



### DIVERTITI IN SICUREZZA

*Andare in montagna senza conoscerla e senza essere preparati vuol dire pericoli e procedere ad occhi bendati rinunciando alla possibilità di scoprire gioie e segreti affascinanti.*

- Preparati fisicamente per poter sostenere gli sforzi che l'alpinismo comporta
- Preparati moralmente con quella carica di energia interiore che consente di far fronte a qualsiasi evenienza
- Preparati tecnicamente aggiornando le tue conoscenze sull'equipaggiamento e sul suo impiego in modo da poter procedere agevolmente su qualsiasi terreno
- Conosci la montagna ed i suoi pericoli (scariche di pietre, valanghe, crepacci, maltempo) in modo da poterli evitare
- Informati sulle previsioni meteorologiche
- Non lasciarti trascinare dall'ambizione o da un malinteso spirito di emulazione di imprese superiori alle tue possibilità
- Stai sempre all'erta, soprattutto dove le difficoltà diminuiscono e la stanchezza annebbia la tua attenzione
- Sappi rinunciare, non c'è da vergognarsi: le montagne attendono sempre

### PARTECIPAZIONE ALLE USCITE

- **USCITE «EEA»:** per motivi logistici e di sicurezza, la **prenotazione è obbligatoria** e va effettuata entro e non oltre il venerdì precedente la data in calendario
- **TUTTE LE USCITE: i partecipanti non iscritti al CAI** dovranno prenotarsi e richiedere entro le ore 13:00 del venerdì precedente, l'attivazione dell'assicurazione giornaliera
- Il luogo di **partenza** per tutte le escursioni è a Carsoli in **località "Piè La Porta"**

**I COORDINATORI SI RISERVANO DI ESCLUDERE I PARTECIPANTI CHE NON SIANO RITENUTI IDONEI PER AFFRONTARE ALCUNI ITINERARI O CHE NON SIANO IN POSSESSO DELL'ATTREZZATURA NECESSARIA**

### ATTREZZATURA INDISPENSABILE PER OGNI USCITA A CARATTERE ALPINISTICO

- casco -imbragatura -piccozza -ramponi
- moschettoni e cordini
- kit da ferrata (in caso di itinerario con ferrata)
- artva, sonda, pala -discensore
- vestiario adeguato ad una uscita in ambiente montano per molte ore

### ATTREZZATURA INDISPENSABILE PER OGNI USCITA A CARATTERE ESCURSIONISTICO

- scarponcini da trekking
- vestiario adeguato a una uscita in ambiente montano  
*(se l'uscita è su neve si consiglia vivamente di portare tutto il materiale alpinistico)*



## SEZIONE DI CARSOLI "SANDRO IACUITTI" CLUB ALPINO ITALIANO

### ESCURSIONI SOCIALI 2024





# CALENDARIO ESCURSIONI SOCIALI 2024

## 14 Gennaio E SALITA AL BRONZO

A cura del C.D.

## 27 Gennaio E NOTTURNA A MONTE MIDIA

Mauro I. - 333 9654597

## 11 Febbraio EAI DIDATTICA SU AMBIENTE INNEVATO

Daniele G. - 338 2732023

## 18 Febbraio EAI MONTE PUZZILLO

Lorenzo A. - 340 4912571

## 25 Febbraio EAI MONTE ETRA

Marco S. - 335 7080310

Giuseppe R. - 335 8485278

## 3 Marzo EAI MONTE ELEFANTE

Gianluca F. - 339 2310353

Aldo D. - 339 3795050

## 17 Marzo EAI USCITA SU NEVE «CRESTA DI MONTE ROZZA»

Mauro G. - 329 2321802

## 24 Marzo EAI MONTE ORSELLO/ MONTE CEFALONE

Gino C. - 335 5785243

## 7 Aprile EE TAPPA SENTIERO ITALIA «PAGANICO-CARSOLI»

Eligio E. - 338 5449071

## 14 Aprile E RIFUGIO LA VECCHIA

Luisa S. - 333 2181297

Romi L. - 349 4739142

## 21 Aprile E MONTE PELLECCIA

Gianluca F. - 339 2310353

Aldo D. - 339 3795050

## 28 Aprile E «UN SEGNO PER AMICO» MANUTENZIONE SENTIERI

Eligio E. - 338 5449071

## 5 Maggio E «EREMI DELLA MAIELLA» E

Giuseppe R. - 335 8485278

Armando F. - 348 7684187

## 12 Maggio E VALLEVONA (da Macchialunga)

Mario C. - 345 2899268

Pierluigi M. - 347 6528467

## 19 Maggio E USCITA SPELEOLOGICA

Guglielmo D. C. - 339 5279716

## 9 GIUGNO E / FAMILIARE TRAVERSATA MARSIA- FONTECELLESE

A cura del C.D.

## 16 GIUGNO E CENTO FONTI

Mauro I. - 333 9654597

## 23 Giugno E TAPPA SENTIERO ITALIA «CARSOLI-PERETO»

Mauro G. - 329 2321802

Eligio E. - 338 5449071

## 7 Luglio EEA RICCI - VETTA ORIENTALE - CALDERONE

Marco S. - 335 7080310

## 20-21 Luglio E NOTTURNA AL GRAN SASSO BRANCASTELLO

Gino C. - 335 5785243

Lorenzo A. - 340 4912571

## 28 Luglio EA FERRATA AL GRAN SASSO

Lorenzo G. - 366 9564954

## 8 Settembre E MONTE TERMINILLO

Gianluca F. - 339 2310353

Aldo D. - 339 3795050

## 15 Settembre E ANNIVERSARIO POSA DELLA CROCE A MONTE TINO

Nello R. - 335 477081

## 29 Settembre E SALITA A PIZZO CEFALONE

Nello R. - 335 477081

## 6 Ottobre E MONTE COSTONE

Gianluca F. - 339 2310353

Aldo D. - 339 3795050

## 20 Ottobre E GOLE DI CELANO

Marco S. - 335 7080310

## 27 Ottobre E MONTE CAVA

Gerardo C. - 347 2799700

Gino C. - 335 5785243

## 10 Novembre E / FAMILIARE «CASTAGNATA SOCIALE»

A cura del C.D.

## 17 Novembre E PUNTE TRENTO E TRIESTE

Gianluca F. - 339 2310353

Aldo D. - 339 3795050

## 24 Novembre EA USCITA SPELEOLOGICA

Guglielmo D. C. - 339 5279716

## 1 Dicembre E ANELLO «ZOMPO LO SCHIOPPO»

Mario C. - 345 2899268

Pierluigi M. - 347 6528467

## 8 Dicembre E MONTE NAVEGNA

Luisa S. - 333 2181297

Lorena P. - 338 8821113

## 15 Dicembre E / FAMILIARE «AUGURI DA MONTE CERVIA»

Mauro G. - 329 2321802

Armando F. - 348 7684187

## E INOLTRE...

### ASSEMBLA DEI SOCI Sabato 3 Febbraio 2024

### EVENTI A CURA DELLA SEZIONE Agosto 2024

L'organizzazione si riserva la facoltà di apportare modifiche al programma in relazione alle condizioni atmosferiche, al numero dei partecipanti e a situazioni contingenti.

**INFO:** consulta il nostro sito o la pagina Facebook per ulteriori informazioni sulle escursioni sociali. Troverai indicazioni e aggiornamenti degli organizzatori, la descrizione dell'itinerario, la difficoltà, il dislivello da superare, l'attrezzatura necessaria.

## RICORDA UNA COSA IMPORTANTISSIMA

Rispetta sempre l'ambiente che ti circonda, difendilo, proteggilo, conservalo in tutte le sue componenti e amalo con convinzione, con i fatti e non solo con le parole, con il tuo esempio concreto.

**BUONA MONTAGNA,  
CI VEDIAMO A PIÈ LA PORTA!**

CAI Sezione di Carsoli  
[www.caicarsoli.it](http://www.caicarsoli.it) - [info@caicarsoli.it](mailto:info@caicarsoli.it)

Sottosezione di Celano  
[www.caicelano.it](http://www.caicelano.it) - [contatti@caicelano.it](mailto:contatti@caicelano.it)

Gruppo Grotte e Forre  
CAI Carsoli  
[www.naturabruzzo.it](http://www.naturabruzzo.it)

