



# CLUB ALPINO ITALIANO

## SEZIONE GRAN SASSO D'ITALIA, TERAMO

Corno Grande dal centenario, Foto: Niels van Bemmelen

# PROGRAMMA ATTIVITÀ

# 2025



# GENNAIO 2025

## BEFANA A SANT'OMERO.

Gruppo Grotte e Forre.

**Domenica 5**

## I BOSCHI DEL CEPPO.

Escursione in Ambiente Innevato (EAI), Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores.

**Giovedì 9**

## NEVE E CONSAPEVOLEZZA

Modulo teorico.

Scuola del Piceno.

**Sabato 11 e  
domenica 12**

## ARCO DEL DIAVOLO.

Escursione esplorativa.

Gruppo Grotte e Forre.

**Domenica 19**

## PIETRACAMELA - CUSCIANO.

Escursione in Ambiente Innevato (EAI), Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga

ASE Niels van Bemmelen

**Domenica 19**

## PRATO CAPITO E RIFUGIO SAN ROCCO.

Escursione in Ambiente Innevato (EAI), Parco Regionale Sirente - Velino.

Gruppo Seniores.

**Giovedì 23**

## CORSO DI SCI ALPINISMO AVANZATO (SA2)

1° Modulo

Scuola del Piceno

**Da venerdì  
24 gennaio a  
domenica 16  
febbraio**

# FEBBRAIO 2025

---

## CIASPOLATA AL VOLTIGNO.

**Domenica 2**

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[CAI Giovani](#)

---

## GROTTA A MALE.

**Domenica 2**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Grotte e Forre](#)

---

## SCANNO: RIFUGIO STAZZO DEL CAMPO E MONTE NAVETTA.

**Domenica 2**

Escursione in Ambiente Innevato (EAI), Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

[Verdiana Laudando.](#)

---

## ALTOPIANO DEL VOLTIGNO.

**Giovedì 6**

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores.](#)

---

## I BOSCHI DEL CEPPPO: LAGO DELL'ORSO - STORNA.

**Domenica 9**

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Antonio Di Donato e Daniele Piccioni.](#)

---

## FANTASTICA LAGA: SULLE TRACCE AGRO-PASTORALI.

**Giovedì 13**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

---

## EREMO INTERFOCI: DA CASTEL MANFRINO A RIPE.

**Domenica 16**

Monti Gemelli, Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

---

# FEBBRAIO 2025

---

## LA CLASSICA: CAMPOTOSTO - FRATTOLI. Domenica 16

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione Escursionismo.](#)

---

## I MONTI SUL LAGO DI CAMPOTOSTO. Giovedì 20

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

---

## INTERSEZIONALE CON CAI ARSITA. Domenica 23

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione Escursionismo.](#)

---

## SKIALP TERAMO: IL GORZANO DA CESACASTINA. Domenica 23

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

---

## VALLE DEL VASTO. Giovedì 27

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

---

## CORSO DI ESCURSIONISMO BASE (E1). Da venerdì 28 febbraio a domenica 30 marzo

[Commissione Corsi.](#)

---

# MARZO 2025

---

## MONTE CRISTO. Domenica 2

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Antonio Di Donato e Daniele Piccioni.](#)

---

# MARZO 2025

## FANTASTICA LAGA: RIANO - PADULA PER LA CASCATA DELLA CAVATA.

**Giovedì 6**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores.](#)

## CORSO DI SCI ALPINISMO AVANZATO (SA2)

2° Modulo

[Scuola Intersezionale Piceno](#)

**da venerdì  
7 marzo a  
domenica  
3 maggio**

## GROTTA LE PRAIE. LETTOMANOPPELLO.

**Domenica 9**

Parco Nazionale della Maiella.

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

## IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO TRA I DUE REGNI.

**Domenica 9**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione Escursionismo](#)

## CAMPO IMPERATORE.

**Giovedì 13**

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores.](#)

## MONTI SIMBRUINI DA CAMERATA NUOVA.

**Domenica 16**

Escursione Intersezionale in Ambiente Innevato (EAI). Parco Naturale Regionale Monti Simbruini.

[ASE Niels van Bemmelen \(CAI Teramo\)](#) e [ASE Maria Teofili \(CAI Antrodoco\)](#)

## 1A TAPPA DEL CAMMINO I CONFINI DEI 2 REGNI.

**Giovedì 20**

Parco Nazionale del Gran Sasso e i Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

## MONTE META DA PIANORO CAMPITELLI.

**Domenica 23**

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

[Verdiana Laudando](#)

# MARZO 2025

---

**MONTAGNE DIMENTICATE: JU TABELLÒ 'MT  
LE QUARTORE'.**

**Giovedì 27**

Gruppo Seniores

---

**ANELLO DEL RIFUGIO DI TERRAEGNA.**

**Domenica 30**

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

Gino Di Cesare e Giorgio D'Egidio

---

**GROTTA DELL'EREMITA, FARINDOLA.**

**Domenica 30**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Grotte e Forre.

---

# APRILE 2025

---

**L'ACQUA DOLCE: I LAGHETTI DI PANNICCARO.**

**Giovedì 3**

Parco Nazionale del Gran Sasso e i Monti della Laga.

Gruppo Seniores.

---

**IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO  
STRADA MAESTRA.**

**Domenica 6**

Uscita Escursionistica E, Parco Nazionale del Gran Sasso e i  
Monti della Laga.

Niels van Bemmelen

---

**L'ACQUA DOLCE: LA CASCATA DELLA  
REGINA.**

**Giovedì 10**

Parco Nazionale del Gran Sasso e i Monti della Laga.

Gruppo Seniores.

---

**GROTTA LUNGA. ACQUASANTA TERME.**

**Domenica 13**

Parco Nazionale del Gran Sasso e i Monti della Laga.

Gruppo Grotte e Forre

---

**MONTE MUROLUNGO DA CARTORE:**

**Domenica 13**

Montagne della Duchessa. Parco Regionale Sirente-Velino.

Gino Di Cesare.

---

# APRILE 2025

---

## L'ACQUA DOLCE: ANELLO DEL MALVESE.

**Giovedì 17**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores

---

## PASQUA

**Domenica 20**

---

## LUNEDÌ DELL'ANGELO

**Lunedì 21**

---

## ANELLO BASSO DEI CASALI

**Domenica 20**

Montagna dei Fiori. Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Antonio Di Donato e Daniele Piccioni.

---

## FESTA DELLA LIBERAZIONE

**Venerdì 25**

---

## FESTA DELLA LIBERAZIONE: LA BATTAGLIA DI BOSCO MARTESE.

**Venerdì 25**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Commissione Escursionismo.

---

## CAI AISM.

**Domenica 27**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Commissione Escursionismo

---

## ARCHEOLOGIA INDUSTRIALE DELLA MAJELLA.

**Domenica 27**

Parco Nazionale della Maiella.

Gruppo Grotte e Forre.

---

# MAGGIO 2025

---

## FESTA DEL LAVORO

**Giovedì 1**

---

# MAGGIO 2025

---

## IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO CASCATE E BOSCHI.

**Sabato 3**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione Escursionismo.](#)

---

## PERNOTTO AL RIFUGIO TARÌ E ALTARE DELLO STINCONE.

**Sabato 3**

Parco Nazionale della Maiella.

[CAI Giovani](#)

---

## IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO CASCATE E BOSCHI.

**Domenica 4**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione Escursionismo.](#)

---

## PERNOTTO AL RIFUGIO TARÌ E ALTARE DELLO STINCONE.

**Domenica 4**

Parco Nazionale della Maiella.

[CAI Giovani](#)

---

## L'ACQUA SALATA: COSTA DEI TRABOCCHI E LA LECCETA DI TORINO DI SANGRO.

**Giovedì 8**

Riserva Naturale Regionale Lecceta di Torino di Sangro

[Gruppo Seniores](#)

---

## I NOSTRI PRIMI 50 ANNI

**Sabato 10**

Mostra fotografica e celebrazione anniversario

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

---

## GIORNATA ECOLOGICA: LUNGOFIUME TORDINO PADULA.

**Sabato 10**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Paola Casati](#)

---

## IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO GRANDI ABBAZIE.

**Domenica 11**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[CAI Farindola.](#)

---



# MAGGIO 2025

---

**MONTAGNE DIMENTICATE: MONTE NAVEGNA  
E MONTE CERVIA E GOLE DELL'OBITO.** **Giovedì 15**

Riserva Naturale Regionale Monte Navegna e Monte Cervia

[Gruppo Seniores](#)

---

**DECATHLON DAY.** **Domenica 18**

[Family CAI.](#)

---

**ANELLO DA ROCCA DI CAMBIO: MONTI  
CAGNO, OCRE E CEFALONE.** **Domenica 18**

Intersezionale CAI Rascino. Parco Regionale Sirente-Velino.

[Giovanni Ciangoli.](#)

---

**MONTAGNE DIMENTICATE: PIZZO BARETE E  
MONTE SAN LORENZO.** **Giovedì 22**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

---

**SKIALP TERAMO: IL CALDERONE.** **Domenica 25**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

---

**TRAVERSATA DELLE MAINARDE.** **Domenica 25**

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

[CAI Giovani](#)

---

**IL PICENO: GAS (GRANDE ANELLO DEI  
SIBILLINI).** **Giovedì 29**

Parco Nazionale dei Monti Sibillini.

[Gruppo Seniores](#)

---

# GIUGNO 2025

---

**IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO  
ALTA VALLE DELL'ATERNO.** **Domenica 1**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[CAI Alta Valle dell'Aterno.](#)

---

# GIUGNO 2025

FESTA DELLA REPUBBLICA.

Lunedì 2

PPÈ LA MAJELLA: ANELLO DEGLI EREMI DA  
SANTO SPIRITO.

Giovedì 5

Parco Nazionale della Maiella.

Gruppo Seniores

SPELEO BIMBO.

Domenica 8

Gruppo Grotte e Forre.

MONTE VETTORE E LAGHI DI PILATO.

Domenica 8

Parco Nazionale dei Monti Sibillini.

CAI Giovani

IN CAMMINO NEI PARCHI / IL PARCO COMPIE  
TRENT'ANNI: IL DISTRETTO TERRE DELLA  
BARONIA.

Domenica 8

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

CAI L'Aquila

CORSO SCI ALPINISMO AVANZATO (SA2)

Da venerdì 13  
giugno a  
domenica 22  
giugno

3° Modulo

Scuola Intersezionale Piceno.

GROTTA DI FRASASSI.

Domenica 15

Gruppo Grotte e Forre

SAN FRANCO DAL RIFUGIO PANEPUCCI.

Domenica 15

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Mauro Di Dionisio e Verdiana Laudando.

# GIUGNO 2025

---

**PANORAMI IN QUOTA: PUNTA UCCETTU,  
MONTE MORRONE E CIMA ZIS.**

**Giovedì 19**

Parco Regionale Sirente-Velino.

[Gruppo Seniores](#)

---

**SENTIERO ITALIA CAI IV<sup>a</sup> EDIZ.:  
Q12 SAN PIETRO AVELLANA - RIVISONDOLI.**

**Domenica 22**

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

[GR Abruzzo](#)

---

**PANORAMI IN QUOTA: CIMA MALECOSTE.**

**Giovedì 26**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

---

**MANUTENZIONE S.I.**

**Sabato 28**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione SOSEC.](#)

---

**ABISSO FANTINI.**

**Sabato 28 e  
domenica 29**

Intersezionale CAI Modena

[Gruppo Grotte e Forre](#)

---

**MONTE PRENA: VIA NORMALE DA CAMPO  
IMPERATORE CON PASSAGGIO BIVACCO  
DESIATI (EX LUBRANO).**

**Domenica 29**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Antonio Di Donato e Franco Di Michele.](#)

---

# LUGLIO 2025

---

**MONTAGNE DIMENTICATE: CIMA DI  
VALLINFANTE, CIMA DI CANNAFAUSTO E CIMA  
DI PASSO CATTIVO.**

**Giovedì 3**

Parco Nazionale dei Monti Sibillini.

[Gruppo Seniores](#)

---

# LUGLIO 2025

---

## TRAVERSATA FALVATERRA.

Gruppo Grotte e Forre.

**Sabato 5**

---

## NOTTURNA AL MONTE GIRELLA.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Daniele Piccioni e Antonio Di Donato.

**Sabato 5**

---

## CORNO GRANDE: LA DIRETTISSIMA.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Giovanni Ciangoli e Giorgio D'Egidio.

**Domenica 6**

---

## PANORAMI IN QUOTA: DA PIANO DEL FIUME AL BRANCASTELLO.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores

**Giovedì 10**

---

## SOTTO LE STELLE DEL PARCO.

Intersezionale con CAI Arsita. Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Commissione Escursionismo.

**Sabato 12**

---

## I NOSTRI PRIMI 50 ANNI: GROTTA FREDDA AL RIO GARRAFO.

Escursione Sezionale. Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Grotte e Forre.

**Domenica 13**

---

## PANORAMI IN QUOTA: PELONE MERIDIONALE DAL LAGO DELL'ORSO.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

**Giovedì 17**

---

## IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO VALLE DEL TIRINO.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

CAI Popoli

**Sabato 19**

# LUGLIO 2025

## MONTE CAMICIA.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

CAI Giovani.

**Domenica 20**

## PPÈ LA MAJELLA: MONTE PESCOFALCONE E MONTE RAPINA.

Parco Nazionale della Maiella.

Gruppo Seniores

**Giovedì 24**

## GROTTA BUSO DELLA RANA VICENZA.

Gruppo Grotte e Forre.

**Sabato 26 e domenica 27**

## 1975 - 2025: 50° ANNIVERSARIO MARCIA DEI TRE PRATI.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Commissione Escursionismo.

**Domenica 27**



"In Cammino nei Parchi" nel territorio del Montagnone, 9 giugno 2024. Foto Arnaldo Pilotti

# AGOSTO 2025

---

## MONTE AMARO DI OPI DALLA VAL FONDILLO. **Domenica 3**

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

[Giovanni Ciangoli](#)

---

## PIZZO INTERMESOLI. **Domenica 3**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Antonio Di Donato e Franco Di Michele](#)

---

## PANORAMI IN QUOTA: IL MONTE SIRENTE DA ROVERE. **Mercoledì 6**

Parco Regionale Sirente-Velino.

[Gruppo Seniores](#)

---

## ESPLORAZIONE DI SUPERFICIE. ISOLA DEL GRAN SASSO. **Sabato 9**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

---

## NOTTURNA AL BRANCASTELLO. **Sabato 9**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Antonio Di Donato e Franco Di Michele](#)

---

## NOTTURNA AL MONTE AMARO DAL RIFUGIO POMILIO. **Sabato 9**

Parco Nazionale della Maiella.

[CAI Giovani](#)

---

## ESPLORAZIONE DI SUPERFICIE. ISOLA DEL GRAN SASSO. **Domenica 10**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

---

## IL CORNO PICCOLO DA CAMPO IMPERATORE ATTRAVERSO LE FERRATE GINEPRI E DANESI. **Domenica 10**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Raffaele Di Cesare](#)

---

# AGOSTO 2025

---

**NOTTURNA AL MONTE AMARO DAL RIFUGIO POMILIO. Domenica 10**

Parco Nazionale della Maiella.

[CAI Giovani](#)

---

**FERRAGOSTO / ASSUNZIONE Venerdì 15**

---

**GROTTE CIVITELLA. VAL DÈ VARRI (RI). Domenica 24**

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

---

**PPÈ LA MAJELLA: ANFITEATRO DELLE MURELLE DAL RIFUGIO POMILIO. Giovedì 28**

Parco Nazionale della Maiella.

[Gruppo Seniores](#)

---

**CORNO GRANDE DA PRATI DI TIVO: Sabato 30**

Intersezionale CAI Roccarainola. Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione Escursionismo.](#)

---

# SETTEMBRE 2025

---

**PANORAMI IN QUOTA: MONTE BOLZA. Giovedì 4**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

---

**MONTE AMARO DAL RIFUGIO POMILIO. Sabato 6**

Parco Nazionale della Maiella.

[Antonio Di Donato e Mauro Di Dionisio](#)

---

**MONTE CORVO DA PRATO SELVA. Domenica 7**

Uscita Escursionistica (EE), Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[ASE Niels van Bemmelen](#)

---

# SETTEMBRE 2025

## ANELLO DEL MONTE MAGNOLA.

**Domenica 7**

Parco Regionale Sirente-Velino.

Gino Di Cesare

## MONTAGNE DIMENTICATE: I MONTI DELL'ALTOPIANO DI CASCINA.

**Giovedì 11**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores

## MONTE VETTORE DA FORCA DI PRESTA.

**Sabato 13**

Parco Nazionale dei Monti Sibillini.

Antonio Di Donato e Daniele Piccioni

## 40° CORSO D'INTRODUZIONE ALLA SPELEOLOGIA.

**Da domenica  
14 settembre  
a domenica  
12 ottobre**

Gruppo Grotte e Forre.

## IL MONTE SIRENTE DALLA VALLE LUPARA.

**Domenica 14**

Parco Regionale Sirente-Velino.

Raffaele Di Cesare ...

## MONTAGNE DIMENTICATE: MONTE ORSELLO.

**Giovedì 18**

Parco Regionale Sirente-Velino.

Gruppo Seniores

## FORESTA DEMANIALE DI ROCCARAINOLA.

**Venerdì 19 e  
sabato 20**

Commissione Escursionismo

## IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: "IL DISTRETTO ALTE VETTE.

**Domenica 21**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga

CAI L'Aquila.

## IL PICENO: GAD (GRANDE ANELLO DI ARQUATA).

**Giovedì 25**

Parco Nazionale dei Monti Sibillini.

Gruppo Seniores



# SETTEMBRE 2025

---

## ANELLO TRA DUE VALLI.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Paola Casati.

**Sabato 27 e  
domenica 28**

## I BOSCHI DI CERQUETO E PRATI DI TIVO.

Uscita Escursionistica (E), Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Niels van Bemmelen

**Domenica 28**

---

# OTTOBRE 2025

---

## 2A TAPPA DEL CAMMINO I CONFINI DEI DUE REGNI.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores

**Giovedì 2**

## MANUTENZIONE SENTIERO ITALIA.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Commissione SOSEC

**Sabato 4**

## ANELLO DEI BORGHI SULLA TERRA DEL BRIGANTE PICCIONI.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Antonio Di Donato e Daniele Piccioni

**Domenica 5**

## PANORAMI IN QUOTA: ANELLO DELLE VETICOLE.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores.

**Giovedì 9**

---

# OTTOBRE 2025

---

**RIFUGIO DI FORCA RESUNI E LA VALLE  
IANNANGHERA DA CIVITELLA ALFEDENA.**

**Domenica 12**

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

[Verdiana Laudando e Mauro Di Dionisio.](#)

---

**IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO  
VALLE SICILIANA.**

**Domenica 19**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[CAI Arsita.](#)

---

**IL PICENO: MULATTIERE DI ACQUASANTA  
TERME.**

**Giovedì 23**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

---

**PIZZO DETA E MONTE PASSEGGIO DA  
RENDINARA.**

**Domenica 26**

Intersezionale CAI Rascino, Parco Naturale Regionale Monti  
Simbruini.

[Commissione Escursionismo.](#)

---

**RADUNO SPELEOLOGICO.**

**Venerdì 31**

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

---

# NOVEMBRE 2025

---

**TUTTI I SANTI**

**Sabato 1**

**RADUNO SPELEOLOGICO.**

**Sabato 1 e  
domenica 2**

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

---

# NOVEMBRE 2025

---

## IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO VIA DEL SALE. Domenica 2

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[CAI Ascoli.](#)

---

## I SENTIERI VICINO CASA: TUTTE LE STRADE PORTANO AL FOLTRONE. Giovedì 6

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

---

## CASTAGNATA CON CAI CASTELLI. Domenica 9

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione Escursionismo.](#)

---

## FOLIAGE A FORCA D'ACERO. Domenica 16

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

[CAI Giovani](#)

---

## IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO SORGENTI DEL TRONTO. Domenica 16

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga

[A.P.E. Roma](#)

---

## I SENTIERI VICINO CASA: CAMMINIAMO SUL FIUME TORDINO. Giovedì 20

[Gruppo Seniores](#)

---

## MT GIANO DALLA MADONNA DELLE GROTTE Domenica 23

Uscita Escursionistica (E), Antrodoco, Monti Reatini.

[Niels van Bemmelen](#)

---

## CITTÀREALE. Domenica 23

Monti Reatini.

[Gruppo Grotte e Forre](#)

---

## MONTE DELLA SCINDARELLA DALLA VALLE FREDDA. Domenica 30

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gino Di Cesare.](#)

# DICEMBRE 2025

---

**VALLE DEGLI SCOIATTOLI DA BATTAGLIA. domenica 7**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Antonio Di Donato e Franco di Michele

---

**IMMACOLATA Lunedì 8**

---

**L'ACQUA SALATA giovedì 11**

Parco Naturale Regionale del Conero.

Gruppo Seniores

---

**CENA SOCIALE DI FINE ANNO. venerdì 12**

---

**I SENTIERI VICINO CASA: IL MONTE DELLA domenica 14**  
**FARINA E I BORGHİ DIMENTICATI.**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores

---

**POZZO PICHINI, ACQUASANTA TERME. domenica 14**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Grotte e Forre

---

**NATALE Mercoledì 25**

---

**SANTO STEFANO Giovedì 26**

---

**AUGURI E BRINDISI DI FINE ANNO SULLA domenica 28**  
**MADONNINA.**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores

---

**CAPODANNO DA LUPI. RIFUGIO LA CICERANA. Da martedì**  
**30 dicembre**  
**a giovedì 1**  
**gennaio**

---



# DICEMBRE 2025

SAN SILVESTRO

Mercoledì 31

---

## ....E ALTRO ANCORA:

- CORSO ORIENTAMENTO AVANZATO E CARTOGRAFIA DIGITALE.
- CORSO MANUTENZIONE SENTIERI.
- CORSO DI PRIMO SOCCORSO IN MONTAGNA.

## REGOLAMENTO DI PARTECIPAZIONE

- 1) Con l'iscrizione si accettano il presente regolamento, la conduzione dell'accompagnatore e le direttive da questa impartite ed alle quali occorre attenersi.
- 2) L'idoneità alla partecipazione è a giudizio insindacabile dell'accompagnatore, che valuta la preparazione fisica dei partecipanti.
- 3) L'attrezzatura indicata è a carico del partecipante.
- 4) Al verificarsi di condizioni avverse o altro a giudizio dell'accompagnatore (meteo, condizioni fisiche dei partecipanti, ecc.), l'escursione (in corso) può essere annullata/o o variare nei percorsi.
- 5) Ogni partecipante deve attenersi alle disposizioni dell'accompagnatore ed è tenuto a partecipare all'escursione con il materiale richiesto.
- 6) Il materiale tecnico/attrezzatura personale deve essere in buono stato e adatto alle esigenze dell'escursione.
- 7) Per le escursioni è obbligatoria l'iscrizione e deve avvenire entro i termini previsti dalla pubblicazione.
- 8) A dipendenza dell'escursione (difficoltà, pernottamento in rifugio, ecc.) il numero dei partecipanti può essere limitato. Farà stato l'ordine d'iscrizione e la partecipazione ad altre escursioni.
- 9) Chi partecipa è consapevole che le attività svolte in montagna e in natura presentano caratteristiche di un certo rischio. È pertanto cosciente dell'esposizione a tale rischio e alle possibili conseguenze che ne potrebbero derivare, esonerando da ogni responsabilità l'accompagnatore per eventi accaduti al di fuori dell'accompagnamento o verificatesi in spregio alle direttive impartite.
- 10) È essenziale che il partecipante alle escursioni valuti le proprie capacità tecniche e fisiche al fine di non intralciare il regolare svolgimento. L'accompagnatore si riserva comunque la facoltà, a proprio insindacabile giudizio di escludere comunque il partecipante.
- 11) Tutti i partecipanti godono di copertura assicurativa RC, valida solo sotto la conduzione dell'accompagnatore medesimo. Eventi che si verificano al di fuori delle direttive impartite e al di fuori dell'accompagnamento, sono sotto la personale responsabilità del partecipante.
- 12) I minori sono sotto la responsabilità del genitore presente o dei genitori presenti.
- 13) L'accompagnatore non si assume alcuna responsabilità per coloro che non rispettano il suddetto regolamento e le proprie direttive.

Il termine accompagnatore, per le uscite escursionistiche e alpine, si riferisce ai capi gita nominati e ai titolari AE, ASE, ANE e altri titoli rilevanti come descritti nella 2° edizione del Regolamento degli Accompagnatori dell'escursionismo del CAI, entrato in vigore il 01 gennaio 2010. Per le escursioni speleologiche il termine accompagnatore si riferisce ai titolari ISS, IS e ISN del Gruppo Grotte e Forre del CAI Teramo.

## SCALA DIFFICOLTA' ESCURSIONI IN GROTTA

**L1 = LIVELLO 1 = FACILE:** Percorso in ambiente con basso grado di pericoli oggettivi anche di origine meteorica, nessuna difficoltà tecnica oltre le normali attenzioni di progressione escursionistica, nessuna strettoia o restringimento, tempo di visita contenuto entro le 3 ore (compreso l'avvicinamento). Grotte orizzontali accessibili a tutti se accompagnati.

**L2 = LIVELLO 2 = IMPEGNATIVO:** Percorso con basso grado di pericoli oggettivi anche di origine meteorica, difficoltà tecniche facili e discontinue, strettoie brevi e comode, tempo di visita contenuto entro le 6 ore (compreso l'avvicinamento).

**L3 = LIVELLO 3 = DIFFICILE:** Percorso con pericoli oggettivi individuati, difficoltà sostenute che richiedono l'uso di tecniche di progressione su corda, strettoie anche lunghe e disagiati, tempo di visita contenuto entro le 12 ore (compreso l'avvicinamento).

**L4 = LIVELLO 4 = ESTREMO:** Percorsi con caratteristiche di pericolo e difficoltà tecnica oltre le caratteristiche precedenti.

## SCALA DIFFICOLTA' ESCURSIONISTICHE

**T = TURISTICO** = Itinerari su stradine, mulattiere o larghi sentieri, con percorsi non lunghi, ben evidenti che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Si svolgono di solito sotto i 2000 metri. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.

**E = ESCURSIONISTICO** = Itinerari che si svolgono su terreni di ogni genere, oppure su evidenti tracce su terreno vario (pascoli, pietraie, detriti), di solito con segnalazioni. Possono esservi brevi tratti pianeggianti o lievemente inclinati di neve residua dove, 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, dove tuttavia i tratti esposti sono in genere protetti o assicurati. Possono avere singoli passaggi, o tratti brevi su roccia, non esposti, non faticosi né impegnativi, grazie alla presenza di attrezzature (cavi, scalette, pioli) che però non richiedono l'uso di equipaggiamento specifico (imbragatura, ecc.). Richiedono un certo senso d'orientamento, una certa conoscenza e esperienza di ambiente alpino, allenamento alla camminata, calzature ed equipaggiamento adeguati.

**EE = ESCURSIONISTICI ESPERTI** = Itinerari generalmente segnalati ma che richiedono capacità di muoversi su terreni particolari. Sentieri o tracce su terreno impervi e infido (pendii ripidi, scivolosi di erba, misti di rocce ed erba, roccia, 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). Restano esclusi i percorsi su ghiacciai, anche se pianeggianti e/o all'apparenza senza crepacci. Necessitano di esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente alpino; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguati. Per i percorsi attrezzati è inoltre necessario conoscere l'uso dei dispositivi di autoassicurazione (moschettoni, dissipatore, imbrago, ecc).

**EEA = ESCURSIONISTI ESPERTI CON ATTREZZATURA** = Si tratta di percorsi attrezzati o vie ferrate. Si usa questa sigla al fine di avvertire l'escursionista che l'itinerario richiede l'uso dei dispositivi di autoassicurazione.

**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.

**EEAG = ESCURSIONISTI ESPERTI ATTREZZATI GHIACCIO** = Caratteristiche simili all' EEA ma con utilizzo di attrezzature da ghiaccio (ramponi, piccozza, corda, etc.) oltre alla conoscenza delle relative manovre di assicurazione.

# INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

Sito Web

[www.caiteramo.it](http://www.caiteramo.it)



Pagina Facebook

[www.facebook.com/caiteramo.gransasso](https://www.facebook.com/caiteramo.gransasso)



Canale Telegram

<https://t.me/caiteramo>

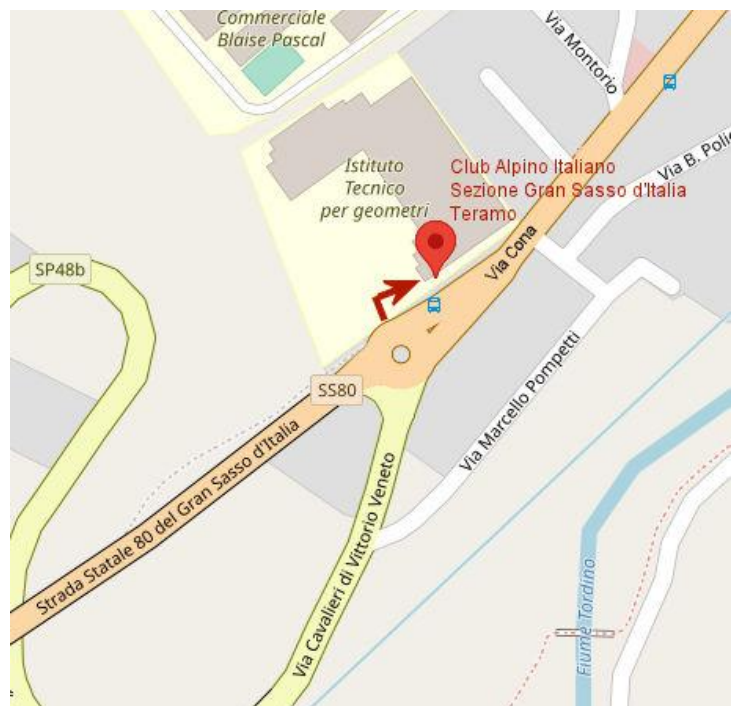


## 0 Vieni In Sede:

Venerdì sera dalle 21:00 alle 23:00

Via Cona, 180

Ingresso Ist. Tecnico per Geometri  
64100 Teramo



Pagina Instagram

[https://www.instagram.com/cai\\_teramo/](https://www.instagram.com/cai_teramo/)



Telefono

+39 348 703 1993