C.A.I.

Foggia

2018

Calendario Attività Sociali 2018

Rifugio Casonetto - Castelluccio Valmaggiore

C.A.I.

SEZIONE DI FOGGIA

Il Programma escursioni del 2018 si propone di:

- proseguire il discorso sulla rete sentieristica più significativa della nostra zona e incominciare a segnarla;
- dedicare una Domenica alla pulizia della montagna e dei boschi, coinvolgendo associazioni e scuole, in modo da trasmettere l'amore per la montagna attraverso il rispetto e l'attenzione verso l'ambiente;
- valorizzare i Monti Dauni e i loro borghi a partire dal nostro Rifugio e dal cammino del Sentiero Frassati, che vogliamo rilanciare coinvolgendo i cinque borghi dei Monti Dauni: Roseto Valfortore, Biccari, Castelluccio Valmaggiore, Celle di San Vito e Faeto.

GENNAIO

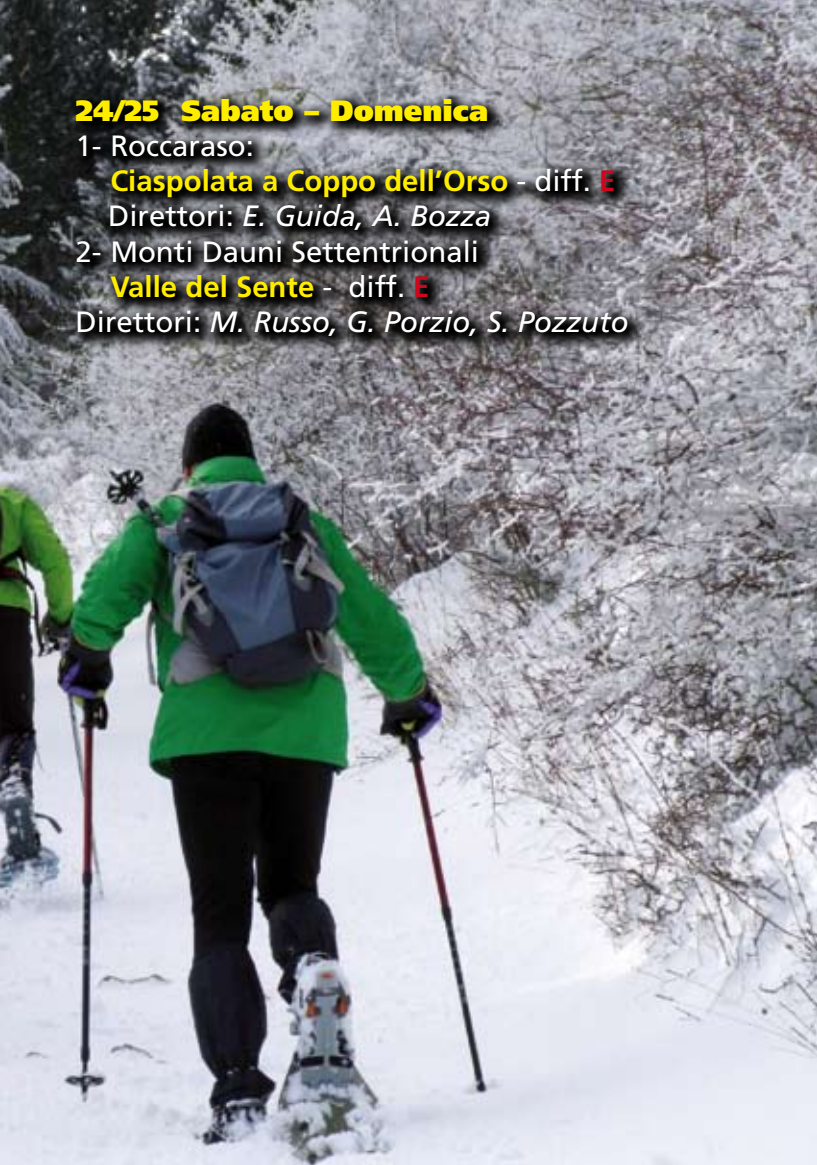
7 Domenica
Parco Nazionale del Gargano
Monte Saraceno - diff. **E**
Direttori:
R. Berlantini, P. Bisceglia, G. Piemontese

28 Domenica
Gita sociale: **Matera** - diff. **T/E**
Direttori:
F. Lelario, M. Normanno

FEBBRAIO

11 Domenica
Parco Nazionale del Gargano
Monte la Guardia - diff. **E**
Direttori: *E. Guida, N. Conversano*

18 Domenica
Monti Dauni Settentrionali
Colle della Valva - diff. **E**
Direttori: *R. Infante, D. Mazzardo*



24/25 Sabato – Domenica

1- Roccaraso:
Ciaspolata a Coppo dell'Orso - diff. **E**
Direttori: *E. Guida, A. Bozza*

2- Monti Dauni Settentrionali
Valle del Sente - diff. **E**
Direttori: *M. Russo, G. Porzio, S. Pozzuto*

MARZO

4 Domenica
Parco Nazionale del Gargano:
Mattinata-Monte Sant'Angelo diff. **E+**
Direttori: *R. Berlantini, P. Bisceglia, G. Piemontese, A. Fischetti*

10 Sabato
Ore 9.00 – 13
Approfondimento corso sulla sentieristica in sede

11 Domenica
Esercitazione pratica in natura

25 Domenica
Monti Dauni Meridionali:
Monte Crispignano - Eremo di Santa Maria del Bosco diff. **E**
Direttori: *N. Perrella, R. Pavesi*

APRILE

8 Domenica
Parco Nazionale del Gargano:
Ripe Rosse - diff. **E**
Direttori: *R. Lavanna, D. Mazzardo*

15 Domenica
Monti Dauni: Roseto / M. Stillo - diff. E
Direttori: *R. Cusmai, R. Berlantini*

22 Domenica - 25 Mercoledì
Isola d'Elba
Direttori: *G. Tricarico, F. Lelario*

29 Domenica
Gargano: Giro dei Trabucchi
Sfinalicchio Peschici - diff. E
Direttori: *M. Santoro, D. Di Nunzio, M. Normanno*

MAGGIO

6 Domenica

1-Appennino Campano:
M. Partenio - diff. E
Direttori: *G. Tricarico, A. Viggiano*

2-Basilicata - Sasso di Castalda
Ponte della luna Ferrata - diff. **EEA**
Direttori:
T. Mansueto, L. Petito, M. Rendine

13 Domenica

6ª Edizione
"in Cammino nei Parchi 2018"
Parco Nazionale del Gargano:
Foresta Umbra – Valle Romandato - diff. **T/E**
Direttori: *R. Berlantini, C. Forcella, M. Santoro, A. Fischetti.*

19 Sabato – 20 Domenica

Parco Nazionale d'Abruzzo:
M. Mattone - diff. **EE**
Direttori: *S. Moretti, A. Bozza*

GIUGNO

2 Sabato – 3 Domenica
Baia di Campi
Direttori: *R. Berlantini, M. Santoro*

10 Domenica
Dolomiti Lucane A - diff. **T** --- B con ferrata - diff. **EEA**
Direttori:
C. Forcella, M. Manna, I. Conte

16 Sabato - 17 Domenica
Abruzzo:
Rigopiano Rifugio "Tito Acerbo" - diff. **E**
Direttori:
M. Santoro, S. Moretti, E. Gifuni

24 Domenica
1-Monti Picentini:
Traversata delle Accelliche - diff. **EEA**
Direttori:
T. Mansueto, M. Rendine, L. Petito
2-Accadia:
Gole di Pietra di Punta - diff. **T/E**
Direttori:
N. Perrella, R Pavesi

LUGLIO

7 Sabato - 8 Domenica
Gran Sasso Anello - diff. **EEA**
Direttori:
R. Berlantini, T. Mansueto,
M. Rendine, L. Petito

AGOSTO

30 Luglio - 5 Agosto
Settimana in Valle d'Aosta
Direttori:
R. Berlantini, F. Lelario

3 Venerdì – 7 Martedì
Etna Rifugio Sapienza
Festa della Madonna della neve - diff.T/E
Direttori:
G. Tricarico, A. Viggiano

25 Sabato - agosto
1 Sabato - settembre
Settimana in montagna
Alpi Piemontesi:
Monviso - Sorgenti del Po
Direttori: *G. Tricarico, M. Normanno*

SETTEMBRE

9 Domenica
Maiella – Fiume Orta
Rapide di Santa Lucia - diff. **T**
Direttori: *R. Berlantini, G. Ciavarella*

16 Domenica
Gargano:
Baia di Campi – Pugnochiuso - diff. **E**
Direttori: *M. Santoro, D. Di Nunno*

23 Domenica
Picentini: Pizzo Mai Intersezionale
Direttori: *E. Guida, G. Alessio*

29 Sabato - 30 Domenica
Parco del Pollino: Orsomarso - diff. E
Direttori: *R. Lavanna, F. Lelario*

OTTOBRE

6 Sabato – 7 Domenica
Cammina CAI 2018 - Sentiero Frassati
Rifugio Casonetto diff. **E**
Direttori:
M. del Giudice, L. Di Bari, C. Fatone

14 Domenica
Festa della Montagna

20 Sabato – 21 Domenica
Parco Nazionale d'Abruzzo:
Val di Rose – Rifugio di Forca Resuni -
diff. **EE**
Direttori: *S. Moretti, A. Bozza*

28 Domenica
Pulsano A - dif. **T/E**,
Pulsano B - diff. **EE**
Direttori: *G. Tricarico, C. Forcella,*
R. Berlantini, A. Albanese

NOVEMBRE

4 Domenica
Bovino e Valle Cervaro - diff. **T/E**
Direttori:
P. Russo, D. Mazzardo

11 Domenica
Foresta Umbra - diff. **T**
Direttori:
R. Cusmai, R. Lavanna

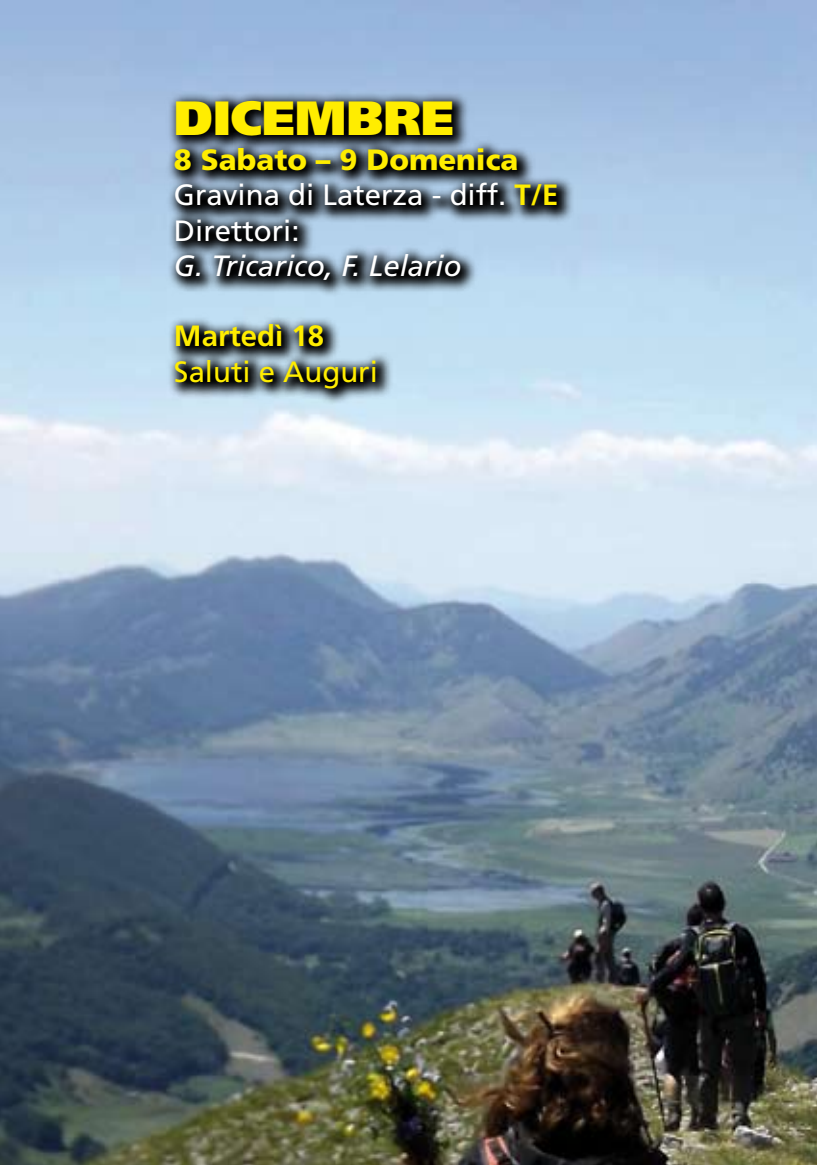
18 Domenica
Appennino Campano:
Monte Taburno - diff. **EE**
Direttori:
T. Mansueto, N. Conversano

25 Domenica
P. N. Gargano: Frantoio Ipogeo ed Eremi di Valle Malpasso - diff. **E**
Direttori:
R. Berlantini, R. Lavanna

DICEMBRE

8 Sabato – 9 Domenica
Gravina di Laterza - diff. **T/E**
Direttori:
G. Tricarico, F. Lelario

Martedì 18
Saluti e Auguri



Escursionismo
Scala delle difficoltà

T: TURISTI – Itinerari su stradine, mulattiere o comodi sentieri, con percorsi ben evidenti che non pongono incertezze o problemi di orientamento.

E: ESCURSIONISTI – Gli itinerari si svolgono quasi sempre su sentieri più impegnativi, oppure su tracce di passaggio in terreno vario (pascoli, detriti, pietraie), di solito con segnalazioni e dislivello fino a 1.000 metri. Richiedono senso dell'orientamento, conoscenza del territorio montano, allenamento alla camminata, scarpe ed equipaggiamento adeguato.

EE: ESCURSIONISTI ESPERTI – Percorso escursionistico impegnativo difficile, per esperti, su pendii scoscesi, nevai, con dislivello oltre i 1.000 metri.

Si tratta di itinerari generalmente segnalati, ma che implicano una capacità di muoversi su terreni particolari.

Sentieri o tracce su terreno impervio o infido a quote relativamente elevate.

Tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche.

Sono necessari esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente montano, passo sicuro e assenza di vertigini, equipaggiamento di montagna, attrezzatura e preparazione fisica adeguati.

Per percorsi attrezzati è inoltre utile conoscere l'uso di dispositivi di autoassicurazione (moschettoni, dissipatore, imbragatura, cordini) e l'equipaggiamento da montagna.

EEA: ESCURSIONISTI ESPERTI CON ATTREZZATURA – Per esperti bene attrezzati, tratti su roccia, ghiacciai, pendenze, tratti ferrati o attrezzati. Si richiede preparazione e allenamento.

Divertirsi in sicurezza

Prendere visione del Regolamento sezionale e comunque seguire le seguenti **REGOLE FONDAMENTALI**

La maggior parte degli incidenti in montagna avvengono su percorsi semplici, spesso al ritorno e sono solitamente causati da imprudenza, impreparazione o disattenzione.

Da ciò deriva che frequentare la montagna senza conoscerla e senza preparazione, vuol dire esporsi a gravi pericoli rinunciando alla serena possibilità di vivere e scoprire l'escursionismo.

È per questo che vogliamo suggerirti queste semplici regole:

- preparati fisicamente per sostenere l'impegno in montagna e vai equipaggiato adeguatamente;
- informati sui pericoli della montagna per poterli all'occorrenza evitare e superare;
- scegli le escursioni più adatte alle tue possibilità e studia preventivamente il percorso;
- non lasciarti trascinare in imprese più grandi di te, sii conscio dei tuoi limiti e sappi rinunciare, non c'è da vergognarsi, potrai riprovarci;
- rispetta l'ambiente che ti accoglie: è un bene comune.

TESSERAMENTO CAI 2018

Per diventare soci del CAI Foggia è necessario compilare e presentare la domanda prestampata da ritirare in sede o da scaricare dal sito internet

www.caifoggia.it

La domanda dovrà essere corredata da due fotografie per ottenere la tessera CAI valida su tutto il territorio nazionale.
Le quote di tesseramento 2018 sono le seguenti:

Socio ORDINARIO
€ 50,00 (1€ iscrizione) € 45,00 (rinnovo)

Socio ORDINARIO JUNIORES
€ 21,00 (1€ iscrizione) € 16,00 (rinnovo)

Socio FAMILIARE
€ 35,00 (1€ iscrizione) € 30,00 (rinnovo)

Socio GIOVANE
€ 21,00 (1€ iscrizione) € 16,00 (rinnovo)

Socio GIOVANE RIDOTTO
€ 14,00 (1€ iscrizione) € 9,00 (rinnovo)

Socio Ordinario: sopra ai 25 anni (nati fino al 1992 compreso).
Socio Ordinario Juniores: età compresa tra il 18esimo e il 25esimo anno (nati dal 1993 al 2000 compreso).
Socio Familiare: coabita o ha vincoli familiari anche di fatto con il Socio Ordinario.
Socio Giovane: fino al compimento del 18esimo anno di età (nati a partire dal 2001).
Socio Giovane Ridotto: dal secondo figlio minorenne in poi del Socio Ordinario.

MODALITÀ DI PAGAMENTO

La quota sociale può essere versata scegliendo una delle seguenti modalità:

1) direttamente nella Sezione CAI di Foggia in Via G. Imperiale n. 50 (tutti i martedì e i venerdì dalle ore 20.00 alle ore 21.00;

2) tramite bonifico bancario al seguente IBAN: IT71 H020 0815 7130 0010 3689 440 intestato al CAI Foggia. Si consiglia di inviare una e-mail a segreteria@caifoggia.it allegando copia del bonifico effettuato ed il relativo numero CRO.

L'iscrizione al CAI comprende automaticamente la copertura assicurativa per gli infortuni accaduti in attività sociale "Combinazione A" e la copertura delle spese inerenti il Soccorso Alpino.
Per coloro che volessero aderire alla "Combinazione B" della polizza infortuni in attività sociale devono farne esplicita richiesta all'atto del rinnovo o iscrizione.

SONO PREVISTE INOLTRE

Sabati e Domeniche per segnare
e sistemare sentieri a cura del gruppo sentieri.

Sabati e Domeniche inFormative,
per conduzione (GPS, mappa).

Sabati e Domeniche Formative EEA,
parco avventura, palestre naturali.

Martedì in sede sociale per proiezioni
e incontri culturali.

Il Consiglio Direttivo del CAI Foggia
per il triennio 2016-2019

Presidente:
Ferdinando LELARIO

Consiglieri:
Andrea BOZZA (vicepresidente)
Riccardo CUSMAI (tesoriere)
Antonio FISCHETTI (tesoriere)
Roberto LAVANNA
Antonio MANSUETO
Domenico NORMANNO
Michele PERRONE
Giulio TRICARICO

La sede legale è in Via G. Imperiale n. 50
presso l'ITIS "Altamura-da Vinci"
71122 Foggia
ed è aperta tutti i Martedì e i Venerdì
dalle ore 20.00 alle ore 21.00

www.caifoggia.it
segreteria@caifoggia.it
347.56542323