



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Vasto



Il Club Alpino Italiano si rivolge
a chi ha la passione per la **NATURA**
e amore per la **MONTAGNA**

21

Carissimi soci,

abbiamo iniziato le attività del 2020 con entusiasmo e partecipazione incredibili, ma l'imprevisto ha condizionato la nostra quotidianità, determinando un clima di incertezza assoluta, dalla salute al lavoro, dall'economia alla vita associativa compresa. Le attività istituzionali del CAI sono andate avanti con molta sofferenza, abbiamo lavorato nell'ombra in tutti questi mesi, utilizzando modi nuovi di comunicare nel Consiglio Direttivo, evitando il contatto tra noi, mentre l'assemblea nazionale dei delegati del 28 novembre scorso si è svolta per la prima volta su una piattaforma web, in un clima surreale.

In quella occasione il Presidente nazionale Vincenzo Torti, nel suo bilancio annuale, ha evidenziato come il calo di iscrizioni sia stato fisiologico dappertutto, perché la mancanza di una vita associativa di sezione ha allontanato molti iscritti.

Un intervento molto apprezzato è stato quello del delegato di Brescia che ha affermato più volte che essere soci significa partecipare e avere senso di appartenenza, per superare momenti sfavorevoli come questo e non allontanarsi al primo ostacolo.

Ecco che, scorrendo questo calendario escursionistico a cui abbiamo lavorato in tanti, in primis la Commissione Escursionistica, affiora un certo condizionamento dovuto a questo particolare momento storico ma possiamo affermare che è comunque molto ricco e variegato e che, nel tempo, potremo tornare a vivere con partecipazione, così come eravamo abituati.

Tante le attività non in calendario, perché non programmabili, tante le iniziative di tutela non solo delle montagne ma anche del territorio in cui viviamo, che vedono il CAI protagonista insieme ad altre associazioni vastesi: dobbiamo tutti essere presenti e vigilare affinché, come indicato anche nel programma del CAI nazionale per il 2021, l'ambiente in cui viviamo possa conservare la propria natura e biodiversità.

Vi aspetto tutti per condividere le proposte illustrate in questo calendario, dove la partecipazione attiva deve essere il filo conduttore che deve unire la nostra passione e il piacere di stare insieme. Abbiamo tutti bisogno di guardare avanti per iniziare il nuovo anno con nuova energia, nuovo vigore e rinnovato entusiasmo e positività. Un caro e affettuoso augurio di Buon Anno a voi soci e alle Vostre famiglie.

*Il Presidente
Luigi Cinquina*

Foto di copertina: P. Canci, M. Frasca, P. Valerio

La Sezione

- Il Direttivo

Presidente	Luigi	Cinquina
Vice Presidente	Claudia	Guidone
Consiglieri	Nicola	D'Adamo
	Mirella	Frasca
	Marco	Maccarone
	Mario	Rai
	Angelica	Sabatini
	Paolo	Scampoli
	Pierluigi	Valerio

- Revisori dei Conti

Presidente	Giorgio	Perrozzi
Revisore	Paolo	Canci
Revisore	Luigi	Guidone

- Tesoriere e segreteria generale

Salvatore	Marmo
Angelica	Sabatini
Paolo	Scampoli

- Delegato

Emanuele	Gallo
----------	-------

spazio
**CONAD**

Via Luigi Cardone, 32, 66054 Vasto CH
0873 307 2240

Organizzazione e figure tecniche

ADDETTO STAMPA: Gianni Colonna

SITO WEB E FACEBOOK: Paolo Scampoli e Massimo Prisciandaro

PUBBLICAZIONI: Leontina D'Orazio

RELAZIONI ESTERNE: Luigi Cinquina e Claudia Guidone

LOGISTICA: Concezio Di Ninni

ATTREZZATURE TECNICHE: Tonino La Verghetta

ACCOGLIENZA SOCIO: Mirella Frasca e Angelica Sabatini

ACCOMPAGNATORI DI ESCURSIONISMO (A.E.)

E.E.A - E.A.I. Giuseppe Celenza, A.E. Leontina D'Orazio, A.E. Francesco Famiani, A.E. - E.A.I Emanuele Gallo, A.N.E. Massimo Prisciandaro, A.E. - E.A.I Antonio Santini, A.E - E.A.I Pierluigi Valerio.

ACCOMPAGNATORI SEZIONALI DI ESCURSIONISMO (A.S.E.):

Fabio Bruno, Alfredo Colantonio, Gianni Colonna, Mirella Frasca.

ACCOMPAGNATORE SEZIONALE DI CICLO-ESCURSIONISMO (A.S.C.):

Marco Maccarone

OPERATORE REGIONALE (O.R.T.A.M.) E SEZIONALE (O.S.T.A.M.) TUTELA AMBIENTE MONTANO E NATURALISTICO CULTURALE.

(O.R.T.A.M.): Nicola Racano

(O.S.T.A.M.): Maria Luisa Bassani, Annalisa Cristoforetti e Angelica Sabatini.

NELLA SEZIONE SONO PRESENTI I SEGUENTI GRUPPI:

ESCURSIONISMO: organizza escursioni rivolte a tutti i soci per scoprire il territorio nei suoi vari aspetti, la natura, le tracce umane e storiche.

ALPINISMO GIOVANILE: si rivolge ai ragazzi dagli 8 ai 17 anni, per un'attività formativa ed insieme di fruizione giocosa dell'ambiente della montagna.

ARRAMPICATA SPORTIVA: si rivolge in particolare ai più giovani e a quanti si avvicinano per la prima volta a questa disciplina, organizzando incontri sulla sicurezza ed impartendo le prime nozioni tecniche di arrampicata in palestra artificiale.

CIASPOLE: organizzazione corsi ed escursioni in ambiente innevato.

MOUNTAIN BIKE/CICLOESCURSIONISMO: promuove la pratica escursionistica attraverso l'uso della mountain bike, per esplorare ed entrare in contatto con le meraviglie della Nostra Regione.

I gruppi

SENTIERI: il gruppo individua nel nostro territorio percorsi di interesse naturalistico - culturale. Essi vengono segnati e mantenuti percorribili per permettere in questo modo a tutti di conoscere e apprezzare il nostro territorio. Camminare per conoscere, conoscere per apprezzare, apprezzare per proteggere.

ASTROFILO: rivolto a coloro che vogliono conoscere e "leggere" le meraviglie della volta celeste. Organizza escursioni e camminate notturne finalizzate a questa affascinante attività.

TREKKING URBANO: è un'attività culturale adatta a tutti, che coniuga arte, movimento e voglia di scoprire angoli nascosti e segreti dei piccoli centri del nostro territorio.

MONTAGNA TERAPIA: consiste nel camminare in montagna insieme a persone che soffrono di problematiche psichiche e/o fisiche e condividere con esse la fatica e la gioia di un'escursione a contatto con la natura e con le sue meravigliose creature.

COROCAI: vuole animare e rallegrare i momenti di convivialità attraverso la preparazione di un ricco repertorio di canti della tradizione popolare e di quella legata alla montagna.

I RESPONSABILI DEI GRUPPI:

Escursionismo	Giuseppe Celenza, Massimo Prisciandaro, Pierluigi Valerio, Francesco Famiani, e Marco Maccarone,
Alpinismo giovanile	Mirella Frasca, Alfredo Colantonio e Angelica Sabatini
Arrampicata sportiva	Nicola Cosenza
Ciaspole	Giuseppe Celenza e Tonino La Verghetta
M.T.B./Cicloescursionismo	Marco Maccarone
Sentieri	Emanuele Gallo, Paolo Scampoli e Marco Maccarone
Astrofilo	Gianni Colonna
Trekking Urbano	Nicola D'Adamo e Luigi Cinquina
Montagna Terapia	Gianni Colonna, Francesco Famiani e Emanuele Gallo
CoroCai	Gianni Colonna

Regolamento sezionale

Calendario 2021

ALCUNE REGOLE PER UNA MAGGIORE SICUREZZA IN MONTAGNA

- Non sottovalutare mai i pericoli e i rischi connessi allo svolgimento di una gita in montagna: ambiente ostile, rapidi cambiamenti del tempo, difficoltà dell'itinerario, tempi di percorrenza, ecc.
- Essere in buone condizioni fisiche ed adeguatamente allenati in rapporto all'impegno della gita ed evitare di affrontare itinerari al di sopra delle proprie capacità tecniche e di preparazione fisica.
- Informarsi adeguatamente (presso i punti informativi dei Parchi o aree protette, le Sezioni CAI e i Rifugi) su caratteristiche e difficoltà dell'itinerario e studiarlo preventivamente sulle carte topografiche.
- Lasciare sempre detto dove si è diretti e quale itinerario si intende percorrere, anche utilizzando in modo appropriato i libri dei rifugi e dei bivacchi.
- Informarsi preventivamente sulle condizioni meteorologiche; in particolare richiedere le previsioni locali poiché le informazioni a carattere nazionale non sono sufficientemente particolareggiate (www.meteoam.it).
- Avere un abbigliamento adeguato, alimentazione e liquidi di scorta.
- Non andare da soli, possibilmente farsi accompagnare da una Guida Alpina o da un'organizzazione qualificata (CAI).

NELLE ESCURSIONI ED ATTIVITA' ORGANIZZATE DAL CAI:

- Attenersi esclusivamente al regolamento sezionale e alle disposizioni impartite dagli A.N.E., A.E., A.S.E., A.S.C. o Responsabili d'escursione;
- Seguire gli itinerari prestabiliti senza allontanarsi dal gruppo, salvo autorizzazione degli A.N.E., A.E., A.S.E., A.S.C. o Responsabili d'escursione;
- Collaborare con gli A.N.E., A.E., A.S.E., A.S.C. o Responsabili d'escursione per la buona riuscita dell'escursione. Ogni partecipante deve, inoltre, essere solidale e collaborativo con le decisioni soprattutto a fronte di insorte difficoltà.

GLI ACCOMPAGNATORI DI ESCURSIONISMO E I RESPONSABILI DELLE ATTIVITA'

Curano lo svolgimento dell'escursione sociale nei seguenti aspetti:

- Inoltro ai soci, esclusivamente per il tramite della segreteria e in tempo congruo, della scheda tecnica in caso di escursione o del programma in caso di altra attività;
- affissione e rimozione della locandina nella bacheca sezionale in tempi rispondenti alle esigenze di iscrizione, con i nominativi del/degli accompagnatori e la relativa scheda tecnica;

Hanno facoltà di:

- modificare il programma, l'orario e l'itinerario per sopravvenute necessità;
- escludere i soci non ritenuti idonei o insufficientemente equipaggiati;
- annullare le escursioni in programma per ragioni di sicurezza e di organizzazione, anche senza preavviso.

RISCHI E RESPONSABILITA'

Le escursioni sociali del CAI, coerentemente alla loro natura, pongono i partecipanti di fronte ai rischi e ai pericoli inerenti la frequentazione della montagna. I partecipanti, pertanto, iscrivendosi alle escursioni e alle attività sociali accettano tali rischi e danno il più ampio scarico delle responsabilità al Direttivo, agli A.N.E., A.E., A.S.E., A.S.C. o Responsabili delle attività per incidenti o infortuni che dovessero verificarsi durante l'escursione. La copertura per eventuali danni è disciplinata da polizza assicurativa CAI.



Foto: Pierluigi Valerio

Gennaio Calendario

Domenica 24 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga. S. Stefano di Sessanio – Rocca Calascio
(escursione con ciaspole) - Diff. E Resp.li AE-EAI E. Gallo – A. Santini

**Domenica 31 - Gruppo Escursionismo
Parco Nazionale d’Abruzzo-Lazio-Molise
Val di Rose – Passo Cavuto – Valle Jannanghera** (escursione con ciaspole)
Diff. EE Resp.li AE-EAI PL. Valerio – ANE M. Prisciandaro

Febbraio

Domenica 7 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale d’Abruzzo-Lazio-Molise. Pescasseroli – Santuario di Monte Tranquillo
(escursione con ciaspole) - Diff. E Resp. AE-EAI G. Celenza

**Domenica 21 - Gruppo Escursionismo - Alto Molise
Capracotta - Santa Lucia – Monte Campo** (escursione con ciaspole)
Diff. T Resp.li AE-EAI A. Santini – OSTAM ML. Bassani

Sabato 27 - Assemblea Ordinaria dei soci
ore 18,00 Sala Conferenze sede

Domenica 28 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale d’Abruzzo Lazio-Molise. Valle Fiorita – Pianoro delle Forme – Passo dei monaci
(escursione con ciaspole)
Diff. E Resp.li AE-EAI PL. Valerio – ANE M. Prisciandaro



S.S. 16 Km 521,700
66054 Vasto Marina (CH)

Tel: +39 0873 802323
Tel: +39 0873 801456
Fax: +39 0873 809181
direzione@hotelperrozzi.it

Marzo

C Sabato 6 - Conferenza - “Giornata Internazionale della donna”
ore 18,00 Sala Conferenze sede a cura di ASE M. Frasca

Domenica 14 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale d’Abruzzo-Lazio-Molise. Passo Godi – Valico di Corte (escursione con ciaspole)
Diff. E Resp. AE-EAI G. Celenza

**Domenica 21 - Tutti i Gruppi - Festa di primavera
CAMMINAMARE SUD da S. Nicola al porto turistico di San Salvo
Lungo la via Verde della Costa dei trabocchi e la spiaggia**
Diff. T Resp.li AE G. Celenza e ANE, AE, ASE della Sezione

C Sabato 27 - Conferenza - “La vita è fredda”
Presentazione del libro di e con Giampiero Di Federico
ore 18,00 Sala Conferenze sede a cura di AE G. Celenza

Domenica 28 - Gruppo Escursionismo - Medio Vastese Gissi - Monte Sorbo, “Un albero in memoria di Gino Natale” - Diff. T Resp. Sig. M. Rai



via MARTIRI DELLA LIBERTÀ, 16 - VASTO - Tel. 0873.69268
sporttimevasto@gmail.com



Aprile

Domenica 11 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale della Majella Monte Rotondo - Diff. EE Resp. AE E. Gallo – A.S.E. F. Bruno

Gruppo Alpinismo Giovanile - Parco Nazionale della Majella Da San Tommaso a Musellaro e visita a Bolognano
Diff T Resp. ASE M. Frasca e OSTAM A. Sabatini

Domenica 18 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale della Majella "Il sentiero della libertà nella Valle dell'Orfento"
Narrazioni, letture e canti - escursione con la narratrice-attrice Francesca Camilla D'Amico - Diff. T Resp. AE G. Celenza

Mercoledì 21 - Gruppo Montagnaterapia - Alto Vastese San Giovanni Lipioni – Celenza sul Trigno - Anello del Trocco
Diff. T Resp. ASE G.Colonna - AE E. Gallo - AE F. Famiani

Domenica 25 - Gruppo Cicloescursionismo Monti della Daunia: Biccari (FG) "Via Frassati"
Intersezionale con la Sezione di Foggia
Diff. MC+/MC+ Resp. ASC M.Maccarone – M. Russo – T. Mansueto

Da Giovedì 29 Aprile a Domenica 02 Maggio - Gita sociale: Cilento
Diff. T Resp. ASE M. Frasca

Maggio

Domenica 2 - Eco Trail dei Trabocchi – a cura della Podistica Vasto
Collaborazione del Gruppo Logistica e Fotografico - Resp. A. Baccalà

Domenica 9 - Tutti i Gruppi - Medio Vastese: Tuffillo. Sentiero "Maurizio Salvatore" - Diff. E/T Resp. ANE – AE – ASE - ASC della Sezione

C Sabato 15 - Conferenza - "Ultimo: alla fine del mondo". Ultimo è il solo luogo misterioso dove è ancora possibile resistere
Relatore Stefano Taglioli - ore 18,00 Sala Conferenze sede a cura L. Cinquina

Domenica 16 - Tutti i Gruppi - Casacalenda (CB): visita Oasi Lipu – visita Centro storico del paese - Diff. T Resp. Sig. C. Di Ninni

Gruppo Escursionismo Intersezionale con le Sezioni di Castel di Sangro, Isernia e Ortona Dalle sorgenti alle cascate del Rio Verde, tra Abruzzo e Molise
Diff. T Resp. AE F. D'Ambrosio – ASE L. Falcione – AE F. Garofalo – AE E. Gallo

Mercoledì 19 - Gruppo Montagnaterapia Riserva Naturale delle Cascate di Rio Verde - "Le cascate di Rio Verde"
Diff. T Resp. ASE G.Colonna - AE E. Gallo - AE F. Famiani

C Sabato 22 - Tutti i Gruppi - Giornata Mondiale delle api "Il mondo delle api: dalla descrizione dell'affascinante organizzazione della società delle api, alle caratteristiche dei prodotti dell'alveare" - Visita all'azienda dell'apicoltore Nicola Di Ninni - Diff. T Resp. L. Cinquina

Domenica 23 - Gruppo Escursionismo - Monte Sant'Angelo: da Scannamugliera a Jazzo Ognissanti e visita al Santuario di San Michele Arcangelo. La Via Sacra dei Longobardi
Diff. E Resp.li AE A. Santini – OSTAM ML. Bassani

Gruppo Alpinismo Giovanile - Parco Naz.le della Majella. Caramanico, la Valle dell'Orfento - Diff. T/E Resp. ASE M. Frasca – OSTAM A. Sabatini

Gruppo Cicloescursionismo - Monteodorisio: "La via del grano verde"
Diff. MC/MC Resp. ASC M. Maccarone – AE E. Gallo – ASE G. Colonna – Sig D. Irmìni

Domenica 30 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale della Majella La grotta dell'Eremita e la grotta dell'Asinara
Diff. E/EE Resp. ASE G. Colonna

Abbigliamento
Trekking
Running
Nuoto



Laboratorio
Noleggio
Sci
Subaqueo

Via Michetti, 33 - 66054 Vasto - Ch - Tel. 0873 361158

Giugno

Domenica 6 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale della Majella Madonna delle Sorgenti - Cascata del Linaro – Cascata della “Fraga Riusse”
Diff. E Resp. AE E. Gallo – A.E. A. Santini

Quarta edizione de “LA MONTAGNA SI TINGE DI ROSA”
Parco Nazionale della Majella. Attività di sensibilizzazione e formazione finalizzata alla conoscenza del rapporto Donna – Montagna
Resp. Ortam N. Racano

Domenica 13 - Gruppo Escursionismo- Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga . “In cammino nei Parchi” - Traversata bassa del Corno Grande, da Campo Imperatore a Pietracamela Intersezionale con le Sezioni di Ortona, Pescara e Popoli - Diff. E Resp. AE G. Celenza (viaggio in autobus)

Mercoledì 16 - Gruppo Montagnaterapia
Parco Nazionale della Majella Val di Foro: Cascata dell'Asinara
Diff. T Resp. ASE G. Colonna - AE E. Gallo - AE F. Famiani

Sabato 19 - Gruppo Alpinismo Giovanile. Osservazione notturna della Volta Celeste - Diff. T Resp. ASE M. Frasca – ASE G. Colonna

Domenica 20 - Gruppo Escursionismo - Medio Vastese
Torrebruna: Giro delle fonti” - Diff. T Resp. Sig. F. Colella – ASE M. Frasca

Gruppo Cicloescursionismo - Anversa - Cocullo - P.zo Marcello- Castrovalva-Anversa- Diff. MC/MC Resp. AE E. Gallo – ASC M. Maccarone

Mercoledì 23 - Gruppo Alpinismo Giovanile
Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga. Anello del Voltigno
Diff. E Resp. ASE M. Frasca – OSTAM A. Sabatini

Da Giovedì 24 a Domenica 27 - Gruppo Escursionismo
“Da zero a 3000” – Trekking dal mare al Monte Amaro
Diff. EE Resp. N. Cosenza – A. Baccalà – A.P. Ciffolilli – AE P. Valerio

Domenica 27 - Gruppo Escursionismo
Parco Nazionale d'Abruzzo-Lazio-Molise. Lago Barrea – Monte Greco
Diff. EE Resp. Sig G. Perrozzì – ASE M. Frasca

Luglio

Venerdì 2 a Domenica 4 - Gruppo Alpinismo Giovanile - Campeggio estivo. Massa D'Albe. Parco Naturale Regionale Sirente – Velino
Diff. E Resp.li ASE M. Frasca e ASE A. Colantonio

Domenica 4 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale della Majella Fara San Martino 40^{ma} Val Serviera - Diff. EE Resp.le AE PL. Valerio

Domenica 11 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga. Cima Giovanni Paolo II – Pizzo Cefalone
Diff. EE Resp.le AE L. D'Orazio

Mercoledì 14 - Gruppo Alpinismo Giovanile
Parco Nazionale della Majella. Chiesa Madonna della Mazza – Pretoro
Diff. T Resp.li ASE M. Frasca – OSTAM A. Sabatini

Domenica 18 - Gruppo Escursionismo - Matese Orientale
Roccamandolfi . “Circhi Glaciali dell'Aquilana”
Diff. EE Resp.li A. Baccalà – AE E. Gallo

Domenica 25 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale della Majella “Marcia Ecologica Monte Porrara” - Diff. EE Resp.le ASE G. Colonna

Mercoledì 28 - Gruppo Alpinismo Giovanile
Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga. Monte Prena
Diff. EE Resp.le ASE M. Frasca

Noleggiate E-Bike e scooter



Gira con me!

CONCESSIONARIO

RIVENDITORE AUTORIZZATO



**VENDITA
e ASSISTENZA
Cicli e Motocicli
Servizio Revisioni**

Circonvallazione Histonense, 5 - 66054 VASTO (CH)
Tel. e Fax 0873.59261

Agosto

Domenica 1 - Gruppo Escursionismo
Parco Nazionale Abruzzo-Lazio-Molise
Monte La Navetta – Masseria Parenti
Diff. EE Resp.le AE Antonio Santini

Domenica 8 - Riserva Naturale Regionale di Punta Aderci
CAMMINAMARE 2021
“Un albero in Memoria di Tonino Bucciarelli”
Diff. T Resp.li Sig M. Rai e AE - ASE della Sezione

Mercoledì 11 - Gruppo Alpinismo Giovanile
Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga
Monte Siella – Monte S. Vito
Diff. E Resp.le ASE M. Frasca

Domenica 22 - Tutti i Gruppi
In ricordo di Mirella La Palombara
“Le due Riserve”: da Punta Aderci al Bosco di Don Venanzio a/
Diff T - TC/TC Resp.li ANE – AE – ASC – ASE della Sezione

Domenica 29 - Gruppo Escursionismo
Parco Nazionale D’Abruzzo Lazio-Molise
Monte Metuccia – Monte a Mare
Diff. E Resp.le AE L. D’Orazio

Osteria la frasca

C.da San Giacomo, 165
Scerni
Tel. 0873.512988
328.4667969



*...e vanno pel tratturo antico al piano, quasi per un erbal
fiume silente, su le vestigia degli antichi padri...*

Settembre

Domenica 5 - Gruppo Escursionismo - Parco Naz.le Gran Sasso e Monti della Laga. Prati di Tivo: Cima Alta – Corno Grande - Diff. EE Resp.le AE A. Santini

Lunedì 6 - Gruppo Alpinismo Giovanile - Isole Tremiti: periplo di San Domino- Diff. T Resp.le ASE M. Frasca

C **Sabato 11 - Conferenza - Dal Sudafrica a Trento in sella a una moto. “Viaggiare ti insegna a superare le tue paure”**
Relatore Rosario Sala - ore 18,00 Sala Conferenze sede a cura C. Guidone

Domenica 12 - Gruppo Escursionismo - Riserva Naturale Guidata Monte Genzana e Alto Gizio. Monte Genzana
Diff. E/EE Resp.li A. Baccalà – ASE G.Colonna

Gruppo Cicloescursionismo - Sito Archeologico di Saepinum-Altilia
Diff. MC+/MC+ Resp.li ASC M. Maccarone e AE E. Gallo

Mercoledì 15 - Gruppo Escursionismo e Gruppo Montagnaterapia
Passo Godi: Monti della Corte
Diff. T Resp.li ASE G.Colonna - AE E. Gallo - AE F. Famiani

Domenica 19 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale della Majella
Cima Murelle - Diff. E/EE Resp.le AE PL. Valerio

C **Sabato 25 - Conferenza - “Tecniche di sopravvivenza in situazioni emergenziali”** - Relatore Antonio Caprara
ore 18,00 Sala Conferenze sede a cura C. Guidone

Domenica 26 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale della Majella
Secine: alla scoperta del paese più alto d’Abruzzo
Diff. T/EE Resp.li ASE G. Colonna – ASE A. Colantonio

CARROZZERIA
Pitagora s.n.c.
Via S. Onofrio, 32/A
Vasto (CH)
Tel. 0873.365041

Ottobre

Da sabato 2 a domenica 3 - Trekking Urbano
Ville Stabiane - Oplonti (Torre Annunziata)
Sentiero Punta Campanella - Diff. T Resp.le L. Cinquina

C **Sabato 9 - Conferenza - "Alberi e arbusti in Abruzzo e Molise"**
ore 18,00 Sala Conferenze sede a cura L. Cinquina

Domenica 10 - Gruppo Escursionismo
Parco Nazionale Abruzzo-Lazio-Molise
Val Fondillo - Grotta delle Fate - Forca Resuni - Val di Rose
Diff. T/EE Resp.li A.E. G. Celenza - ANE M. Prisciandaro

Mercoledì 13 - Gruppo Escursionismo e Gruppo Montagnaterapia
Monti Frentani. La Carunchina da Torrebruna
Diff. T Resp.li ASE Gianni Colonna - AE E. Gallo - AE F. Famiani

Sabato 16 - Assemblea Ordinaria dei Soci

Domenica 17 - Gruppo Escursionismo
Parco Nazionale Abruzzo- Lazio-Molise
Pescasseroli - Rifugio Di Jorio - Monte Tranquillo - Pescasseroli
Diff. E Resp.le AE PL. Valerio

Gruppo Alpinismo Giovanile Parco Nazionale della Majella. Fonte Tari
Diff. E Resp.li ASE M. Frasca - AE L. D'Orazio

Gruppo Cicloescursionismo
Riserva Naturale Guidata Monte Genzana e Alto Gizio
Rocca Pia: Monte Genzana
Diff. MC+/MC+ Resp.li AE E. Gallo e ASC M. Maccarone

Domenica 24 - Tutti i Gruppi - Festa di chiusura, Guilmi
Diff. T Resp.li AE PL. Valerio - e AE - ASE - ASC della Sezione

C **Sabato 30 - Conferenza "Dal sogno alla realtà:**
"l'affascinante percorso di una giovane pilota militare"
Intervento del Maggiore Pilota Carla Angelucci
Ore 18,00 Sala Conferenze sede a cura C. Guidone

Novembre

C **Sabato 13 - Conferenza - 1981-2021**
"40 anni di scarpinate di un incallito escursionista CAIno "
ore 18 Sala Conferenze sede a cura di A. Colantonio

Domenica 14 - Gruppo Escursionismo - Parco Nazionale della Majella
Monte Campanaro - Diff. E Resp.le AE PL. Valerio

Sabato 20 - Gruppo Alpinismo Giovanile -Pietransieri
Rievocazione eccidio dei Limmari - Diff. E Resp.le ASE M. Frasca

Domenica 21 - Giornata Nazionale dell'Albero - A cura di Luigi Cinquina

C **Sabato 27 - Serata fotografica: "Le più belle foto dell'anno"**
ore 18.00 Sala Conferenze sede - a cura di Bernardino Barisano

Dicembre

Domenica 05 - Gruppo Escursionismo - Pollutri
Le Fave di San Nicola - Diff. T Resp.le G. Di Martino

Domenica 12 - Pranzo Sociale

Domenica 19 - Presepe Vivente

Mercoledì 29 - Brindisi di fine anno - Pietransieri
Rifugio Madonna della Neve

C Conferenza/evento culturale o formativo



TUTTO PER LA TUA CASA
DALLE FONDAZIONI ALLE DECORAZIONI

Via S. Pertini, 29 - San Salvo
Tel. 0873 34 62 58
www.de5linearhouse.it

AVVERTENZE PER I SOCI:

I soci possono inviare la propria e-mail all'indirizzo di posta elettronica: **caivasto@libero.it** in tal modo saranno informati settimanalmente sulle varie iniziative dell'Associazione, fermo restando che è preferibile frequentare abitualmente la sede della Sezione nei giorni di apertura. Le iscrizioni alle escursioni dovranno essere effettuate sulla locandina affissa in bacheca.

Il programma dettagliato di ciascuna attività sarà esposto settimanalmente in bacheca.

QUOTE SOCIALI:

- socio ordinario € 50,00
- socio ordinario (18 -25 anni) € 30,00
- socio familiare € 30,00
- socio giovane (minori di anni 18) € 16,00
- secondo/terzo socio giovane (della stessa famiglia) € 9,00
- per i nuovi soci costo tessera € 5,00
- socio aggregato (già iscritto ad un'altra Sezione del C.A.I.) € 15,00

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 2021**.

I non soci dovranno comunicare la propria partecipazione alle escursioni entro il venerdì precedente la data delle stesse con contestuale versamento della quota per l'assicurazione individuale, pena l'esclusione dalle gite. La partecipazione è consentita solo a due escursioni.

Laddove è previsto il trasporto con autobus, l'iscrizione all'escursione, con versamento della quota di partecipazione, dovrà essere fatta almeno 10 giorni prima della data prevista.

Qualora non si raggiunga un numero sufficiente di partecipanti, il trasporto avverrà con mezzi propri.

Per lo svolgimento del programma si richiede a tutti i soci il rispetto degli accompagnatori e la massima collaborazione e partecipazione attiva con chi organizza le attività.

Il **Club Alpino Italiano** è un'associazione di volontari che prestano il loro tempo, competenze e passione per piacere e non per dovere con l'intento di rendere partecipi tutti i soci delle bellezze del nostro territorio.

ALCUNE AGEVOLAZIONI PER I NOSTRI TESSERATI

- Assicurazioni: polizza infortuni in attività sociale;
- Polizza soccorso alpino in Europa; Polizza di Responsabilità civile;
- Possibilità di utilizzare attrezzatura da montagna in dotazione presso la sede;
- Possibilità di consultazione e prestito libri, riviste e cartine presso la sede;
- Abbonamento alla rivista mensile del C.A.I. *Montagne 360°* (solo soci ordinari);
- Ricezione circolare informativa interna: **TRACCE**;
- Sconti presso gli oltre 800 Rifugi C.A.I. di tutta Italia.



CONVENZIONI/SCONTISTICA RISERVATA AI NOSTRI SOCI

- A.D. SPORT (0873.361158): 15% su tutti gli articoli, escluso i prodotti elettronici;
- DE CINQUE LINEAR HOUSE snc (0873.346258) 10% su tutti gli articoli eccetto quelli già in promozione.
- ESSELLE MOTO (0873.59261): scontistica differenziata;
- GUSTATUS PUB-BIRRERIA (0873.670308): 10% su tutte le consumazioni;
- NUOVO CINEMA TEATRO CORSO (0873.364200) e GLOBO (0873.60982): riduzione solo nei giorni feriali da lunedì a giovedì, escluso prefestivi e festivi;
- NUCCIARONE FERRAMENTA (0873.366700): 10% su tutti gli articoli (escluso offerte);
- PASTICCERIA DA LINO PRESTIGE (0873.370029): 10% su tutti i prodotti per spesa > € 10;
- SPORT TIME (0873.69268): 15% escluso prodotti elettronici, attrezzatura palestra e Lacoste.

I dettagli delle convenzioni sono consultabili nella bacheca della sede.



Via Circonvallazione Histonienne
66054 VASTO
Tel. e Fax 0873.366700 - 0873 69742
nucciarone@alice.it

www.ferramentanucciarone.it

CLASSIFICAZIONE DELLE DIFFICOLTA' ESCURSIONISTICHE:

- T TURISTICO - percorso con scarso dislivello (<400 m.) e di lunghezza contenuta in tre ore di cammino (escluse soste);
- EE SCURSIONISTICO - percorso con buon dislivello (tra 400 e 1000 m.) e lungo tra le cinque e le sette ore di cammino (escluse soste);
- EE ESCURSIONISTI ESPERTI - percorso con notevole dislivello (anche oltre i 1000 m.), lungo talvolta anche oltre le sette ore di cammino effettive e in posti che possono presentare esposizione al vuoto e sentieri accidentati;
- EEA ESCURSIONISTI ESPERTI ATTREZZATI - percorso ove occorre disporre di attrezzatura tecnica idonea (imbraco, corda, cordino, kit da ferrata omologato, casco a norma, ramponi, piccozza, vestiario ed altro equipaggiamento specifico) per superare pareti di roccia e saperla usare. Viene richiesta buona forma fisica;
- EAI ESCURSIONE IN AMBIENTE INNEVATO - percorso su neve ove occorre avere abbigliamento che protegga dal freddo ed attrezzatura per andare sulla neve (scarponi con ghette sci-racchette-ramponi).

CLASSIFICAZIONE DELLE DIFFICOLTA' ALPINISTICHE:

- F FACILE - Nessuna difficoltà particolare, ma l'utilizzo di materiale d'alpinismo (imbraco, casco, corda, ramponi, piccozza) può essere necessario;
- PD POCO DIFFICILE - Alcune difficoltà alpinistiche su roccia e/o neve; pendii di neve e ghiaccio fino a 35°-40°, passaggi di arrampicata elementare di 1° e 2° grado;
- AD ABBASTANZA DIFFICILE - Difficoltà alpinistiche sia su roccia che su ghiaccio; pendii di neve e ghiaccio tra 40 e 50°, passi di arrampicata di 3° grado;
- D DIFFICILE - Difficoltà alpinistiche più sostenute sia su roccia che su ghiaccio; pendii di neve e ghiaccio tra 50° e 70°, arrampicata di grado 4c-5a-5b;
- TD MOLTO DIFFICILE - Difficoltà alpinistiche molto sostenute sia su roccia che su ghiaccio; pareti di ghiaccio tra 70° e 80°, arrampicata di grado 5c-6a;
- ED ESTREMAMENTE DIFFICILE - Difficoltà alpinistiche estreme sia su roccia che su ghiaccio; pareti di ghiaccio fino a 90°, arrampicata di grado 6b-6c-7a.

DIFFICOLTA' TECNICHE DELLE ESCURSIONI DEL GRUPPO MTB:

- T TURISTICO - strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole;
- MC MEDIA CAPACITA' - sterrate con fondo poco compatto o poco regolare;
- BC BUONA CAPACITA' - sterrate molto sconnesse ed accidentate con qualche ostacolo (radici, gradini, avvallamenti);
- OC OTTIME CAPACITA' - sentieri molto sconnessi e/o irregolari con molti ostacoli (detriti abbondanti, grossi ciottoli);
- EC ESTREME CAPACITA' - livello che sarà evitato nelle escursioni sociali.

I segno + indica la presenza di tratti significativi in forte pendenza. Per tutte le escursioni in M.T.B. è obbligatorio l'uso di casco protettivo e occhiali.

EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO PER LE ESCURSIONI:

- ZAINO – in cordura o nylon, di capacità media.
- SCARPE DA TREKKING – in goretex o cordura e con suola Vibram o similari.
- MAGLIONE – in materiale sintetico molto fitto (pile – polartec).
- CAMICIA – calda in materiale traspirante.
- BIANCHERIA – magliette di ricambio a mezze maniche che assorbono il sudore (transtex, capilene).
- PANTALONI – in tessuto fibre sintetiche, lunghi.
- CALZETTONI – in lana misto cotone o in tessuto di spugna rinforzato, lunghi fino al ginocchio.
- BERRETTO E GUANTI– in lana o cotone secondo la stagione.
- BORRACCIA – capacità di almeno 1 litro.
- OCCHIALI – con assorbimento dei raggi UV.
- GHETTE – in nylon o cordura (solo escursioni invernali).
- LAMPADA FRONTALE - possibilmente a led.
- PONCHO – in nylon.
- GIACCA A VENTO – in goretex o simile che permetta una buona traspirazione.
- PRONTO SOCCORSO – deve contenere solo farmaci di base (analgesici, collirio, bende, fasce elastiche, disinfettante, ecc.).
- BURRO CACAO E CREMA SOLARE.
- TELO DI EMERGENZA.



Via G. Cesare, 28/A -Vasto Tel./Fax 0873.366090

tabacchi
valori bollati
ricariche telefoniche
cancelleria
articoli da regalo

REGOLE IN CASO D'INCIDENTE

- Mantenere la calma, non agire d'impulso.
- Valutare la situazione generale cercando di individuare i pericoli presenti.
- Adottare subito misure idonee per evitare e prevenire altri rischi.
- Segnalare la necessità di soccorso con segnali luminosi ad intermittenza: sei volte al minuto (una volta ogni dieci secondi), pausa di un minuto quindi ripetere il segnale fino ad avere conferma di essere stati intercettati.
- Chiamare al più presto i soccorsi, componendo il numero 118 oppure il numero telefonico della più vicina stazione di Soccorso Alpino.
- Compiere, nei riguardi degli infortunati, solo le operazioni che si è certi di poter fare.
- Il ferito non va mai lasciato solo, anche se non è grave e per poco tempo, poiché lo scoraggiamento di trovarsi solo può aggravare in breve le sue condizioni.
- Mandare due o tre persone alla ricerca del soccorso, in modo che possano essere di aiuto l'uno all'altro, ricordando loro massima prudenza.

Cosa si può fare:

- Rianimare se è necessario e se si è capaci.
- Sollevare il mento dell'infortunato spingendo il capo all'indietro.
- Posizionare il corpo sul fianco se il ferito vomita.
- Coprire l'infortunato.
- Immobilizzare le fratture e tamponare le emorragie.
- Parlare all'infortunato e tranquillizzarlo.

Cosa non si deve fare:

- Alzare il ferito e cercare di farlo rimanere in piedi oppure sollevargli il capo.
- Spostare il corpo in modo inadeguato.
- Dare da bere e togliere i vestiti.
- Affaticare l'infortunato con domande inutili e dimostrarsi preoccupati.

Come si effettua la chiamata al Soccorso:

- Dire sempre chi chiama (Nome e Cognome).
- Da dove si chiama, precisare il luogo da dove viene effettuata la chiamata e il numero dell'apparecchio.
- Se il luogo dell'incidente è lontano dal posto telefonico, prima di allontanarsi, memorizzare e annotare i riferimenti visivi utili al ritrovamento.
- Spiegare sommariamente che cosa è accaduto e dove è accaduto.
- Riferire l'ora in cui è avvenuto l'incidente.
- Precisare il numero degli infortunati e le loro condizioni.
- Precisare il numero degli eventuali dispersi, possibilmente indicare il colore del loro abbigliamento.
- Descrivere le condizioni meteorologiche del luogo e, in particolare, se c'è visibilità.
- Non allontanarsi dal posto di chiamata per rendere possibile un nuovo collegamento con i soccorritori.

PASTICCERIA-CAFFETTERIA

PRESTIGE



Circonvallazione Histoniese - Vasto

Tel. 0873 370029

Teramo - Bellini - Ancofanone - Marcella da cast. - Tolosa - S. Maria di S. Pietro - S. Maria

Perrozzi
casa&bagno

z.i. Punta Penna - Vasto (Ch) tel. 0873.310566
www.emmepistas.it



POLLUTRI

Contrada Crivella - Tel. 0873.902606

VASTO

Corso Europa, 39 - Tel. 0873.370550

TERMOLI

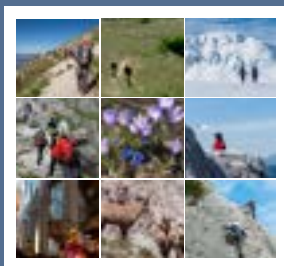
Via Montecarlo, 41 Tel. 0875.701518



SOCCORSO ALPINO ABRUZZO
340.4500558 Stazione di Chieti
118 EMERGENZA SANITARIA
ELISOCORSO



APPLICAZIONE GRATUITA
PER I SOCI CAI



segui su



C.A.I.

Club Alpino Italiano - Sezione di Vasto

Via delle Cisterne, 4

venerdì e sabato ore 18:30/20:00

segreteria: venerdì ore 18:30/20:00

tel. 0873.610993 mobile 351.5539370

www.caivasto.com - caivasto@libero.it