



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione Valle Roveto

*i mille volti
della montagna*

Escursioni 2020



CLUB ALPINO ITALIANO Sezione Valle Roveto

Organigramma del Consiglio Direttivo

Raffaele Allegritti	<i>Presidente (legale rappresentante della Sezione)</i>	
Maria Grazia Di Pasquale	<i>Vice Presidente</i>	
Mattia Lelli	<i>Consigliere</i>	<i>Gestione materiale</i>
Lucia Mastropietro	<i>Consigliere</i>	<i>Segretario</i>
Giovanna Dosa	<i>Consigliere</i>	<i>Tesoriere</i>
Nicholas Novelli	<i>Consigliere</i>	<i>Responsabile pagina Facebook</i>
Marco Capocitti	<i>Consigliere</i>	
Costantino Pace	<i>Consigliere</i>	
Marco Bianchi	<i>Consigliere</i>	
Fabio Bussi	<i>Consigliere</i>	
Maria Rita Sorgi	<i>Revisore dei Conti</i>	
Flavia Colacicchi	<i>Revisore dei Conti</i>	
Denis Montaldi	<i>Responsabile sito internet</i>	

Accompagnatori di escursionismo

Fabio Bussi	<i>AE</i>
Maria Grazia Di Pasquale	<i>AE</i>
Fernando Conte	<i>AE</i>
Raffaele Allegritti	<i>AE</i>

Cari Soci,

i Cambiamenti Climatici sono ormai una realtà riconosciuta, i cui effetti sono osservati in tutto il mondo e visibili da chiunque abbia un minimo di discernimento per collegarli alle conseguenze delle attività umane. Gli studi scientifici pubblicati (vedi rapporto dell'IPCC), mostrano inequivocabilmente i danni e le conseguenze di un'industrializzazione sfrenata e rivolta univocamente ad una crescita senza limiti che in natura non trova analogia in nessun essere vivente (la natura è da sempre il riferimento per eccellenza delle cose umane. L'arte e l'architettura, in particolar modo, sono intrise di questo parallelismo).

Il noto climatologo Luca Mercalli, infatti, riferendo tale situazione antropica alla vita di un albero, ebbe a dire che anche questo, pur raggiungendo dimensioni notevoli e a volte stupefacenti, ad un certo punto è costretto a fermarsi per non collassare su se stesso. L'analogia con il nostro sistema produttivo attuale è evidente e necessita, ha poi aggiunto,

di essere ripensata su principi di sostenibilità e resilienza.

D'altronde non è necessario essere degli scienziati per capire come significative alterazioni di habitat naturali, distruzione di biodiversità, emissioni di grandi quantitativi di CO2 e inquinamento da plastica, non possano lasciare inalterato un pianeta che vive e respira come noi.

Le montagne poi, nostro ambiente prediletto, sono indicatori sensibili di quanto sta avvenendo e ammoniscono l'uomo che sa leggere il paesaggio e le importanti modificazioni alla vegetazione e agli ambienti alpini (il ritiro dei ghiacciai sono l'esempio più emblematico).

In virtù di questa premessa, la Sezione Valle Roveto, impegnata già da tem-



po nella lotta alla plastica usa e getta e nella bonifica dai rifiuti, ha deciso di incrementare ulteriormente i propri sforzi per un contributo sempre più incisivo verso la sensibilizzazione dei soci e in direzione di una condotta di vita più sostenibile. L'uso della borraccia, eventi **CAI plastic free** e l'utilizzo parsimonioso dell'automobile, anche per raggiungere le mete delle escursione, sono solo alcuni degli esempi più significativi.

Buona escursione a tutti

Raffaele Allegritti

Inaugurazione della nuova sede del CAI a Civitella Roveto il 21 giugno 2020



Contatti con il CAI di Valle Roveto

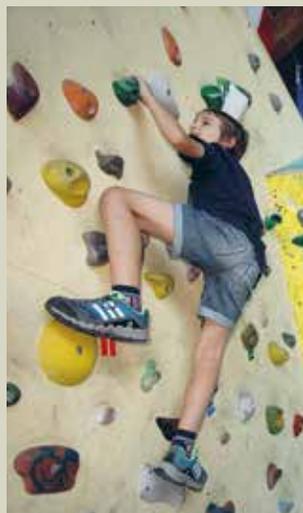
via Ripandelli, snc
(ex asilo infantile "Citta' di Genova")
67054 Civitella Roveto (AQ)

T 348.6609853
valleroveto@cai.it
www.caivalleroveto.it
FB Cai Sezione Valle Roveto
IBAN IT 26 R083 2740 5000 0000 0005 120
C.F. 90019100669

Quote tesseramento 2019

	RINNOVI	1a iscriz.
Ordinari	40,00	45,00
Familiari	20,00	25,00
Juniores (18-25)	20,00	25,00
Giovani dal 2002	15,00	20,00

I moduli per l'iscrizione sono scaricabili dal sito www.caivalleroveto.it - Oppure tramite l'attività commerciale **yogurttime** a piazza Gran Sasso (Civitella Roveto).



Da venerdì 19 giugno 2020 e in occasione dei festeggiamenti legati all'inaugurazione della sede, sarà fruibile la parete di arrampicata con gli istruttori della Scuola Rosa dei Venti (gratuita per i soci CAI).



CLUB ALPINO ITALIANO Sezione Valle Roveto

Contributi

CAPASSI PAOLO & C.

Forniture Industriali
Avezzano (Aq)

Net-Learn we are IT

**Soluzioni Ict, Web,
E-Learning, Mobile**
www.netlearn.it
Avezzano (Aq)

Giopè
café

Gran Caffè Bar
Civitella Roveto (AQ)

OUT DOOR
srl

Outdoor srl Shop
Via Tor Vergata, Roma
06 7233494
www.outdoorsrl.it

**ELETTRO
MECCANICA** ⁹¹ _{SN}

**Riparazioni motori elettrici
Elettropompe e gruppi elettrogeni**
Cappelle dei Marsi (Aq)



Società Sportiva Dilettantistica
www.lapinetafitnessclub.it
Avezzano (Aq)

Le Sciattolo S.r.l.

Funghi Tartufi Prodotti Tipici
www.cooplosciattolo.it
Civitella Roveto (Aq)



Outdoor Equipment
www.campobase.net
Roma

**Hotel
River**
RISTORANTE

Hotel Ristorante
www.hotel-river.net
Civitella Roveto (AQ)

F.lli Venditti & C. **Edilizia Ceramica
Ferramenta Termoidraulica**
Civitella Roveto (Aq)



Società Cooperativa Agricola
Valle Roveto. (Aq)

Il Cacciatore

Ristorante Pizzeria
Civitella Roveto (AQ)



Bar e ristorazione
Civitella Roveto (Aq)



Outdoor Equipment
www.lamonicella.it
San Vincenzo V.R. (Aq)

f.lli montaldi

Agricoltura e zootecnica
Civitella Roveto (AQ)

Decor **Pitture e tendaggi**
Civitella Roveto (Aq)

iacoboni

Automazioni
www.iacobonimeccanica.com
Avezzano (Aq)

C&G

Ottica Occhiali Contattologia
Celano / Civitella Roveto (Aq)

Kiswahili **Gran Caffè Bar**
Capistrello (AQ)



Società cooperativa agricola
Celano (Aq)

**ALIMENTARI
Di Toro Maurizio**

Macelleria Salumeria
Capistrello (AQ)



Fisioterapista dott. Sara Lelli
Via Olimpiai 89, Avezzano (AQ)



Twin Bar coffee&drink
Via Roma / Civitella Roveto (AQ)



Cosmoline
Via S. Tommaso D'Aquino 10, (AQ)

Cronistoria di una bonifica (località Nido delle Aquile sopra Capistrello)

Cronistoria di una bonifica (località Nido delle Aquile sopra Capistrello)

Due anni fa, durante la perlustrazione del sentiero CAI che da Pescocanale arriva a Campo Staffi passando per Colle Mozzone/Nido dell'Aquila, alcuni soci della nostra Sezione vennero a conoscenza di un accumulo di rifiuti davvero imponente, centinaia e centinaia di pneumatici ma anche carcasse di auto e guaina, celati alla base di un profondo crepaccio sottostante la strada che collega Capistrello a Filettino. Un luogo ameno ed impervio, tale da far desistere qualsiasi idea di poter riportare su strada, e quindi in discarica, i rifiuti. Scopriamo allora di una denuncia contro ignoti risalente al 2009 e dell'immobilità di enti e am-

ministrazioni per la bonifica del sito (anche per via dei costi elevati che l'operazione avrebbe richiesto).

Testardi e convinti di poter risolvere il problema, dopo giorni e idee di ogni tipo, pensammo di coinvolgere la ditta Paris di Celano per l'utilizzo di un'imponente autogru con cui superare l'ostacolo costituito dal crepaccio. Lo spirito coinvolgente dell'iniziativa, spinte allora il Comune di Capistrello e le associazioni presenti sul territorio ad abbracciare entusiasti il progetto di bonifica e la Segen a fornire la base logistica per lo smaltimento del materiale raccolto. Tra la prima e la seconda giornata riuscimmo a riportare in strada più di 500 pneumatici, due carcasse di auto e numerosi sacchi di immondizia.



Museo Naturalistico del CAI



di Guido Morelli - DNN CAI

Un progetto innovativo

Tra le molteplici iniziative di cui la Sezione di Valle Roveto si è resa promotrice, c'è quella per la realizzazione di un Museo Naturalistico che si propone come struttura di valenza sociale avente lo scopo di contribuire alla conoscenza, alla diffusione e al progresso della cultura naturalistica attraverso la raccolta, l'incremento, la valorizzazione e l'esposizione di reperti e collezioni a carattere naturalistico.

Negli spazi allestiti all'interno delle sale dedicate al museo, si potranno osservare esposizioni permanenti relative ai temi delle scienze naturali e foresta-

li. Altri saranno dedicati ai diorami, ossia rappresentazioni in scala ridotta dei principali tipi di ambiente naturale presenti nel territorio collinare e montano della Valle Roveto. Per tutto il percorso museale sarà possibile usufruire di informazioni riportate su bacheche, espositori, pannelli e poster che accompagneranno le varie collezioni, fornendo la necessaria ma comprensibile spiegazione di ogni singolo reperto, utilizzando un linguaggio divulgativo accessibile a tutti.

Di seguito si riportano i vari settori tematici che caratterizzeranno il museo:



- Sezione di Botanica
- Sezione di Entomologia
- Sezione Diorami
- Sezione Tracce e reperti faunistici
- Sezione Xiloteca

Eco-sostenibilità ed il nemico invisibile

(estratto della rivista **Montagna 360** del novembre 2019)

Microplastiche nelle nevi, ad alta quota, non solo negli oceani... Sottilissimi residui di vernici, di gomma che entrano a far parte per inalazione anche di noi. Sono nel nostro respiro, nel pesce che



consumiamo, e gli scienziati parlano di "alte concentrazioni". Micro subdole particelle di cosmetici, di saponi, di detersivi, di fibre che indossiamo. Un nemico invisibile, che danneggia gli animali marini, le tartarughe per esempio, e che ancora non si sa in che misura attacchi la nostra salute.

Ma le microplastiche si presentano sui ghiacciai sotto forma di materiale gommoso; qualcosa che porta il pensiero alle calzature sportive e alle soles delle scarpe di montagna. Sarà forse anche per questa associazione

di idee così elementare che troviamo schierati in prima linea nell'impegno ambientale diversi marchi di eccellenza nella produzione delle scarpe usate per arrampicarsi e camminare verso

le cime. Ecco qualche esempio:

PATAGONIA

Dopo aver drasticamente ridotto l'impatto ambientale dei propri siti produttivi, ha dato vita a una serie di

azioni concrete, imponendosi una tax earth volta a sostenere gruppi ambientalisti che portino avanti impegni efficaci ed ha modificato il suo sistema produttivo, ripristinando l'antica abitudine di aggiustare tutto quello che si guasta. E proponendosi capi d'abbigliamento in fibre naturali o riciclate destinate a durare nel tempo.

OBERALP-SALEWA

Ha affrontato il problema delle microplastiche associandosi al The Microfibre Consortium (TMC) di EOG, per sostenere progetti di ricerca allo scopo di indi-

viduare nuove soluzioni contro il rilascio nell'ambiente di fibre microplastiche a ogni lavaggio in lavatrice.

AKU

Sul versante produttivo, siamo impegnati nella ricerca di soluzioni progettuali e dirette a limitare l'impatto ambientale della nostra organizzazione industriale e a fornire la massima trasparenza sull'origine del prodotto.

LOWA

A creato una "collezione vegana", senza l'utilizzo di pelle e lana animale; l'assenza di sostanze inquinanti nel ciclo produttivo si è concretizzata nella ideazione e realizzazione della Cads, ente tedesco di controllo che unisce marchi che rispettano un elenco di sostanze soggette a restrizioni nelle calzature. Anche il riuso fa parte dell'impegno di Lowa, che rende possibile la risuolatura delle sue calzature.

SCARPA

Vale anche per lei quanto detto per Lowa.

Ma anche la Sportiva, Mammüt, Ferrino, Montura sono aziende che sentono di dover tenere alto un impegno che salda un debito morale con la grande bellezza della nostra terra.

8 *Le Fibre Sintetiche*

C'era una volta la lana merino...

(estratto dalla rivista *Montagna 360* del novembre 2019)

I capi d'abbigliamento in fibre sintetiche hanno un ruolo molto importante nella diffusione delle particelle di microplastiche, che raggiungono le acque

dei fiumi, laghi, mari e ghiacciai. La dannosa microplastica entra così anche nel corpo umano. Si tratta in particolare di poliesteri, poliammide,

polietilene e polipropilene. Il poliestere è una delle fibre più utilizzate nell'industria tessile e il suo consumo aumenta il 5 % ogni anno e rappresenta il 50 % del mercato complessivo. Il componente principale del poliestere è il polietilene tereftalato (PET). Come tutte le plastiche, proviene principalmente dal petrolio. Quando laviamo gli abiti sintetici, queste microplastiche si separano da loro e finiscono nei fiumi e nel mare, infettando l'ambiente e i pesci (solo in parte vengono filtrate dai depuratori).



Scuola Sci Alpinismo



**"Rosa dei Venti"
Tagliacozzo**

Programmazione corsi della Scuola Intersezionale Rosa dei Venti di Tagliacozzo per l'anno 2020

- | | |
|---|--------------------|
| • Corso di Alpinismo Base/modulo invernale A1 | (gennaio-febbraio) |
| • Corso scialpinismo Base SA1 | (marzo - aprile) |
| • Corso Scialpinismo Avanzato SA2 | (aprile-maggio) |
| • Corso Arrampicata Libera AL1 | (marzo - aprile) |
| • Corso alpinismo A2 (Alta Montagna-Alpi) | (luglio) |
| • Corso Arrampicata su roccia AR1 | (agosto-ottobre) |

Istruttore Arrampicata Età Evolutiva
Fabrizio Pietrosanti
388.2597724
faber.mountain@gmail.com



il rifugio di Civita d'Antino (1659 m s.l.m.)



Il Rifugio, situato in località "Rocca d'Abate - Laghetto Pratelle", è stato concesso in comodato d'uso gratuito al CAI dal Comune di Civita d'Antino ed è stato inaugurato l'agosto scorso insieme alle autorità e alla Pro Loco del paese.

La struttura è ubicata sulla strada sterrata che collega il paese ai Prati di S. Elia di Collelongo ed è raggiungibile a piedi in due ore circa, tramite sentiero CAI che inizia alle spalle della fontana del Fauno, antistante il piazzale Zahrtmann. Il Rifugio dispone di stufa a legna sia per il riscaldamento che per la cucina e dispone di 8 posti letto.

INFORMAZIONI UTILI

Capienza massima rifugio: 8 persone.
Munirsi di sacco a pelo.
Riscaldamento a legna.

Acqua di pozzo non potabile.
Permanenza consigliata: max. 3 giorni.

RITIRO CHIAVI

Se il Gruppo richiede l'assistenza di un accompagnatore o del custode l'apertura e chiusura del rifugio verrà effettuata da questi ultimi in caso contrario è necessario lasciare fotocopia di un documento di identità ed un numero di cellulare all'atto del ritiro delle chiavi che può avvenire:
presso la sede C.A.I. a Civitella Roveto, via Ripandelli, s.n.c.;
per appuntamento: valleroveto@cai.it o contattando il Reggente, Raffaele Allegritti, al cell.:348-6609853.

CONTRIBUTI

Si chiede un contributo di € 10,00 a persona adulta (di € 5,00 se non è previsto il pernottamento) per le spese ordinarie e

straordinarie riguardanti il rifugio, da versare alla consegna delle chiavi o tramite bonifico bancario. La prenotazione è confermata con il pagamento in acconto e/o saldo dell'importo dovuto tramite bonifico (vedi pag. 5):

CONSIGLI

si consiglia vivamente di consultare l'estratto del regolamento CAI sulla gestione dei rifugi, al quale questa sezione si è ispirata per la gestione del rifugio.

PRENOTAZIONE

Per la prenotazione del rifugio occorre compilare il modulo con le seguenti informazioni:

Nome, periodo, numero di persone, n. tessera Cai, telefono, email, motivo della prenotazione ed eventuali commenti. Aggiungere necessità di accompagnatore o custode.

La rassegna Cinema di Montagna 2020

di Enrico Di Cintio

Al via il 4 Gennaio la II Edizione della Rassegna Cinematografica di montagna firmata Cai Valle Roveto. Anche quest'anno la rassegna toccherà i vari comuni del territorio. Difatti è stata pensata volutamente itinerante a testimonianza della coralità necessaria per la promozione della Valle Roveto e la modalità d'impegno da mettere in campo per riuscirci.

Quattro imperdibili giornate ove sarà posta in prima fila la tutela dell'ambiente passando inevitabilmente per la conoscenza del territorio. La rassegna, quest'anno, sarà principalmente orientata alla Valle Roveto ed alle innumerevoli potenzialità del territorio con le numerose iniziative intraprese e da intraprendere.

Inoltre, le quattro giornate vedranno la partecipazione di molteplici relatori ognuno con profonda conoscenza dell'ambiente montano, i quali senza dubbio porteranno "cultura di montagna" arricchendo il bagaglio di conoscenza di tutti noi partecipanti. Quindi, possiamo affermare che il leitmotiv per quest'anno sarà: "camminare per conoscere, conoscere per amare, amare per tutelare"! Infine, vogliamo esprimere una profonda nota d'orgoglio verso la risposta delle associazioni dei vari comuni che, anche in questa edizione, hanno risposto prontamente e con viva collaborazione, e non di meno i Comuni stessi che hanno patrocinato la chermes. Vi Aspettiamo!



4 gennaio - Capistrello

Befana Ambientale "Viperella" e le sue aquile ambientali. Guida alle giornate ecologiche. In collaborazione con Salviamo L'Orso: La Valle Roveto: area di connessione per gli ultimi orsi dell'Appennino. FILM: HOME.

18 Gennaio - Civitella Roveto

film: *Mille Anni*. Intervento di Fabrizio Pietrosanti sulle bellezze d'Abruzzo ed a seguire il fotografo di montagna Luigi Nespeca con proiezioni sul gruppo Ernici-Simbruini ed il suo libro "Dog Trekking in Appennino".

8 Febbraio - Roccaavi

proiezioni Daniele Nardi: *I miei inverni sul Nanga Parbat*, via Peter Pan su Pizzo Deta; film: *Verso l'ignoto*.

Consegna targa ai familiari e presentazione del libro "*La via perfetta. Nanga Parbat: Sperone Mummery*". A seguire, intervento dell'alpinista Cosimo Sciotto e degli amici Gruppo Alpinistico Mountain Freedom.

22 Febbraio - Civita D'Antino

H.09:30 ritrovo passeggiata (adatta a tutti) - organizzata da ass.ni amiche - Tappa n. 9 e 10 Via dei Lupi - presso "Riserva Zompo Lo Schioppo" poi in auto verso Civita D'Antino, giro del borgo e pranzo curato dall'Associazione Pro-Locho.

H.15,00 inizio lavori rassegna con presentazione della Via dei Lupi a cura di Alessandro Giordano (Guardia Parco Monti Lucretili); seguirà l'intervento di Alessia Cella (guida Federtrek) con i filmati ed il racconto della propria esperienza in solitaria - rifugio "Rocca d'Abate" Com'è e com'era! Guida ai cammini rovetani: Cammino dell'accoglienza con Sergio Natalia e trekking degli ulivi con Antonio Di Rocco.



Outdoor srl Shop

Via Tor Vergata, Roma - 06 7233494 - www.outdoorsrl.it

Il km 0 e il biologico

di Flavia Colacicchi

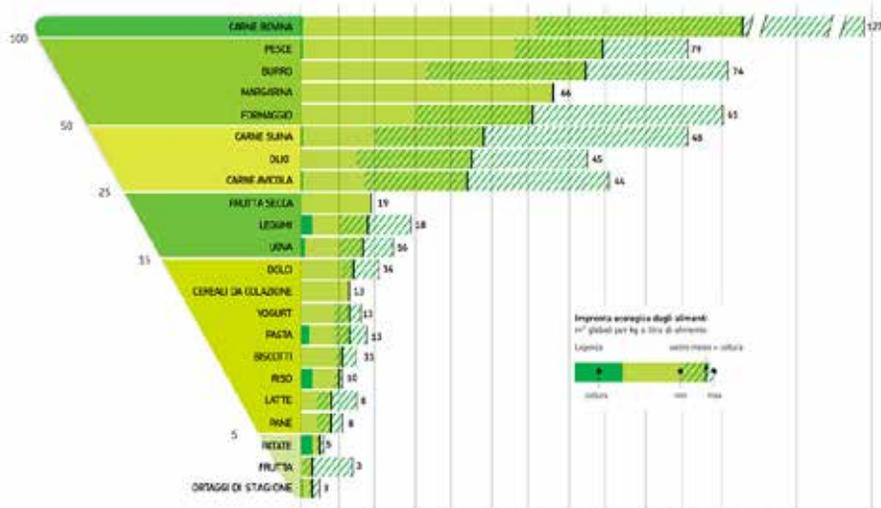
Lo sapevi che tutto il cibo nel nostro piatto ha un impatto determinante sull'ambiente, attraverso le giuste scelte quotidiane si può fare la differenza, basta iniziare dall'etichetta. Quando andiamo a fare la spesa acquistiamo solo prodotti di provenienza nazionale e ancor meglio locale, a km 0, sosteniamo così l'economia del territorio, favorendo la filiera corta a scapito dei prodotti provenienti dall'estero. La stessa attenzione che poniamo per la provenienza del cibo riguarda i metodi di produzione e lavorazione, dobbiamo prediligere "l'agricoltura biologica" cioè tutta la coltivazione e l'allevamento che ammettono solo l'impiego

di sostanze naturali, presenti in natura, escludendo l'utilizzo di sostanze di sintesi chimica: concimi, diserbanti, insetticidi. La produzione biologica si avvale delle risorse naturali del suolo, dell'acqua e dell'aria evitando lo sfruttamento eccessivo e crea un modello di sviluppo che possa durare nel tempo. In controcorsa con l'agricoltura moderna e le politiche di mercato sui beni di largo consumo che invece stanno portando all'esaurimento delle risorse naturali, alla distruzione della variabilità genetica della vegetazione spontanea e della fauna, all'aumento del fabbisogno energetico e di emissioni tossiche, con effetti devastanti sul

clima e sulle comunità rurali.

Lo sapevi che...Mangiando frutta e verdura di stagione evitiamo danni all'ecosistema ma soprattutto disincentiviamo la coltivazione in serra, causa di un forte dispendio energetico per il mantenimento dell'illuminazione e delle temperature di coltivazione, energia prodotta in massima parte con combustibili fossili.

Lo sapevi che...L'attuale modello industriale di allevamento animale è la causa: dei cambiamenti climatici, inquinamento, consumo di acqua, perdita di biodiversità, deforestazione e consumo di risorse fossili. La gran parte di carne che consumiamo proviene da allevamen-



12 ti intensivi e per ottenere 1kg di carne sono necessari circa 15kg di cereali di soia, 15.000 litri d'acqua per un'emissione di CO2 pari a 68kg. Oggi quasi la metà della produzione agricola mondiale viene utilizzata come fonte alimentare per gli animali d'allevamento.

Lo sapevi che.....Le risorse ittiche non sono illimitate, nel Mediterraneo il 96% degli stock ittici di acque profonde è sovra sfruttato, come il 70% delle specie di mare aperto. Delle oltre 700 specie marine commestibili presenti nel Mediterraneo solo il 10% è commercializzato, la conseguenza

di questa "ignoranza" causa un sovrasfruttamento degli stock di specie più conosciute (alici, sogliole, nasello, merluzzo, pesce spada, sgombro) che tendono a scarseggiare nei nostri mari. Ecco perché si deve: prediligere il pescato di stagione; scegliere specie non in pericolo di estinzione; rispettare la regola della taglia legale di vendita delle specie.

Lo sapevi che....Ogni singolo italiano produce oltre 528kg di rifiuti l'anno, per un costo medio di gestione di 186 euro per famiglia. Circa il 40% dei rifiuti è costituito da imballaggi, i quali richiedono risorse (ener-



gia, acqua, materie prime) per essere prodotti e hanno impatti sulle emissioni di gas serra, sulla biodiversità e sulla salute umana. Come consumatori possiamo scegliere merci con meno imballaggi, prodotti sfusi e alla spina per ridurre i contenitori necessari o permetterne il riutilizzo.

Un secondo per gettare... 1000 anni per degradare



Sapone di Marsiglia

lo sapevi che è il discendente diretto del sapone di Aleppo, detergente solido realizzato migliaia di anni fa in Siria e diffuso in Europa dai crociati nel XII secolo. È un prodotto naturale al 100% a base di olii vegetali e soda, privo di additivi, coloranti o conservanti, profumi, tensioattivi presenti nei saponi indu-

striali, ma completamente biodegradabile, economico, ecologico e versatile. Ottimo per il bucato, per la pulizia della casa, della persona e degli animali domestici. Trattandosi di un sapone la sua qualità è quella di essere sgrassante. Deterge e purifica la cute di viso e corpo, anche in presenza di pelle grassa e tendente all'acne perché ipoallergenico; grazie alle sue proprietà lenitive riequilibra

il Ph della pelle; sgrassa il cuoio capelluto senza seccare troppo i capelli; è un antiparassitario per la casa, gli indumenti e le piante; pretratta le macchie difficili; deterge e lucida i gioielli



Il Bambù

lo sapevi che il bambù è considerato l'oro verde di un'economia ecosostenibile, è una pianta che cresce molto rapidamente e in condizioni ottimali può arrivare anche a 35 metri di altezza.

Un ettaro di bambù produce ossigeno come un intero bosco, ha un'alta capacità di assorbire anidride carbonica: un bosco di bambù può catturare fino a 17 tonnellate di carbonio per ettaro all'anno grazie alla sua superficie di fogliame.

Contrasta l'inquinamento atmosferico, le sue radici sono in grado di trasformare alcuni inquinanti del suolo come

l'azoto in biomassa. Non necessita dell'impiego di pesticidi, erbicidi poiché è particolarmente resistente all'attacco di malattie.

Contrasta il dissesto idrogeologico ed è anche resistente agli incendi. Consuma solo un terzo dell'acqua rispetto ad altre piantagioni e per garantirne la crescita è sufficiente solo acqua piovana. La sua adattabilità

alle più svariate condizioni atmosferiche, ha permesso al bambù di crescere anche in Europa e nello specifico in Italia.

Impiegabile nell'edilizia è più leggero del cemento armato e dell'acciaio, ma resistente e flessibile. Nell'industria tessile si utilizza la sua fibra: morbida, elastica e anti-batterica grazie ad un bio agente anti-micro-

bico "bamboo kun" il quale riduce i batteri che prosperano nei vestiti e di conseguenza sulla nostra pelle.

È un tessuto biodegradabile, in quanto la sua estrazione viene effettuata senza l'uso di agenti tossici.



marzo 14

Sabato 14 Marzo

Incontro con Guido Morelli ONCN

(Operatore Naturalistico Culturale Nazionale)

Incontro in sede con lo studioso in Scienze Forestali

dal tema:

Le foreste abruzzesi, l'anima verde della regione dei parchi

Durata: **2 ore**

Resp.: **Raffaele Allegritti 348 6609853**

marzo 21

Sabato 21 Marzo

Corso di escursionismo di base

Seconda lezione teorica:

preparazione fisica, alimentazione, equipaggiamento e materiali

Durata: **2 ore**

Nota: **l'incontro si terrà a casa di Maria Grazia a Capistrello, segue uscita su Monte Arezzo (450m di dislivello, diff. E).**

Resp.: **Maria Grazia Di Pasquale 349 7910108**

marzo 28

Sabato 28 Marzo

Corso di escursionismo di base

Terza lezione teorica in sede

**Organizzazione e struttura del CAI, conoscenze meteo,
organizzazione di un'escursione**

Durata: **2 ore**

Resp.: **Fabio Bussi 329 0540193**

Maria Grazia Di Pasquale 349 7910108

marzo 29

Domenica 29 Marzo

**Ridotti - Vallone di S. Onofrio - Eremo di S. Angelo
(anche uscita del corso base)**

Gr. mont.: **Valle Roveto**

Difficoltà: **E**

Dislivello: **800**

Km: **11**

Tempo: **00**

Itinerario: Partenza da Ridotti, Vallone di S. Onofrio
ed eremo dello stesso, Grotta di S. Angelo, Balsorano

Vecchio

Resp.: **Maria Grazia Di Pasquale 349 7910108**

aprile 3-4-5

da Venerdì 3 a domenica 5 Aprile
Intersezionale CAI di Bari

Nota: **Visita alla città di Bari**

Gr. mont.: **Parco Nazionale dell'Alta Murgia**

Difficoltà: **E**

Dislivello: **600 m (I giorno) 100 m (II giorno)**

Km: **18 km (I giorno) e 5 km (II giorno)**

Itinerario: *Inghottitoio del Cavone, Cave di bauxite, Rocca del Garagnone / Museo dell'Uomo di Altamura, Pulo di Altamura*

Resp.: **Raffaele Allegritti 348 6609853**

aprile 19

Domenica 19 Aprile
Bosco di Sant'Antonio

Difficoltà: **T**

Dislivello: **100**

Tempo: **2 ore**

Itinerario: *Da Pescocostanzo (con visita al borgo)- Bosco di S. Antonio*

Resp.: **Raffaele Allegritti 348 6609853**

Guido Morelli

maggio 10

Domenica 10 Maggio

Corso di escursionismo di base

Quinta lezione in ambiente

La Torretta 1797 m

Esercitazione e verifica sentieristica (aperto a tutti)

Gr. mont.: **Monti Ernici**

Difficoltà: **E**

Dislivello: **750 m**

Tempo: **5 ore a/r**

Itinerario: *Itinerario M. dei Bisognosi Ara di Ercole- Prato dei Frati - La Torretta*

Resp.: **Fernando Conte 328 3768839**

Maria Grazia Di Pasquale 349791010

maggio 16-17

Sabato 16 e Domenica 17 Maggio

Corso di escursionismo di base

Sesta lezione teorica fuori sede

Rifugio di Civita D'Antino

Primo soccorso in montagna

Gr. mont.: **Valle Roveto**

Difficoltà: **E**

Dislivello: **700 m**

Km: **5.4**

Itinerario: *Civita d'Antino-Laghetto Pratelle-Rif. Rocca d'Abate (con pernottamento per gli allievi del corso base)*

Resp.: **Maria Grazia Di Pasquale 349 7910108**

giugno 28

Domenica 28 Giugno

Intersezionale con Guardiagrele

Certosa di Trisulti 825 m

Gr. mont.: **Ernici**

Difficoltà: **E**

Dislivello: **500 m salita, 600 m discesa**

Km: **18**

Tempo: **8 ore andata**

Itinerario: *Rendinara, Vado dell'Orso, Valle dell'inferno, Fonte Peccia, Vado di Porca, Certosa di Trisulti; Ritorno in pullman*

Resp.: **Fabio Bussi 329 0540193**

luglio 3-4-5

3-4-5 Luglio (venerdì-sabato-domenica)

Il Cammino di San Gerardo - Intersezionale con il CAI di Gallinaro

Itinerario:

1 giorno: Gallinaro-Opi

2 giorno: Opi-Scanno

3 giorno: Scanno-Pettorano sul Gizio

Nei primi due giorni di cammino è prevista la sosta in albergo (cena, pernottamento e prima colazione)

Resp.: **Marco Capocciotti 338 6347809**

luglio 25-26

Sabato 25 - Domenica 26 Luglio
Monte Viglio di notte (con pernotto)

Gr. mont.: **Valle Roveto**

Difficoltà: **E**

Dislivello: **550**

Km: **5.5**

Tempo: **3 ore andata - 2 ore ritorno**

Itinerario: *Valico di Serra S. Antonio - Fonte Moscosa - Belvedere
 - I Cantari - M. Viglio. domenica percorso inverso.*

Resp.: **Fabio Bussi 329 0540193**

agosto 2

Domenica 2 Agosto
Cima delle Murelle

Gr. mont.: **Maiella**

Difficoltà: **EE**

Dislivello: **1260 m**

Km: **18,9**

Tempo: **7 ore**

Itinerario: *Rif. Pomilio, Blockhaus, Sella Acquaviva*

Resp.: **Maria Rita Sorgi 324 0586537**

agosto 30

Domenica 30 Agosto

Pozzo della Neve da Pescosolido

Gr. mont.: PNLAM

Difficoltà: EE

Dislivello: 1150 m

Km: 13

Tempo: 7 ore

***Itinerario:* Le Fossate, Rif. Campo di Grano**

Resp.: **Marco Capoccitti: 3386347809**

Maria Grazia Di Pasquale 349 7910108

settembre 6

Domenica 6 Settembre

Murolungo 2184 m

Gr. mont.: Sirente - Velino

Difficoltà: EE

Dislivello: 1300 m

Km: 14

Tempo: 14 ore

***Itinerario:* da Vallone del Cieco (Cartore)**

Resp.: **Raffaele Morelli 3331107610**

settembre 13

Domenica 13 Settembre

Monte Turchio

Gr. mont.: **PNALM**

Difficoltà: **E**

Dislivello: **700 m**

Tempo: **7 ore totali**

Itinerario: da Lecce Vecchia salita per T1 e cresta N, discesa per cresta Sud, Cicerana e T1

Resp.: **Andreas**

Maria G. Di Pasquale 349 7910108

settembre 20

Domenica 20 Settembre

Monte Magnola 2220 m

Gr. mont.: **Sirente - Velino**

Difficoltà: **E**

Dislivello: **780 m**

Km: **14**

Itinerario: Da Vado Ceraso (Rovere)

Resp.: **Raffaele Morelli 3331107610**

settembre 27

Domenica 27 Settembre

Monte Ortara da Grancia di Morino

Gr. mont.: **Monti Ernici**

Difficoltà: **E**

Dislivello: **1350 m**

Km: **8**

Tempo: **8 ore totali**

Itinerario: *Laghetto ENEL, Cauto, Rif. Ara di Collelongo, Valico Selvastrella, Passo del Diavolo, Iubero dell'Ortara*

Resp.: **Antonio Massimiani**

Maria Rita Sorgi 324 0586537

ottobre 4

Domenica 4 Ottobre

Gole del Sagittario

Gr. mont.: **Monti Marsicani / Valle del Sagittario**

Difficoltà: **EE**

Dislivello: **700 m**

Itinerario: *Traversata Villalago, Castrovalva, Riserva gole del Sagittario, Anversa degli Abruzzi*

Resp.: **Maria Rita Sorgi 324 0586537**

ottobre 11

Domenica 11 Ottobre

ECOTRAIL DELLA ROSCETTA

Gazebo informativo e vendita gadget

Resp.: **Lucia Mastropietro**
Mattia Lelli 334 3953195

ottobre 25

Domenica 25 Ottobre

Pescocanale - Campo Staffi

Gr. mont.: **Valle Roveto**

Difficoltà: **EE**

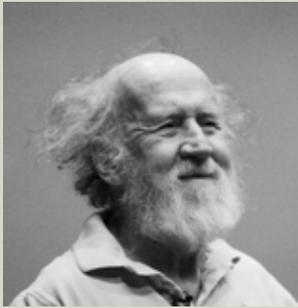
Dislivello: **1100 m**

Km: **9.7**

Tempo: **8 ore totali**

***Itinerario:** Pescocanale - Rif. del Principe - Piani della Renga -
Colle Mozzone - Campo Staffi*

Resp.: **Enrico Di Cintio**
Mattia Lelli 334 3953195
M. Capoccitti



L'uomo è la specie più folle: venera un Dio invisibile e distrugge una Natura visibile. Senza rendersi conto che la Natura che sta distruggendo è quel Dio che sta venerando

Hubert Reeves