicembre 2013** la sezione Valle Roveto conta **n. 99 soci**, di cui n. 13 nuovi iscritti (n.11 ordinari, n.1 familiare, n.1 socio giovane).

I dati sopra riportati confermano, sostanzialmente, la stabilità delle iscrizioni; è necessario, tuttavia, puntare all'incremento della fascia "giovani", per realizzare, in futuro, ulteriori e più incisivi interventi.

E' indubbio, come ho già avuto modo di sottolineare altre volte, che le attività della Sezione potranno ricevere nuovo slancio da un maggiore e auspicabile coinvolgimento da parte di tutti i soci!



Parnassius Apollo



3. Regolamento delle escursioni

TITOLO I - Partecipazione / iscrizione

1 - La partecipazione alle escursioni, per i **Soci CAI**, è gratuita, salvo eventuali spese per i trasferimenti collettivi, laddove previsti.

E' **obbligatoria l'iscrizione preventiva**, presso i coordinatori /accompagnatori e/o presso la segreteria della sezione, entro i termini indicati nel programma dettagliato dell'escursione che viene esposto in bacheca, di norma, entro il **venerdì**.

Qualora sia previsto l'utilizzo del pullman il giorno può subire modifiche.

2 - Sono ammessi alle escursioni anche i **non soci** del Club Alpino, con le seguenti modalità:

- **iscrizione preventiva obbligatoria** all'escursione (come specificato al punto1);
- **versamento di un contributo, all'atto dell'iscrizione (Nota 1);**
- **comunicazione dei dati anagrafici**, per la copertura assicurativa;
- **consenso al trattamento dei dati personali** (art. 23 Dlgs. 196/2003).

3 - I minori di anni 18, sempreché risultino regolarmente iscritti all'escursione, devono essere accompagnati da uno dei genitori o da chi ne fa le veci.

4 - Coloro che **non si presentano puntualmente** nel luogo fissato per la partenza, sono esclusi dall'attività: non è previsto alcun rimborso della somma versata.

TITOLO II - Obblighi e responsabilità

5 - Ogni partecipante è tenuto ad informarsi sulle difficoltà tecniche dell'escursione per valutare l'opportunità di aderirvi, in base alla propria preparazione fisica.

6 - E' preciso dovere di ciascun partecipante osservare le norme sotto riportate.

- a.** Rispettare puntualmente le disposizioni degli accompagnatori e/o coordinatori.
- b.** Rimanere nel gruppo, evitando di superare l'accompagnatore e/o colui che è posto alla guida del gruppo stesso, al fine di evitare errori di percorso.
- c.** Seguire i percorsi stabiliti senza deviazioni e comunicare preventivamente eventuali allontanamenti dal gruppo.



d. Attenersi ai principi di correttezza e di collaborazione, basilari per l'etica alpinistica.

TITOLO III - Orari e partenze

7 - Il punto di ritrovo per la partenza è indicato, di norma, nel programma dettagliato dell'escursione che viene affisso in bacheca, come già espresso nel punto1.

8 - Prima della partenza l'accompagnatore e/o coordinatore controlla le presenze, sulla base delle iscrizioni pervenute.

9 - Si considera **inizio** dell'escursione il momento in cui si intraprende il percorso a piedi, in direzione della meta prefissata e **termine** quello in cui il percorso a piedi viene concluso.

10 - L'accompagnatore e/o coordinatore ha facoltà di apportare variazioni al programma dell'escursione e anche di annullarla, qualora le condizioni atmosferiche o eventuali impedimenti sopraggiunti lo rendano necessario.

TITOLO IV - Motivi di esclusione

11- L' accompagnatore e/o coordinatore può escludere dall'escursione coloro che:

- a.** siano sprovvisti dell'equipaggiamento ritenuto indispensabile;
 - b.** non si adeguino alle disposizioni dell'accompagnatore e/o direttore dell'escursione;
 - c.** si allontanino dal gruppo per seguire un percorso diverso da quello stabilito dagli organizzatori.
- L'esclusione determina la perdita della copertura assicurativa ed esonera l'accompagnatore e/o coordinatore da qualsiasi responsabilità.

TITOLO V - Vincoli del regolamento

12 - I partecipanti all'escursione sono tenuti a conoscere integralmente e ad accettare, senza alcuna riserva, il presente regolamento.

Nota - Il contributo varia in relazione al costo della copertura assicurativa e ai massimali richiesti.



4. Regole per l'escursionista

Una gran parte degli incidenti in montagna si verifica su percorsi che non presentano particolari difficoltà ed è dovuta a disattenzione, inesperienza e/o equipaggiamenti inadeguati.

A chi pratica l'escursionismo si richiede, pertanto, di osservare alcune, semplici, regole che di seguito vengono richiamate.

1 - Scegliere percorsi adeguati alle proprie capacità e documentarsi preventivamente sull'itinerario. I tempi di percorrenza vanno stabiliti, tenendo conto degli escursionisti più lenti.

2 - Prepararsi fisicamente, mediante allenamento, ad affrontare gli sforzi che l'escursione comporta; non intraprendere da solo un percorso in montagna e comunque lasciare a qualcuno indicazioni sull'itinerario che si intende seguire.

3 - Dotarsi di equipaggiamento e abbigliamento idonei alla tipologia dell'escursione, prevedendo anche quanto necessario per eventuali emergenze.

4 - Informarsi sulle previsioni meteorologiche e seguirne l'evoluzione; in caso di maltempo è opportuno non rischiare.

5 - Porre la massima attenzione al percorso, soprattutto quando la stanchezza rende i riflessi meno pronti.

6 - Tenere ben presente la necessità di mantenere, sempre, un comportamento rispettoso dell'ambiente nel suo insieme. E' doveroso, pertanto, riportare a valle i rifiuti; evitare di danneggiare piante e fiori, di asportare pietre e fossili e di uscire dal sentiero per sperimentare le scorciatoie.

"Soprattutto ricordati di una cosa importantissima, rispetta sempre l'ambiente che ti circonda. Difendilo, proteggilo, conservalo in tutte le sue componenti, con i fatti e non solo a parole, con il tuo esempio concreto".

Teresio Valsesia



Ciclamino selvatico



5. in caso di emergenze...

Si danno, di seguito, le indicazioni per eventuali emergenze.

In caso di incidente in montagna:

- Si può chiamare il **118** numero unico di emergenza sanitaria, soccorso alpino, etc., per tutto il territorio nazionale.
- Nella Regione Abruzzo la richiesta di soccorso può essere segnalata (in alternativa al 118) al **numero verde 800 25 82 39** attivato dalla Delegazione abruzzese del **Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico (C.N.S.A.S.)**.

Nella chiamata di soccorso è necessario:

- Specificare: cognome e nome / località e numero di telefono della persona che chiama;
- Indicare: luogo, ora, tipo e gravità dell'incidente e numero delle persone coinvolte.
- Non allontanarsi dal posto di chiamata per facilitare il collegamento con i soccorritori.

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 arriva l'elicottero:

- farsi individuare e segnalare l'esigenza di soccorso con le braccia alzate a Y;
- mettersi a disposizione del soccorso organizzato.



**abbiamo
bisogno di aiuto**



**non abbiamo
bisogno di aiuto**



6. Le attività per l'anno 2014

MARZO

Domenica 2 marzo

Racchette in Coppo dell'Orso...nella Valle della Cicerana
(Parco Nazionale D'Abruzzo, Lazio e Molise)
a cura della Sottosezione CAI "Coppo dell'Orso"

Itinerario: da Passo del Diavolo m. 1385 (Gioia dei Marsi)

Difficoltà: E/EAI - *Tempi:* ore 4

Coordinatore: Maria Rita Sorgi 329.4106535

Domenica 16 marzo

Il Cammino delle Abbazie: Collepardo-Veroli (km.15)
in collaborazione con la Sezione CAI di Alatri

Itinerario: da Collepardo (m. 586)

Dislivello: m. 471 - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 4,10

Coordinatori: Luigi Scerrato/Sigismondo Giordani, Sezione Cai di Alatri

Referente: Annalisa Persia 392.8272768

Domenica 23 marzo

"Alla scoperta delle grotte"

Grotte di Beatrice Cenci e di Pietrasecca (Gruppo Monti Carseolani)

Difficoltà: T (visita speleologica) - *Tempi:* ore 6

Coordinatore: A. Degli Esposti, Presidente Guide Speleologiche Abruzzo,

Referente: Elisabetta Bruni 347.2638521

Domenica 30 marzo

Monte Uomo - m. 1398 (Gruppo Tre Monti)

Itinerario: da: Paterno - Chiesa S. Onofrio

Dislivello: m. 600 - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 4

Coordinatore: Francesco Meta

Referente: Maria Rita Sorgi 329.4106535



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Valle Roveto
CAI Abruzzo

APRILE

Domenica 6 aprile Giornata dei Sentieri

Manutenzione della segnaletica da Morino Vecchio a Meta
Coordinatore: Consiglio Direttivo 368.3148958

Domenica 13 aprile

Cima Vallevona - m. 1803 (Gruppo Monti Simbruini, Monti Carseolani)

Itinerario: da Pereto (m. 800)
Dislivello: m. 1000 - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 5
Coordinatore: Maria Rita Sorgi 329.4106535

MAGGIO

Giovedì 1° maggio

Monte Breccioso - m. 1974 (Gruppo Monti della Vallelonga)
in collaborazione con la Sezione CAI di Avezzano

Itinerario: da Prati di Sant'Elia - Collelongo
Dislivello: m. 450 - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 4
Coordinatore: A.S.E. Antonio Di Palma - sezione CAI di Avezzano
Referente: Maria Rita Sorgi 329.4106535

Domenica 11 maggio

Monte Serra Alta, "montagna dell'apparecchio" - m. 1720
(Gruppo Monti Ernici)

in collaborazione con la Sezione CAI di Sora
Itinerario: da Sora (Piazza S. Rocco) - Sentieri 623 - 624
Dislivello: m. 1400 circa - *Difficoltà:* EE - *Tempi:* ore 8
Coordinatore: Sandro Rapini - Sezione CAI di Sora
Referente: Giovanna Dosa 335.7895872

Domenica 18 maggio

Monte Amaro di Opi - m. 1862 (Parco Nazionale D' Abruzzo Lazio e Molise)

Itinerario: da Val Fondillo
Dislivello: m. 800 - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 4,30
Coordinatore: A.E. Fernando Conte 328.3768839

Domenica 25 maggio

Monte Argatone - m. 2149 (Parco Nazionale D' Abruzzo Lazio e Molise)

Itinerario: da Bisegna
Dislivello: m. 900 - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 6
Coordinatore: A.E. Fernando Conte 328.3768839

Da Balsorano Vecchio ad Avezzano:



31 maggio,
1° e 2 giugno
2014

Per rievocare
i luoghi simbolo
della Resistenza
e della Seconda
Guerra Mondiale
ad Avezzano, Luco dei Marsi
e nella Valle Roveto,...

... Per ricordare
l'eroismo
dei singoli
e l'altruismo
delle popolazioni
durante
il periodo bellico,...

... Per una
riflessione
corale
sull'attuale
significato
del termine
"accoglienza",
alla luce
dei nuovi scenari
storico-culturali,...

... Per favorire
la conoscenza
della natura
e della cultura
del nostro
territorio,...

con il patrocinio del



il "CAMMINO" è promosso da: ANPI Sezione della Marsica, CAI Sezione di Avezzano
CAI Sezione di Valle Roveto, IL LIRI Associazione Culturale

in collaborazione con i Comuni di: Balsorano, Civita D'Antino, Luco dei Marsi, San Vincenzo Valle Roveto, Morino, Civitella Roveto,
Canistro, Capistrello, Castellafiume, Avezzano

PER I DETTAGLI SUL PERCORSO, I LUOGHI, LA STORIA
E LE MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE vai sul sito

www.camminodellaccoglienza.it

SCARICA I MODULI (COME PARTECIPARE) E REGISTRATI

nella pagina **ISCRIZIONI-IO CI SARÒ**



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Valle Roveto
CAI Abruzzo

Sabato 31 maggio

CAMMINO DELL'ACCOGLIENZA

1^ Tappa- "Il CAMMINO degli ULIVI e degli EREMI"
da Balsorano Vecchio a Morino

Dislivello: m. 700 - Difficoltà: E

Coordinatore: Consiglio Direttivo 368.3148958

GIUGNO

Domenica 1° giugno

CAMMINO DELL'ACCOGLIENZA

2^ Tappa- "Il CAMMINO delle ACQUE e dei CASTAGNI"
da Morino a Canistro Superiore

Dislivello: m. 700 - Difficoltà: E

Coordinatore: Consiglio Direttivo 368.3148958

Lunedì 2 giugno

CAMMINO DELL'ACCOGLIENZA

3^ Tappa- "Il CAMMINO dell'EMISSARIO"
da Canistro Superiore ad Avezzano

Dislivello: m. 800 - Difficoltà: E

Coordinatore: Consiglio Direttivo 368.3148958

Domenica 15 giugno

Vetta Orientale del Costone - m. 2271
(Parco Regionale Sirente-Velino)

Itinerario: da Campo Felice

Dislivello: m. 770 - Difficoltà: E - Tempi: ore 6,30

Coordinatore: A.E. Raffaele Morelli 333.1107610

Domenica 29 giugno

Monte Longagna - m.1869 (Gruppo Monti della Vallelonga)
in collaborazione con la Sezione CAI di Avezzano

Itinerario: da Fonte Santa Maria (Civitella Roveto)

Dislivello: m. 900 - Difficoltà: E - Tempi: ore 6

Coordinatore: Vincenza Di Bernardino - Sezione CAI di Avezzano

Referente: Maria Rita Sorgi 329.4106535



LUGLIO

Domenica 6 luglio

"Alla scoperta dei segni dell'uomo sulle Terre Alte" (zona Majelletta)
in collaborazione con la Commissione Regionale TAM (Tutela Dell'Ambiente Montano)

Itinerario: da Rifugio Pomilio

Dislivello: poco rilevante - *Difficoltà:* T/E - *Tempi:* ore 4

Coordinatore: Carlo Iacovella, Commissione Regionale TAM

Referente: Annalisa Persia 392 8272768

in alternativa: **Monte Bello - m. 1565** (Monti Ernici)

in collaborazione con la Sezione Comunale Avis di Civitella Roveto

Itinerario: Fonte S. Maria (m. 869) – Terra Roscia – Monte Bello (m. 1565)

Dislivello: m. 700 - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 4

Coordinatore: A.E. Raffaele Morelli 333.1107610

Domenica 13 luglio

Monte Velino - m. 2486 (Parco Regionale Sirente Velino)

in collaborazione con la sezione CAI di Avezzano

Itinerario: da Rosciolo

Dislivello: m.1450 - *Difficoltà:* EE - *Tempi:* ore 8

Coordinatore: A.S.E. Antonio Di Palma - sezione CAI di Avezzano

Referente: Maria Rita Sorgi 329.4106535

Domenica 20 luglio

Certosa di Trisulti - m. 825 (Monti Ernici)

Itinerario: da Rendinara a Vado dell'Orso – Valle dell'Inferno –

Sorgente Peccia - Vado di Porca – Certosa di Trisulti; ritorno in pullman

Dislivello: salita m. 500; discesa m. 600 - *Difficoltà:* E

Tempi: andata ore 7,30 - *Distanza:* Km.17

Coordinatore: A.E Fabio Bussi 329. 0540193

Domenica 27 luglio

Traversata da Morino a Filettino (Gruppo Monti Ernici)

in collaborazione con la sezione CAI di SORA

Itinerario: da Piano Sacramento a Vallone Femmina Morta, M. Pratiglio, Filettino; ritorno in pullman

Dislivello: m. 1270 - *Difficoltà:* EE - *Tempi:* ore 7,30

Coordinatore: Sezione CAI di Sora

Referente: Annalisa Persia 392.8272768

Vetta del Monte Tino (Serra di Celano) m 1923 s.l.m. - sullo sfondo il massiccio Velino-Cafornia-Magnola



AGOSTO

Sabato 2 agosto - Domenica 3 agosto

Monte Viglio di notte - m. 2156 (Gruppo Simbruini - Ernici)
Escursione con pernottamento in tenda

Itinerario: da Valico di Serra S. Antonio - Fonte della Moscusa
Dislivello: m. 550 - *Difficoltà:* E - *Tempi:* salita ore 3 / discesa ore 2
Coordinatore: A.E. Fabio Bussi 329. 0540193

Sabato 9- domenica 10 agosto (date da confermare)

I Sentieri della Memoria - Insieme nella Valle Roveto

in collaborazione con le Associazioni del Territorio e, in particolare, con "La bottega di Civita D'Antino"; "Madonna del Cauto" (Morino); "S. Antonio Abate" (Rendinara); Comitato "S. Maria del Monte" (Capistrello); Pro-Loce.

Coordinatore: A.E. Fabio Bussi 329.0540193

Domenica 24 agosto

Fonte del Pozzotello - m. 1891 - Campocatino - m.1800
(Gruppo Monti Ernici)

Itinerario: Da Morino, laghetto Enel
Dislivello: m.1300 - *Difficoltà:* EE - *Tempi:* ore 8,00
Coordinatore: Franco Milano 333.5020494

Sabato 30 agosto

Seconda Marcia per il Creato: da Celano a Castelvechio Subequo
(Parco Regionale Sirente Velino)

Promossa dalla Regione Abruzzo, in collaborazione con gli Enti Locali e con il CAI

Itinerario: da Celano (città natale di frate Tommaso, biografo di S. Francesco) passando per Baullo, fino al Convento di Castelvechio Subequo (Km. 27,30) - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 9
Coordinatore: Maria Rita Sorgi 329.4106535

Domenica 31 agosto

Monte Viglio - m. 2156 (Gruppo Simbruini - Ernici)

Itinerario: da Rifugio Cerasoli (m.1600)
Dislivello: m. 556 - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 4
Coordinatore: Costantino Pace 340. 8506389



SETTEMBRE

Domenica 7 settembre

Monte Rotella - m. 2129 (Parco Nazionale delle Majella)

Itinerario: Rivisondoli (m.1350) - Monte Calvario - Monte Rotella

Dislivello: m. 800 - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 6

Coordinatore: A.E. Raffaele Morelli 333.1107610

Domenica 14 settembre

Anello di Campo Pericoli

(Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga)

in collaborazione con le Sezioni CAI di L'Aquila e di Isola del Gran Sasso

Itinerario: da Campo Imperatore - Rifugio Duca degli Abruzzi

Dislivello: m. 500 - *Difficoltà:* EE - *Tempi:* ore 6

Coordinatore: Sezione CAI L'Aquila

Referente: Giovanna Dosa 335.7895872

Domenica 21 settembre

Pizzo Deta - m. 2041

(Gruppo Monti Ernici)
in collaborazione con la Sezione CAI di SULMONA

Itinerario: Rendinara - Vallone del Rio - Pizzo Deta (m. 2041)

Dislivello: m.1100 circa - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 6

Coordinatore: Franco Milano 335.5020494

Domenica 28 settembre

Monte Amaro - m. 2792

(Parco Nazionale della Majella)
in collaborazione con la Sezione CAI di POPOLI

Itinerario: da Rava del Ferro

Dislivello: m. 1300 - *Difficoltà:* EE - *Tempi:* ore 6

Coordinatori: A.N.E. Carlo Diodati, A.S.E. Claudio Di Scanno -
Sezione Cai di Popoli

Referente: Consiglio Direttivo 368.3148958



OTTOBRE

Domenica 5 ottobre

Santuario SS. Trinità - m.1337 (Monte Autore-Gruppo Monti Simbruini)

Itinerario: da Piani della Renga

Dislivello: m. 500 - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 7

Coordinatore: Franco Milano 335.5020494

Domenica 12 ottobre

Anello dello Schioppo, traversata (Gruppo Monti Ernici)

Itinerario: Piano Sacramento (m. 660) - le Scalette - S. Maria del Cauto - Fosso S. Maria - Rifugio Tassiti (m. 1240) - Piano Sacramento.

Dislivello: m. 670 - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 4

Coordinatore: Franco Milano 335.5020494

Domenica 26 ottobre

La "Via degli Avezzanesi"

da Monte Salviano a Canistro capoluogo

quota massima m. 1119 (Gruppo Monti Marsicani)

in collaborazione con la Sezione CAI di AVEZZANO

Itinerario: da Avezzano - Valico del Monte Salviano

Dislivello: m. 250 - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 6

Coordinatore: Sergio Natalia - Sezione CAI di Avezzano

Referente: Annalisa Persia 392 8272768

NOVEMBRE

Domenica 9 novembre,

2° Trekking degli Ulivi

nell'ambito della manifestazione "*Frantoi aperti in Valle Roveto*",

a cura di: Associazione "LA MONICELLA" di Valle Roveto,

COMUNE e PRO-LOCO di S. VINCENZO VALLE ROVETO,

con la partecipazione delle Sezioni CAI di AVEZZANO e SORA

Itinerario: da S. Vincenzo Valle Roveto ai frantoi del Comune, attraverso sentieri e strade interpoderali

Dislivello: poco rilevante - *Difficoltà:* E - *Tempi:* ore 5

Coordinatore: Antonio Di Rocco 328.4012918



Domenica 23 novembre (chiusura escursioni)
Rifugio di Femmina Morta, m.1350 - Rifugio Lo Schioppo
(Gruppo Monti Ernici)

Itinerario: da Piano Sacramento (parcheggio)

Dislivello: m. 690 - *Difficoltà:* E

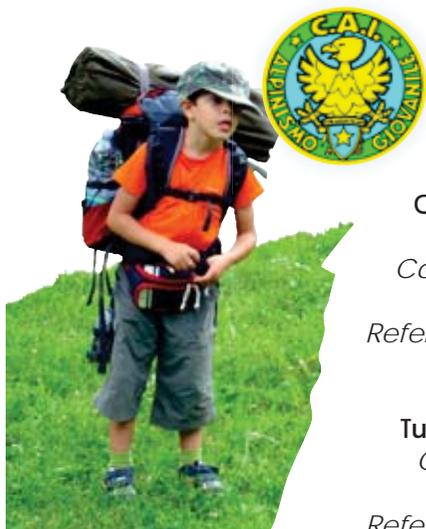
Coordinatore: Franco Milano 333.5020494

N.B. - **I tempi di percorrenza** si riferiscono alla durata complessiva, **salita/discesa** (soste escluse), salvo diversa indicazione.

- Eventuali variazioni del calendario, se necessarie, saranno comunicate tempestivamente.

Attività Formative

- Guida all'uso del G.P.S
- Corso di fotografia: tecnica e immagine



Alpinismo Giovanile

a cura della
Commissione Regionale
di Alpinismo Giovanile

Domenica 25 maggio

**Quattro cime per quattro province,
Area Aquilana,**

Coordinatore: Patrizia Tempesta,
CAI Abruzzo

Referente: Consiglio Direttivo 368.2148958

Domenica 27 luglio

Tutti in sella - da Rocca di Cambio

Coordinatore: Patrizia Tempesta,
CAI Abruzzo

Referente: Consiglio Direttivo 368.2148958



7. Le difficoltà dei percorsi secondo la classificazione del CAI

In base al grado di difficoltà, all'impegno richiesto e all'equipaggiamento necessario, i percorsi escursionistici vengono classificati in diverse tipologie:

T = turistico

Percorso su stradine, mulattiere o comodi sentieri, con dislivello lieve: si svolge, in genere, sotto i 2000 metri e su tracciati ben evidenti. Richiede una sufficiente preparazione fisica alla camminata e, per l'equipaggiamento, un vestiario comodo e sportivo.

E = escursionistico

Percorso su sentieri, sterrate, terreno vario (pascoli, detriti, pietraie), privo di difficoltà tecniche, con un buon dislivello. Si sviluppa a volte su terreni aperti, senza sentieri, ma sempre con segnalazioni adeguate; può presentare alcuni tratti con pendio ripido, ma generalmente protetti o assicurati. Si richiede oltre ad un equipaggiamento adeguato anche un certo allenamento.

EE = per escursionisti esperti

Si tratta di un percorso alpinistico; l'itinerario attraversa zone imperverie (pendii ripidi e/o scivolosi di erba o misti di rocce ed erba etc.), tratti rocciosi e/o attrezzati, con lievi difficoltà tecniche, terreno vario, con dislivello notevole (anche oltre 1000 metri). Richiede passo sicuro e assenza di vertigini insieme a una buona preparazione fisica e ad un equipaggiamento idoneo.

EEA = per escursionisti esperti con attrezzatura

Si affrontano percorsi molto impegnativi (vie ferrate etc.) che richiedono l'uso di attrezzatura tecnica, idonea a superare pareti di roccia (casco, imbraco, dissipatore, moschettoni, etc) e una preparazione fisica adeguata.

EAI = escursionismo in ambiente innevato

E' necessaria un'attrezzatura specifica (racchette, ramponi, etc.), oltre a indumenti adatti a proteggere dal freddo.

E' opportuno sottolineare che per partecipare alle escursioni si richiede, comunque, una certa preparazione fisica, specialmente quando si conduce una vita sedentaria.



8. Quote associative

Per l'anno 2014 sono in vigore le seguenti quote associative:

- **soci ordinari**€ 36,00
(con diritto ai periodici del CAI: Montagne 360° (mensile),
Lo Scarpone (settimanale online, www.loscarpone.cai.it)
- **soci ordinari** (di età non superiore a 25 anni).....€ 30,00
- **soci familiari**€ 20,00
- **soci giovani** (minori di anni 18, nati dal 1997 in poi).....€ 11,00
- **secondo/terzo socio giovane** (della stessa famiglia).....€ 9,00
- **Per i nuovi soci** è richiesto, inoltre, un contributo di€ 4,00

L'iscrizione al CAI garantisce automaticamente la copertura assicurativa per gli infortuni e la responsabilità civile verso terzi in attività sociale e per le spese inerenti il Soccorso Alpino con i seguenti massimali:

- **combinazione A**

caso morte	€ 55.000,00;
caso invalidità permanente	€ 80.000,00;
rimborso spese di cura	€ 1.600,00.

- **combinazione B, da richiedere all'atto dell'iscrizione o del rinnovo,**

caso morte	€ 110.000,00;
caso invalidità permanente	€ 160.000,00;
rimborso spese di cura	€ 3.200,00.

Premio aggiuntivo annuo per la combinazione B € 4,00.

Si precisa che:

- La garanzia assicurativa è prestata fino al 31/03 di ogni anno, per i soci in regola con il tesseramento dell'anno precedente;
il **rinnovo** dell'iscrizione, pertanto, deve avvenire **entro il 31 marzo 2014**;
- per chi effettua l'iscrizione e/o rinnovo dopo il 31 marzo, la copertura assicurativa sarà operante dalle ore 24 del giorno dell'iscrizione e/o rinnovo.



9. Non soci: come partecipare all'attività sezionale

Per quanti non sono iscritti a una sezione CAI, la partecipazione alle attività programmate dalla nostra sezione è subordinata ai seguenti adempimenti:

- Obbligo di **prenotazione** entro il termine di volta in volta stabilito e reso noto;
- comunicazione dei **dati anagrafici**;
- **Consenso al trattamento dei dati personali** (art.23 D.lgs.196/2003);
- osservanza del **Regolamento** delle escursioni;
- versamento della **quota** dovuta per l'assicurazione, € 8,00 (massimali combinazione A e Soccorso Alpino).



Volpe a Montedimezzo



12. Lo stemma del CAI nel tempo

Si ravvisa l'opportunità di fornire alcune note per illustrare, in sintesi, la storia, cioè l'evoluzione dello stemma del CAI, parallela allo sviluppo dell'Associazione.

Il primo nome assunto dal CAI alla fondazione - avvenuta il 23 ottobre 1863 - era CLUB ALPINO TORINO.

Lo stemma prescelto - molto diverso da quello attuale - era un "distintivo" di forma circolare: raffigurava un gruppo di montagne, sorvolate da un'aquila, e un camoscio appostato su una delle vette (fig. 1).

La denominazione CLUB ALPINO TORINO rimase fino al 1866; nell'anno successivo nacque la "Succursale di Aosta" e la scritta divenne "CLUB ALPINO ITALIANO".



fig. 1

Con il crescere delle "succursali" (la denominazione odierna di "Sezione" venne adottata dal 1873) su tutto il territorio nazionale, fu avvertita la necessità di un nuovo simbolo, più rispondente a questo spirito più ampio.

Durante il V Congresso Italiano che si tenne nel 1872 a Chieti, (organizzato dalla sezione di Napoli), il socio napoletano Giordano Scipione, ebbe l'idea di adottare un nuovo distintivo; su incarico della Sede Centrale, nel 1873, la Sezione di Napoli realizzò il nuovo emblema che - sia pure con alcune modifiche grafiche e compositive - è giunto fino ai nostri giorni. Esso reca la scritta "CLUB ALPINO ITALIANO" (fig. 2)



fig. 2



Durante il ventennio fascista, il "Club" è denominato "Centro Alpinistico Italiano"; il simbolo fu modificato in modo radicale e divenne stilizzato ed essenziale, secondo i canoni di quel periodo.

Il fascio littorio è posto sulla punta dello scudo; non compaiono il binocolo e la corda (fig. 3).

Nel dopoguerra si torna allo stile classico (fig. 4).

Intorno agli anni '90 viene realizzata una moderna interpretazione del simbolo, senza alterarne l'aspetto complessivo: viene circondato da un ampio bordo azzurro che simboleggia la grande famiglia del CAI (fig. 5).

Il logo attuale (fig. 6) in uso dal 2004, riprende i caratteri dello stemma precedente; scompare la cornice in modo da far risaltare i simboli tradizionali e l'aquila.

Il suo significato richiama i valori essenziali del nostro Club:

AQUILA: i grandi spazi

CORDA E PICCOZZA: l'azione e l'impegno per la salita

BINOCOLO: l'osservazione e la conoscenza

STELLA A 5 PUNTE: l'universalità

LO SCUDO: l'appartenenza

Nel Museo della Montagna "Monte dei Cappuccini" di Torino è presente la sala degli Stemmi del CAI che accoglie la collezione completa dei distintivi del Club Alpino Italiano.

(cfr. "150 di Cammino del CAI", a cura di Ugo Scortegagna, Duck Edizioni, pag. 16 e segg.)



fig. 3



fig. 4



fig. 5



fig. 6



Indice

Premessa	pag. 4
1 - Dati del Club Alpino Italiano	pag. 6
2 - Nell'anno sociale 2013 abbiamo fatto...	pag. 8
3 - Regolamento delle escursioni	pag.12
4 - Regole per l'escursionista	pag.15
5 - In caso di emergenze...	pag.17
6 - Le attività per l'anno 2014	pag.19
7 - Le difficoltà dei percorsi secondo la classificazione CAI	pag.33
8 - Quote associative	pag.34
9 - Non Soci: come partecipare all'attività sezionale	pag.35
10 - Organigramma	pag.36
11 - Contatti con il CAI	pag.37
12 - Lo stemma del CAI nel tempo	pag.38
13 - I nostri Sponsor	pag.40

N.B.: per informazioni su "come equipaggiarsi", "come alimentarsi", "sentieri e rifugi", si fa riferimento all'opuscolo dell'anno 2012.



Fotografie:

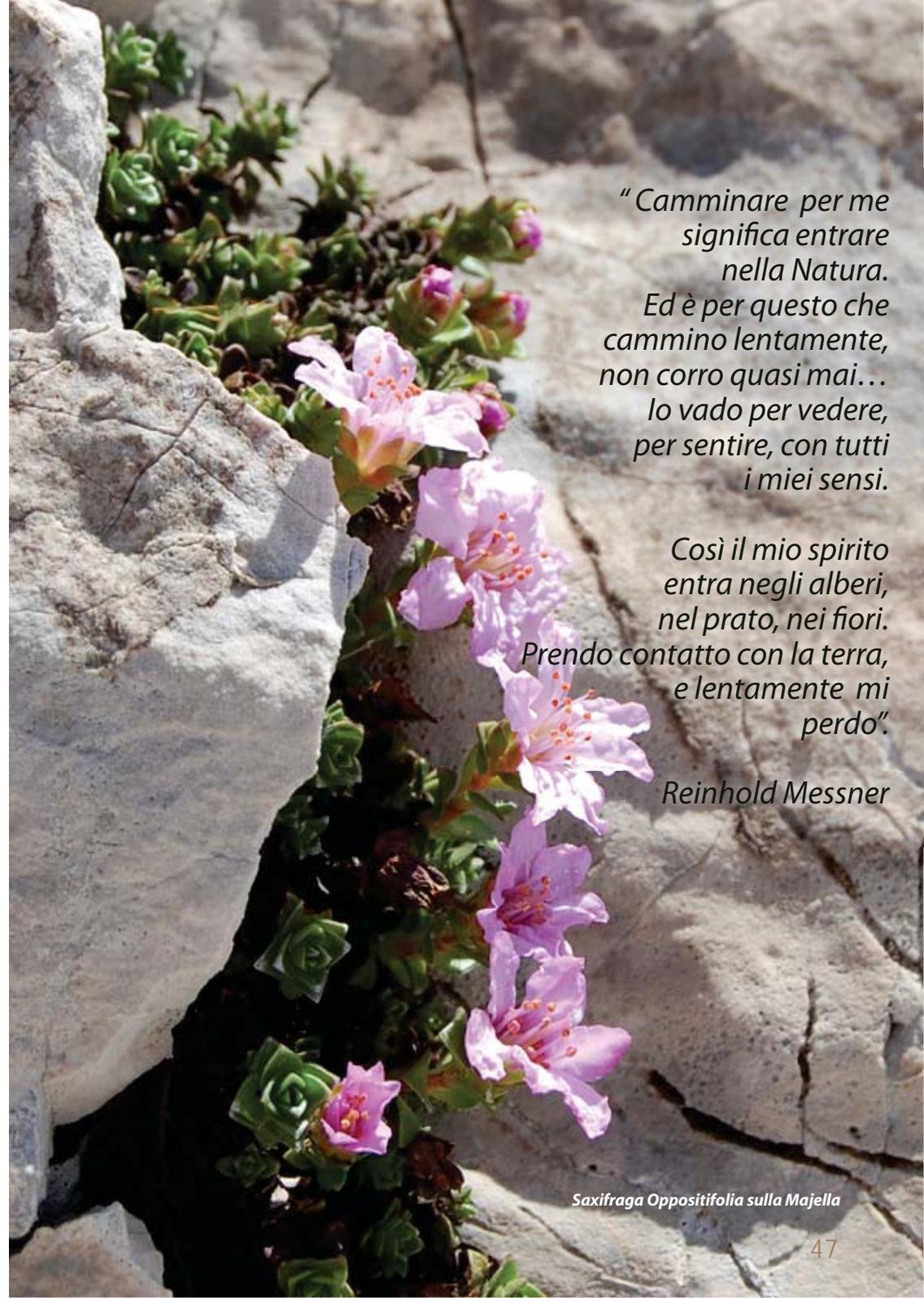
Angelo Di Rocco - pagg. 16, 20, 26
Amilcare D'Orsi - pagg. 11, 35
Anna Giovarruscio - pagg. 9, 10
Sergio Natalia - pag. 37
Ugo Scortegagna - pag. 3
Romano Sfirri - pagg. 4, 14, 15, 18, 24, 26, 28, 30, 47

in copertina:

Alta Valle di Teve (Parco Regionale Sirente Velino) dal Murulungo - Ph. Romano Sfirri

Progetto grafico e impaginazione: Studio Romano Sfirri - Avezzano

Stampa: Tipolitografia Trullo - Roma



*"Camminare per me
significa entrare
nella Natura.
Ed è per questo che
cammino lentamente,
non corro quasi mai...
Io vado per vedere,
per sentire, con tutti
i miei sensi.*

*Così il mio spirito
entra negli alberi,
nel prato, nei fiori.
Prendo contatto con la terra,
e lentamente mi
perdo".*

Reinhold Messner

Saxifraga oppositifolia sulla Majella