



Club Alpino Italiano Sezione di SULMONA

PROGRAMMA ATTIVITA' 2024



*Insieme in montagna e
insieme per la montagna dal 1922*

SALUTO DEL PRESIDENTE

Carissime Socie e Carissimi Soci,
in questa mia prima presentazione del programma annuale delle attività, desidero ringraziare tutti Voi a nome mio e di tutti i componenti del Consiglio Direttivo e del Collegio dei revisori dei Conti, per la fiducia che ci avete accordato. Essere eletto Presidente della nostra Sezione, è un onore che con senso di responsabilità intendo assolvere, mettendo a Vostra disposizione insieme a tutta la squadra del Consiglio Direttivo, ogni nostra competenza che abbiamo per la montagna e per il CAI. Un ringraziamento al past President, a tutti i componenti del Consiglio Direttivo e del Collegio dei Revisori uscenti e passati e ai past President per il lavoro svolto nei diversi anni alla guida della Sezione. Un grazie ai Soci e a tutti coloro, che nell'ambito della Sezione, con voglia, dedizione e impegno hanno portato avanti importanti programmi che hanno visto in essi porre l'attenzione necessaria verso i giovani, la scuola, la formazione, la sicurezza in montagna, l'escursionismo, le attività extra territoriali, la tutela dell'ambiente montano, la cura e la manutenzione dei sentieri e l'inclusione sociale delle persone con disabilità, insieme a tutte le altre attività che la Sezione ha svolto, e fra le quali, non meno importante, il primo steep per la manutenzione del Bivacco Pelino su Monte Amaro che cercheremo di completare nei prossimi mesi estivi. Continueremo a portare avanti tutti i programmi che insieme a tanti altri progetti, ci vedranno impegnati al fine di poter trasmettere ai Soci una cultura di una fruizione consapevole, libera e responsabile della montagna. A questo però, ci si arriva solo se si ha la consapevolezza di cosa vuol dire frequentare l'ambiente montano, rispettando chi ci vive e ci lavora, salvaguardando con cognizione l'ambiente, maturando la capacità di leggere i cambiamenti in atto e avendo come supporto l'esperienza e la coscienza dei propri limiti. La nostra missione sarà centrata su: formazione, conoscenza, frequentazione e impegno per la conservazione dell'ambiente montano. Nel programma 2024 abbiamo cercato di mettere insieme le proposte ricevute dai Soci, spesso silenziosi e fuori dai riflettori. Approfitto per ringraziarli tutti. La Sezione continua a crescere ed è un dato positivo; ma non dobbiamo inseguire i numeri dei tesserati o delle attività. Cerchiamo di sentirci più Soci che tesserati, più protagonisti che utenti e dare il nostro contributo per la vita della Sezione. Auguro un Buon Anno di montagna e di crescita a tutti.



Con Affetto e Amicizia
IL PRESIDENTE
Nino Restaino

"La montagna più alta rimane sempre dentro di noi"
Walter Bonatti

STRUTTURA DELLA SEZIONE

TRIENNIO 2024 - 2026

CONSIGLIO DIRETTIVO

Presidente: RESTAINO NINO

presidente@caisulmona.it - 339/7688970

Vice Presidente: CAPALDO DOMENICO

Segretario: BEZZU ROBERTO

Tesoriere: TARQUINI GIOVANNI

Consigliere: ADEANTE VALTER

Consigliere: D'AURORA ANDREA

Consigliere: LAMBERTI MARIA PIA

COLLEGIO REVISORI DEI CONTI

Presidente: PROIETTO TONINO

Revisore : CIPRIANI SIMONETTA

Revisore: MARCANTONIO ADRIANO

COS'È IL CAI

Il CAI Club Alpino Italiano, è una libera associazione nazionale che “ha per scopo l'alpinismo in ogni sua manifestazione, la conoscenza e lo studio delle montagne, specialmente di quelle italiane, e la difesa del loro ambiente naturale”, così recita l'art. 1 dello Statuto dell'associazione.

Il CAI è considerato la più antica associazione di alpinisti presente in Italia: fu Quintino Sella che nel 1863 fondò il CAI a Torino, dopo aver scalato il Monviso e aver perso alcuni compagni.

L'associazione nel corso del tempo si è ampliata e oggi conta più di 300.000 soci riuniti liberamente in sezioni (circa 500). Il CAI, attraverso i suoi volontari, si occupa di diverse attività tra cui la manutenzione di sentieri, rifugi e bivacchi, la promozione di iniziative volte alla sensibilizzazione del rispetto dell'ambiente montano, l'organizzazione di corsi per frequentare la montagna in sicurezza nonché la gestione del Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico (struttura operativa del CAI).



PERCHE' ISCRIVERSI AL CAI

Essere soci del CAI permette di conoscere il meraviglioso ma complesso mondo della montagna, approfondire la cultura, accrescere l'esperienza migliorando la preparazione tecnica, aggiornare le cognizioni alpinistiche e escursionistiche, ma anche e soprattutto trovare nuovi amici con i quali condividere la passione per l'affascinante mondo della montagna e realizzare un'autentica attività volontaristica a favore di chi frequenta la montagna nel tempo libero e di chi ci vive. Diventare Socio, significa avere la possibilità di :

- Usufruire di sconti in tutti i rifugi CAI,
- Usufruire del materiale, bibliografico, e multimediale degli Organi Centrali e tutte le pubblicazioni della Biblioteca Nazionale e della Sezione secondo i rispettivi regolamenti,
- Accedere ai corsi istituiti dagli Organi Tecnici Centrali, dalla Sezione e a tutte le attività e le manifestazioni da essa organizzate (gite, escursioni, conferenze, proiezioni, ecc.) secondo i rispettivi regolamenti,
- Usufruire della copertura assicurativa per intervento del Soccorso Alpino per le attività organizzata dal CAI, assicurazione sugli infortuni eventualmente avuti durante lo svolgimento di attività organizzate dal CAI e di attivare anche una copertura integrativa per le attività personali,
- Usufruire di riduzioni nell'acquisto di pubblicazioni sociali,
- Partecipare alle assemblee sezionali (i maggiorenni con diritto di voto) e ai Congressi Nazionali del CAI,
- Libero ingresso alle sedi delle Sezioni,
- Usufruire di sconti presso negozi e attività convenzionate,
- Utilizzare gratuitamente l'applicazione GeoResQ, per il servizio di geolocalizzazione e tracciamento gestito dal Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico (CNSAS),
- Ricevere gratuitamente la pubblicazione "Montagne 360"



CORPO NAZIONALE SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO

Per chiamare il Soccorso Alpino bisogna comporre il numero dell'emergenza sanitaria, che in Abruzzo è il 118.

Alla chiamata specificare che ci si trova in ambiente impervio e che è necessario il Soccorso Alpino, rispondere a tutte le domande dell'operatore, e ricordarsi di comunicare:

- Nome e cognome,
- Da dove stai effettuando la chiamata ed il numero dell'apparecchio telefonico,
- Spiegare che cosa, dove e quando è accaduto,
- Precisare il numero degli infortunati e le loro condizioni,
- Precisare il numero degli eventuali dispersi e possibilmente, indicare il colore del loro abbigliamento,
- Descrivere le condizioni del luogo e, in particolare se c'è visibilità o vento forte.

Al termine della telefonata non allontanarti dal posto di chiamata, ma rimani sempre reperibile per un nuovo collegamento con i soccorritori.

Nel caso di intervento dell'elisoccorso interagire con modalità con il linguaggio del corpo, semplice ed immediata:

SEGNALAZIONI CONVENZIONALI
USATE QUANDO
ESISTE IL CONTATTO
VISIVO E NON È
POSSIBILE
QUELLO ACUSTICO

*POSIZIONE: IN PIEDI
CON LE BRACCIA ALZATE,
SPALLE AL VENTO*



*POSIZIONE: IN PIEDI
CON UN BRACCIO
ALZATO E UNO ABBASSATO,
SPALLE AL VENTO*



● RISPOSTA
AFFERMATIVA AD
EVENTUALI DOMANDE
POSTE DAI
SOCCORRITORI
● ATTERRARE
QUI, IL VENTO
È ALLE MIE SPALLE



● NON SERVE
SOCCORSO
● RISPOSTA
NEGATIVA AD
EVENTUALI
DOMANDE
POSTE DAI
SOCCORRITORI

TESSERAMENTO

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

QUANTO COSTA ISCRIVERSI AL CAI NEL 2024:

**Socio ordinario
€ 50,00**

**Socio ordinario juniores
(nati dal 1999 al 2006)
€ 25,00**

**Socio familiare
€ 25,00**

**Socio giovane
(nati nel 2007 e seguenti)
€ 16,00**

**Tessera (per i nuovi soci)
€ 5,00**



**Le quote possono essere versate
in Sezione nei giorni di
giovedì e sabato dalle ore 18,00 alle ore 19,30,
o con un bonifico bancario al seguente IBAN:
IT 27 V 08747 40800 000000015461**



ESCURSIONISMO : SCALE E VALUTAZIONI DIFFICOLTA'

Le attività proposte potranno subire variazioni in base alle condizioni meteo, o altri motivi organizzativi

ESCURSIONISMO

Di seguito viene illustrata la scala di valutazione delle difficoltà escursionistiche espressa secondo le direttive del Club Alpino Italiano per quanto riguarda l'escursionismo.



T = turistico

Itinerari su stradine, mulattiere o comodi sentieri, con percorsi ben evidenti e che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Si svolgono in genere sotto i 2000 m e costituiscono di solito l'accesso ad alpeggi o rifugi. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.



E = Escursionistico

Itinerari che si svolgono quasi sempre su sentieri, oppure su tracce di passaggio in terreno vario (pascoli, detriti, pietraie), di solito con segnalazioni; possono esservi brevi tratti pianeggianti o lievemente inclinati di neve residua, quando, in caso di caduta, la scivolata si arresta in breve spazio e senza pericoli. Si sviluppano a volte su terreni aperti, senza sentieri ma non problematici, sempre con segnalazioni adeguate. Possono svolgersi su pendii ripidi; i tratti esposti sono in genere protetti (barriere) o assicurati (cavi). Possono avere singoli passaggi su roccia, non esposti, o tratti brevi e non faticosi né impegnativi grazie ad attrezzature (scalette, pioli, cavi) che però non necessitano l'uso di equipaggiamento specifico (imbragatura, moschettoni, ecc.). Richiedono un certo senso di orientamento, come pure una certa esperienza e conoscenza del territorio montagnoso, allenamento alla camminata, oltre a calzature ed equipaggiamento adeguato.



EE = percorsi per Escursionisti Esperti

Itinerari generalmente segnalati ma che implicano una capacità di muoversi su terreni particolari. Sentieri o tracce su terreno impervio e infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, o misti di rocce ed erba, o di roccia e detriti). Terreno vario, a quote relativamente elevate (pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento, ecc.). Tratti rocciosi, con lievi difficoltà tecniche (percorsi attrezzati, vie ferrate fra quelle di minor impegno). Rimangono invece esclusi i percorsi su ghiacciai, anche se pianeggianti e/o all'apparenza senza crepacci (perché il loro attraversamento richiederebbe l'uso della corda e della piccozza e la conoscenza delle relative manovre di assicurazione). Necessitano: esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente alpino; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguata.



EEA = percorsi per Escursionisti Esperti con Attrezzatura

Percorsi attrezzati o vie ferrate per i quali è necessario l'uso dei dispositivi di autoassicurazione (imbragatura, dissipatore, moschettoni, cordini) e di equipaggiamento di protezione personale (casco, guanti).



EEA - F (ferrata Facile)

Sentiero attrezzato poco esposto e poco impegnativo con lunghi tratti di cammino. Tracciato molto protetto, con buone segnalazioni, dove le strutture metalliche si limitano al solo cavo o catena fissati unicamente per migliorare la sicurezza.



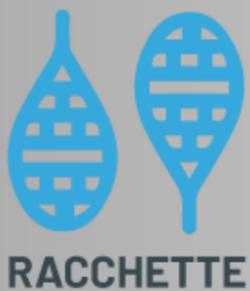
EEA - PD **(ferrata Poco Difficile)**

Ferrata con uno sviluppo contenuto e poco esposta. Il tracciato è di solito articolato con canali, camini e qualche breve tratto verticale, facilitato da infissi come catene, cavi, pioli o anche scale metalliche.



EEA - D **(ferrata Difficile)**

Ferrata di un certo sviluppo che richiede una buona preparazione fisica e una buona tecnica. Il tracciato è spesso verticale ed in alcuni casi supera anche qualche breve strapiombo, molto articolato, con lunghi tratti di esposizione; attrezzato con funi metalliche e/o catene, pioli e/o scale metalliche.



EAI = Escursionismo in Ambiente Innevato

Itinerari in ambiente innevato che richiedono l'utilizzo di racchette da neve, con percorsi evidenti e riconoscibili, con facili vie di accesso, di fondo valle o in zone boschive non impervie o su crinali aperti e poco esposti, con dislivelli e difficoltà generalmente contenuti che garantiscano sicurezza di percorribilità.

RESPONSABILITA'

Tutte le escursioni, pongono i partecipanti di fronte ai rischi e ai pericoli inerenti l'ambiente montano sia nei periodi estivi che in quelli invernali. Pertanto iscrivendosi ad esse, si accettano i rischi ad esse connesse, manlevando conseguentemente la Sezione, gli Accompagnatori e i Direttori di Escursione per incidenti e/o infortuni che dovessero verificarsi durante l'escursione. L'escursionista, iscrivendosi all'escursione, si assume il rischio di eventuali incidenti che possono accadere. La copertura per eventuali danni, è assicurata dalla polizza CAI, che viene attivata direttamente con l'iscrizione all'escursione.

REGOLE COMPORTAMENTALI DELL'ESCURSIONISTA

- 1 - Scegli sempre le escursioni in funzione delle tue capacità fisiche e conoscenze tecniche. Non andare mai da solo, comunica sempre a persona fidata l'itinerario prefissato e non dimenticare di avvisarlo, appena rientrato.**
- 2 - Affidati sempre ai consigli di persone esperte, documentati in anticipo sulle condizioni meteo ed equipaggiati adeguatamente, perché in montagna le condizioni meteo possono cambiare repentinamente.**
- 3 - Provedi a un abbigliamento e a un equipaggiamento adeguato all'impegno e alla lunghezza dell'escursione e porta nello zaino l'occorrente per le situazioni d'emergenza, le eventuali medicine a te prescritte e una valida dotazione per il primo soccorso.**
- 4 - In caso di necessità non esitare a tornare indietro! E' preferibile rinunciare che ostinarsi a voler superare Difficoltà di grado superiore alle proprie forze o rischiare l'insidia del maltempo. Prevedi in anticipo percorsi di rientro rapido (vie di fuga) e non esitare a chiedere aiuto.**
- 5 - Riporta a valle i tuoi rifiuti, anche quelli organici (bucce di frutta e residui di cibo), evita di uscire inutilmente dai sentieri e di seguire scorciatoie, rispetta la flora e la fauna, non cogliere piante, funghi, frutti o fiori, ma porta a casa solo fotografie, rispetta le culture e le tradizioni locali ricordandoti che sei ospite della montagna e dei suoi abitanti.**



Adrian Sport
di Palma Sergio

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

segui su  

Via Papa Giovanni XXIII, 14 - Sulmona
Tel. 0864.210511
P.Iva 01226900668

Residenza di Campagna



Villa Giovina

Via di Villa Giovina 38, 67035 - Bagnaturo di Pratola Peligna (AQ)
Tel. e Fax 0864-251746 e-mail: info@villagiovina.it
www.villagiovina.it



ERREDIWEB
WWW.ERREDIWEB.IT

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

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

RICCI GUIDO IMPRESA EDILE
Via Ponte Nuovo, 67
Castel di Sangro (AQ)
tel. 0864840803 - 0864845253

Confetti
Pelino
dal 1783 a Sulmona

UnipolSai
ASSICURAZIONI
UnipolSai Agenzia di Sulmona (Porta Napoli)
di Capaldo Domenico
Piazza Vittorio Veneto, 11 - Sulmona (AQ)
tel. 0864.51302 - mail : 01218@unipolsai.it
sito : www.unipolsaisulmona.it



Viale Mazzini 95
Sulmona - Tel: 0864.53755

CIESSE
Materiali e Finiture per l'Edilizia
Via A. De Gasperi 21 Sulmona (AQ)
Tel 0864-54048 34648
info@ciesse.net www.ciesse.net


Pratola Peligna
Gruppo Bancario Cooperativo Iccrea

PROGRAMMA ATTIVITA' 2024

Approvato dall'Assemblea dei Soci del 01/02/2024



**CAMPAGNA PERMANENTE PER LA
PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI IN MONTAGNA**

SICURI *in* MONTAGNA

Progetto del Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico

**21
GEN**

EVENTO FORMATIVO

CAI SULMONA - C.N.S.A.S.

SICURI CON LA NEVE

Giornata Nazionale Prevenzione Incidenti

PASSO SAN LEONARDO - PACENTRO

**1
FEB**

ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI

**04
FEB**

**ESCURSIONE E PRANZO DI APERTURA
CIASPOLATA CAMPOGIOVESE
INTERSEZIONALE CON CAI COPPO DELL'ORSO**

Coordinatore: DdE Capaldo Domenico

EAI - 10 km - 4 h - D+/- 220 m



**18
FEB**

**CIASPOLATA PASSO SAN LEONARDO
TREKKING DEL RICORDO**

Coordinatore: DdE Restaino Nino

EAI - 10 km - 4 h - D+/- 400 m



**25
FEB**

**CIASPOLATA PESCIASSEROLI
INTERSEZIONALE CON CAI COPPO DELL'ORSO**

Coordinatore: ASE Tarquini Giovanni

EAI - 12 km - 4 h - D+/- 400 m



**17
MAR**



RACCHETTE

CIASPOLATA VALLE GENTILE - PELOSELLO
Coordinatore: DdE Restaino Nino

EAI - 10 km - 5 h - D+/- 500 m

**24
MAR**



ESCURSIONE MONTE CORVO
Coordinatore: DdE Blasioli Giordano

EE - 12 km - 6 h - D+/- 700 m

**7
APR**

**ESCURSIONE MONTE GIANO -
MADONNA DELLE GROTTI - ANTRODOCO**
Coordinatore: DdE Blasioli Giordano

E - 13 km - 7 h - D+/- 1150 m



**14
APR**

**ESCURSIONE PARCO ARCHEOLOGICO JUVANUM
MONTENERODOMO**

IN COLLABORAZIONE ARCHEOCLUB SULMONA

Coordinatore: ANAGE Le Donne Lucio

T - 5,7 km - 1,30 h - D+ 112 m / D-100 m



**21
APR**

ESCURSIONE LE CENTO CASCATE - CESACASTINA

Coordinatore: DdE Capaldo Domenico

EE - 17 km - 8 h - D+/- 1300 m



**28
APR**

**ESCURSIONE LA MONTAGNA DAL DOPPIO VOLTO
ELCITO**

INTERSEZIONALE CON CAI FABRIANO

Coordinatore: DdE Lamberti Maria Pia

E - 12,5 km - 6 h - D+/- 750 m





Marcia Internazionale
IL SENTIERO DELLA LIBERTÀ
Freedom Trail • Freiheitsweg • Chemin de la Liberté



dal 26 al 28 APRILE

**EVENTO DI COLLABORAZIONE
CAI SULMONA /
ASSOCIAZIONE
SENTIERO DELLA LIBERTÀ' SULMONA**

**Coordinamento:
Sezione CAI Sulmona**

5
MAG

ESCURSIONE ANELLO CAMPANA - TERRANERA
ALPINISMO GIOVANILE

Coordinatore: AAG Adeante Valter



E - 10,6 km - 4,30 h - D+/- 600 m

12
MAG

ESCURSIONE MONTE SORATTE IN SABINA
INTERSEZIONALE CON CAI VITERBO

Coordinatore: ASE Tarquini Giovanni



E - 7 km - 3 h - D+/- 500 m

19
MAG

ESCURSIONE UNA MONTAGNA DI SALUTE -
COLLE DELLE FATE - ROCCACASALE
INTERSEZIONALE CON CAI ORTONA

Coordinatore: ASE Tarquini Giovanni



T - 6 km - 2 h - D+/- 200 m

26
MAG

INTITOLAZIONE RIFUGIO CESE VECCHIE
A GEPPINO MADRIGALE

EVENTO DI COLLABORAZIONE

GRUPPO DI VILLALAGO/CAI SULMONA



DAL 2 AL 9 GIUGNO

SETTIMANA AZZURRA

**Coordinatore: AAG Adeante Valter
331/3742409**

**2
GIU**

**INAUGURAZIONE SENTIERO ORSA AMARENA
VILLALAGO**

**EVENTO DI COLLABORAZIONE
GRUPPO DI VILLALAGO/CAI SULMONA**

**9
GIU**

**ESCURSIONE CIMA SULMONA
Coordinatore: DdE Restaino Nino**



EE - 14 km - 8 h - D+/- 719 m

**16
GIU**

**ESCURSIONE MONTE AMARO - OPI
Coordinatore: DdE D'Aurora Andrea**



EE - 11 km - 7 h - D+/- 800 m

**23
GIU**



**GIORNATA SENTIERO ITALIA CAI
ROCCACARAMANICO - PACENTRO
GRUPPO REGIONALE CAI ABRUZZO**

Coordinatore: DdE Bezzu Roberto CAI Sulmona



EE - 9,4 km - 4 h - D+273m D-623m

**30
GIU**

**ESCURSIONE ANELLO DEL MARTELLESE
INTERSEZIONALE CON CAI FABRIANO
Coordinatore: DdE Capaldo Domenico**



E - 14 km - 8 h - D+/- 1300 m



Foto del bivacco prima dell'intervento di manutenzione



Foto del bivacco durante alcune fasi dell'intervento di manutenzione



Foto del bivacco al termine dell'intervento di manutenzione



DAL 1 AL 15 LUGLIO

**LAVORI DI MANUTENZIONE
BIVACCO M. PELINO
MONTE AMARO**

A cura della Sezione CAI Sulmona

12
13
14
LUG

**FESTIVAL DELLA MONTAGNA - MONS JOVIS -
CAMPO DI GIOVE**
EVENTO DI COLLABORAZIONE
Coordinatore: DdE Capaldo Domenico

21
LUG

ESCURSIONE TAVOLA ROTONDA - LA SFISCHIA
Coordinatore: DdE Capaldo Domenico



EE - 5,5 km - 2,48 h - D+747 m D-107 m

28
LUG

ESCURSIONE MONTE VELINO - ROSCIOLO
Coordinatore: DdE D'Aurora Andrea



EE - 16 km - 7 h - D+/- 1650 m



**4
AGO**



ESCURSIONE TRAVERSATA GRAN SASSO
Coordinatore: AAG Adeante Valter

EE - 14 km - 7 h - D+/- 1300 m

**11
AGO**



GUADO DI COCCIA
EVENTO MOUNTAGN IN JAZZ
Coordinatore: DdE Capaldo Domenico

E - 10 km - 5 h - D+/- 610 m

**18
AGO**



ESCURSIONE MONTE ARAZZECCA
LUNGO LA LINEA GUSTAV
CON LORENZO GRASSI
Coordinatore: ANAGE Le Donne Lucio

E - 10 km - 5 h - D+ 549 m /D - 780 m

**25
AGO**



ESCURSIONE RIFUGIO DELLA CICERANA
DAL PASSO DEL DIAVOLO
Coordinatore: DdE Lamberti Maria Pia

E - 12 km - 6 h - D+/- 250 m

DAL 24 AL 31 AGOSTO

**SETTIMANA VERDE
VAL DI SOLE**

**Coordinatore: AAG Adeante Valter
331/3742409**

1

SETT

ESCURSIONE CAMPO 78 - FONTE D'AMORE
TRA MEMORIA STORIA E CULTURA
DEI NOSTRI LUOGHI

Coordinatore: DdE Lamberti Maria Pia



T - 7,8 km - 2 h - D+140 m / D - 106 m

8

SETT

ESCURSIONE ANELLO TUSSIO - BOMINACO
ALPINISMO GIOVANILE

Coordinatore: AAG Adeante Valter

E - 9 km - 4 h - D+/- 300 m



15

SETT

ESCURSIONE MONTE TINO - CELANO
INTERSEZIONALE CAI CELANO

Coordinatore: ASE Tarquini Giovanni

EE - 8 km - 5 h - D+/- 850 m



22

SETT

ESCURSIONE PARCO ARCHEOLOGICO
SEPINO E PIETRABBONDANTE
IN COLLABORAZIONE ARCHEOCLUB SULMONA

Coordinatore: ANAGE Le Donne Lucio



29

SETT

ESCURSIONE SENTIERO DELLA LANA
PALENA - TARANTA P. - PALENA
Coordinatore: DdE Capaldo Domenico



E - 12 km - 5 h - D+/- 200 m

6

**ESCURSIONE ANELLO DELLE QUATTRO FONTI
SCANNO**

OTT

Coordinatore: DdE: Petrocco Giovanni



EE - 16 km - 8 h - D+/- 1100 m

13

**ESCURSIONE MONTI LATTARI
CASTELLAMARE DI STABIA**

OTT

INTERSEZIONALE CAI CASTELLAMARE DI STABIA

Coordinatore: ASE: Tarquini Giovanni



E - 14 km - 6 h - D+/- 950 m

20

**ESCURSIONE MONTE SCALAMBRA - SERRONE
INTERSEZIONALE CAI COLLEFERRO**

OTT

Coordinatore: DdE: Proietto Tonino



E - 10 km - 7 h - D+/- 800 m

27

**ESCURSIONE ANELLO BEFFI - GORIANO VALLI
ALPINISMO GIOVANILE**

OTT

Coordinatore: AAG Adeante Valter



E - 8,50 km - 3,30h - D+/- 400 m

**3
NOV**

**ESCURSIONE VALLE GIUMENTINA - ABBATEGGIO
IN COLLABORAZIONE ARCHEOCLUB SULMONA
Coordinatore: DdE Capaldo Domenico**



E - 6,4 km - 2,10 h - D+ 337 m/D-194 m

**10
NOV**

**ESCURSIONE ANELLO SANTO STEFANO - CALASCIO
ALPINISMO GIOVANILE
Coordinatore: AAG Adeante Valter**



E - 11 km - 4,30 h - D+/- 400 m

**21
NOV**

**ASSEMBLEA ORDINARIA
DEI SOCI**

**24
NOV**

**ESCURSIONE RIFUGIO TERRAEGNA - BISEGNA
Coordinatore: DdE Lamberti Maria Pia**



E - 14 km - 7 h - D+/- 450 m

21 NOVEMBRE Giovedì

**GIORNATA NAZIONALE
DELL'ALBERO**

EVENTO DI COLLABORAZIONE

CAI SULMONA / SCUOLE

**Coordinamento:
Sezione CAI Sulmona**

Dettagli in prossimità dell'evento

**1
DIC**

ESCURSIONE FORCHETTA DEL MORRONE
Coordinatore: DdE D'Aurora Andrea



EE - 9 km - 6 h - D+/- 1100 m

**8
DIC**

**ESCURSIONE BOSCO S.ANTONIO - TERMINONE
PIETRAMAGGIORE**
Coordinatore: DdE D'Aurora Andrea



E - 12, km - 6 h - D+/- 900 m

**22
DIC**

ESCURSIONE E PRANZO DI CHIUSURA
AUGURI DI BUONE FESTE
Coordinatori:
Sezione CAI Sulmona



Dettagli in prossimità dell'evento

11 DICEMBRE Mercoledì

GIORNATA INTERNAZIONALE DELLA MONTAGNA

**Coordinamento:
Sezione CAI Sulmona**

Dettagli in prossimità dell'evento

INFORMAZIONI PER IL PROGRAMMA 2025

**I Soci interessati, possono presentare
le loro proposte di escursioni per
il Programma 2025 mediante la
compilazione su apposita modulistica,
e consegnate in Sezione o inviate
al seguente indirizzo mail:
sezione@caisulmona.it
entro il 01 Novembre 2024.**

**Collaboriamo alla vita della Sezione,
pensiamo per tempo alle proposte
che intendiamo realizzare.**

Grazie a tutti!

**La Sezione CAI di Sulmona,
nel corso dell'anno organizzerà
per i propri Soci e per quanti
si vogliono avvicinare
alla montagna, attività,
corsi ed eventi culturali
aventi l'obiettivo di promuovere
la conoscenza dell'ambiente
montano in tutti i suoi aspetti:
escursionistici, alpinistici,
naturalistici, storico culturali,
ma soprattutto sulla sicurezza.**

**Coordinamento:
Sezione CAI Sulmona**

Dettagli in prossimità degli eventi



CARTOGRAFIA, SENTIERISTICA E MANUTENZIONE

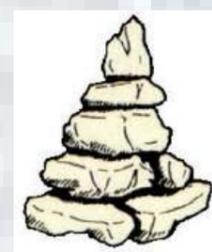


CUSTODI DEL TERRITORIO

Tra le finalità del Club Alpino Italiano, previste dal Regolamento generale, ha un ruolo importante la realizzazione e il mantenimento in efficienza dei sentieri. La nostra Sezione è da sempre impegnata ad effettuare questo servizio, non solo rivolto agli altri soci del CAI, ma all'intera comunità degli escursionisti e frequentatori delle nostre montagne.

Anche tu puoi aiutarci a mantenere in efficienza la rete escursionistica partecipando all'attività di quanti operano attivamente nell'intento di fare tutto ciò.

In particolare fornendo la tua adesione alla Sezione per collaborare, in base alle tue disponibilità di tempo, e partecipare alle uscite organizzate per la manutenzione dei sentieri. Per far parte delle attività di manutenzione dei sentieri, ti invitiamo a contattare il Referente della Sezione per le attività di cartografia, sentieristica e manutenzione Roberto Bezzu al n°. 347-7067869 o inviando una mail all'indirizzo: sezione@caisulmona.it







CLUB ALPINO ITALIANO
Sez. di SULMONA

www.caisulmona.it
sezione@caisulmona.it
caisulmona@pec.it
Tel. 347-7067869

Sede Sociale: Via Angeloni, 11
Sede Provvisoria: Via Mazara, 25
SULMONA

Giorni di apertura: Giovedì e Sabato
dalle ore 18;00 alle ore 19;30

**Ci trovate
anche sui
canali
ufficiali di:**

