



CAI FOGGIA CALENDARIO DELLE ATTIVITÀ SOCIALI

2022



C.A.I. FOGGIA TESSERAMENTO CAI 2022

Per diventare soci del CAI Foggia è necessario compilare e presentare la domanda prestampata da ritirare in sede o da scaricare sul nostro sito internet www.caifoggia.it

La domanda dovrà essere corredata da 2 fotografie per ottenere la **Tessera CAI** valida su tutto il territorio nazionale.

QUOTE DI TESSERAMENTO 2022

Socio ordinario (sopra i 25 anni)

€ 50,00 (1ª iscrizione) - € 45,00 (rinnovo)

Socio ordinario Juniores (tra 18 e 25 anni)

€ 30,00 (1ª iscrizione) - € 25,00 (rinnovo)

Socio familiare (maggioresni che vivono con socio ordinario)

€ 30,00 (1ª iscrizione) - € 25,00 (rinnovo)

Socio giovane (meno di 18 anni)

€ 21,00 (1ª iscrizione) - € 16,00 (rinnovo)

Socio giovane ridotto (minoresni a partire dal 2° socio giovane)

€ 14,00 (1ª iscrizione) - € 9,00 (rinnovo)

MODALITÀ DI PAGAMENTO

- Direttamente nella sezione CAI di Foggia in Via Imperiale, 50 (il venerdì dalle ore 20,00 alle ore 21,00) - Tel. 347.5654232
- Tramite bonifico bancario su IBAN: IT71 H020 0815 7130 0010 3689 440 intestato a CAI Foggia.

Si consiglia di inviare una e-mail a segreteria@caifoggia.it allegando copia del bonifico ed il relativo numero CRO.

L'iscrizione al CAI comprende la copertura assicurativa per gli infortuni accaduti in attività sociale "**COMBINAZIONE A**" e la copertura delle spese inerenti il soccorso alpino. Chi volesse aderire alla "**COMBINAZIONE B**" della polizza infortuni in attività sociale deve farne esplicita richiesta all'atto del rinnovo o iscrizione.

C.A.I. FOGGIA

CONSIGLIO DIRETTIVO CAI - Triennio 2020-2023

Presidente

Caterina FORCELLA

Consiglieri:

Stefano MORETTI (vicepresidente)

Ester GUIDA (tesoriera)

Annamaria LORUSSO (segretaria)

Giustina DE PALO

Antonio GRIMALDI

Roberto LAVANNA

Antonio MANSUETO

Mario NUZZOLESE

GENNAIO

-  domenica 9 gennaio
intersezionale CAI BARI SCANNAMUGLIERA GARGANO
difficoltà: E
direttori: R. Berlantini - A. Ciocca - L. di Bari
-  domenica 16 gennaio
VIA FRANCIGENA GARGANO
difficoltà: E
direttori: M. Del Giudice - R. Infante
-  domenica 23 gennaio
MONTE SACRO GARGANO
difficoltà: E
direttori: C. Forcella - R. Lavanna

FEBBRAIO

-  domenica 6 febbraio
BOSCO DELLA DIFESA GARGANO
difficoltà: E
direttore: A. Fischetti - R. Infante
-  domenica 13 febbraio
CASTELPAGANO GARGANO
difficoltà: E
direttori: R. Cusmai - A. Fischetti
-  domenica 20 febbraio
ciaspolata MONTE MUTRIA MOLISE
difficoltà: EAI
direttori: R. Berlantini - A. Mansueto
-  domenica 27 febbraio
ciaspolata COPPO DELL'ORSO ABRUZZO
difficoltà: EAI
direttori: A. Bozza - S. Moretti

MARZO

-  domenica 6 marzo
ciaspolata MATESE MOLISE
difficoltà: EAI
direttori: R. Berlantini - E. Guida
-  sabato 12 e domenica 13 marzo
intersezionale CAI MATERA MATERA - CHIESE RUPESTRI BASILICATA
difficoltà: E
direttore: F. Lelario
-  domenica 20 marzo
intersezionale CAI BARI COPPO DELL'ORSO - GIOIA DEL COLLE GIRO DEI TRABUCCHI GARGANO
difficoltà: E
direttori: A. Bozza - R. Cusmai - F. Lelario
-  venerdì 25, sabato 26 e domenica 27 marzo
DI CRESTA IN CRESTA MONTI DAUNI
difficoltà: E
direttori: E. Ciuffreda - A. Mansueto - D. Mazzardo - S. Romano

APRILE

-  domenica 3 aprile
SENTIERO ITALIA - PANNI - ACCADIA MONTI DAUNI
difficoltà: E
direttori: C. De Bellis - E. Guida
-  domenica 10 aprile
POGGIO ORSINI - MURGIA BARI
difficoltà: E
direttore: D. Mazzardo
-  sabato 23, domenica 24 e lunedì 25 aprile
ISCHIA CAMPANIA
difficoltà: E
direttore: F. Lelario

MAGGIO

-  domenica 1 maggio
ferrata DOLOMITI LUCANE BASILICATA
difficoltà: EEA
direttori: R. Berlantini - A. Mansueto
-  domenica 1 maggio
PIETRAPERIOSA - CASTELMEZZANO BASILICATA
difficoltà: T
direttore: C. Forcella
-  sabato 7 e domenica 8 maggio
LAGO VIVO ABRUZZO
difficoltà: EEA
direttori: A. Bozza - S. Moretti
-  domenica 15 maggio
MONTE EREMITA CAMPANIA
difficoltà: E
direttori: C. De Bellis - E. Guida
-  domenica 22 maggio
CASCATE DI SAN GIOVANNI ABRUZZO
difficoltà: E
direttore: C. Fatone
-  domenica 29 maggio
FORESTA UMBRA GARGANO
terapia forestale
difficoltà: E
direttore: A. Lorusso



GIUGNO

-  sabato 4 e domenica 5 giugno
GOLE DEL SAGITTARIO - ROCCA CALASCIO ABRUZZO
difficoltà: E
direttore: C. Fatone
-  domenica 12 giugno
MONTI PIZZI ABRUZZO
difficoltà: E
direttori: C. De Bellis - E. Guida
-  domenica 19 giugno
SENTIERO ITALIA MONTE SAMBUCO-ALBERONA MONTI DAUNI
difficoltà: E
direttori: B. Chiango - S. Romano
-  sabato 25 e domenica 26 giugno
PIANI DI PEZZA - VELINO ABRUZZO
difficoltà: EE
direttore: C. Fatone

-  domenica 11 settembre
ferrata VOLTURARA IRPINIA CAMPANIA
difficoltà: EEA
direttori: R. Berlantini - A. Mansueto
-  domenica 11 settembre
FORESTA UMBRA GARGANO
terapia forestale
difficoltà: T
direttore: A. Lorusso
-  domenica 18 settembre
MONTE TERMINIO CAMPANIA
difficoltà: E
direttori: R. Berlantini - R. Cusmai
-  sabato 24 e domenica 25 settembre
POLLINO-SERRA DEL PRETE BASILICATA
difficoltà: E
direttori: C. Forcella - R. Lavanna

-  domenica 2 ottobre
intersezionale CAI MELFI MONTE CORNACCHIA MONTI DAUNI
difficoltà: E
direttori: E. Ciuffreda - G. De Palo - D. Mazzardo - S. Romano
-  sabato 8 e domenica 9 ottobre
SENTIERO DEGLI DEI CAMPANIA
difficoltà: E
direttore: R. Cusmai
-  domenica 16 ottobre
MATESE MOLISE
difficoltà: E
direttori: C. De Bellis - E. Guida
-  sabato 22 e domenica 23 ottobre
RIFUGIO FORCA RESUNI ABRUZZO
difficoltà: EE
direttori: C. Forcella - R. Lavanna
-  domenica 30 ottobre
intersezionale CAI MELFI - MONTE VULTURE BASILICATA
FESTA DELLA MONTAGNA
difficoltà: E

-  domenica 6 novembre
CASCATA DI S. FELE BASILICATA
difficoltà: E
direttore: C. Fatone
-  domenica 13 novembre
OLEVANO SUL TUSCIANO CAMPANIA
difficoltà: E
direttore: R. Infante
-  domenica 20 novembre
VALLE SGARRAZZA GARGANO
difficoltà: E
direttori: R. Cusmai - D. Mazzardo - C. Palmieri
-  domenica 27 novembre
BOSCO MARANO MONTI DAUNI
difficoltà: E
direttori: C. De Bellis - D. Mazzardo

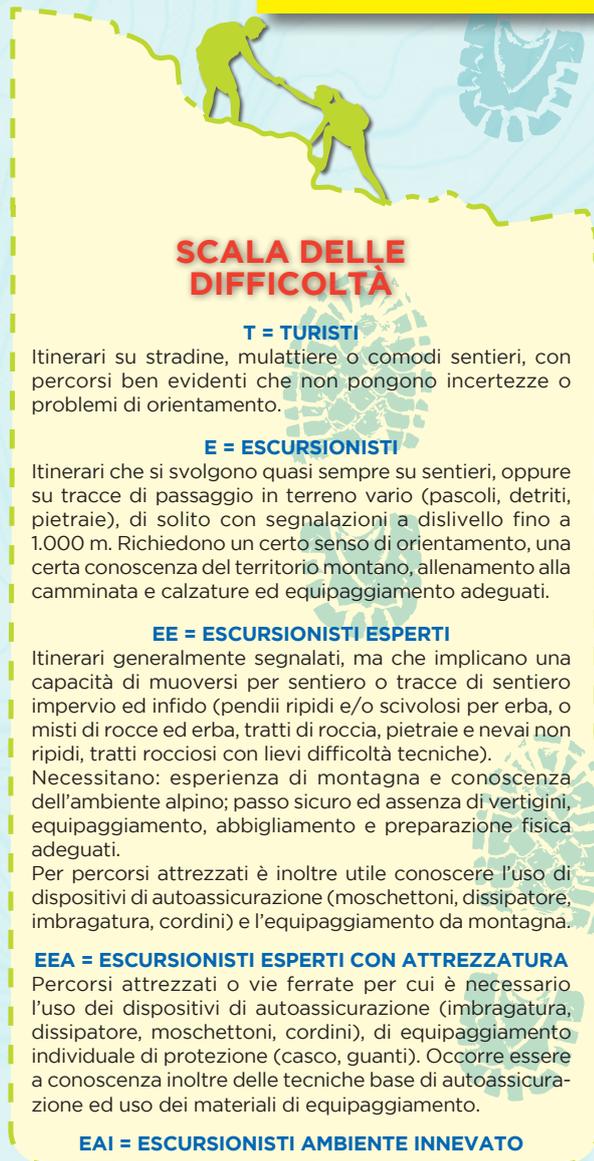
-  domenica 4 dicembre
RIPE ROSSE GARGANO
difficoltà: E
direttori: C. Forcella - R. Lavanna
-  domenica 11 dicembre
intersezionale CAI BARI SENTIERO ITALIA - MELFI - VENOSA BASILICATA
difficoltà: E
direttori: A. Ciocca - L. Di Bari
- venerdì 16 dicembre
SCAMBIO AUGURI

OTTOBRE

NOVEMBRE

DICEMBRE

- MTB** domenica 9 gennaio
MOTE CALVO GARGANO
difficoltà: MC
direttori: M. Russo - F. Velluto
- MTB** domenica 13 febbraio
CAMPITELLO MATESE
RIFUGIO GALLINOLA MOLISE
difficoltà: MC / EAI
direttori: A. Mansueto - F. Velluto
- MTB** domenica 13 marzo
SUI PASSI DI FEDERICO II
LUCERA-CASTELFIORENTINO MONTI DAUNI
difficoltà: TC
direttori: P. Antonacci - M. Russo
- MTB** domenica 10 aprile
VIE DI TRANSUMANZA
LUCERA-CASTEL DI SANGRO ABRUZZO
difficoltà: MC
direttori: P. Antonacci - M. Russo
- MTB** domenica 15 maggio
SASSO DI CASTALDA
SENTIERO FRASSATI BASILICATA
difficoltà: BC
direttori: A. Mansueto - M. Russo
- MTB** domenica 19 giugno
CAMPO SCUOLA
RIFUGIO CASONETTO MONTI DAUNI
- MTB** domenica 26 giugno
CASTELPAGANO GARGANO
notturna
difficoltà: MC
direttori: P. Antonacci - A. Mansueto
- MTB** sabato 16 e domenica 17 luglio
EREMI DI CELESTINO V
MAIELLA ABRUZZO
difficoltà: BC
hiking **RIFUGIO POMIGLIO - MONTE AMARO**
difficoltà: EE
direttori: A. Mansueto - F. Velluto
- MTB** domenica 25 settembre
MASSICCIO DEL TABURNO CAMPANIA
difficoltà: MC
direttori: M. Russo - F. Velluto
- MTB** sabato 8 e domenica 9 ottobre
SENTIERO FRASSATI
RIFUGIO CASONETTO MONTI DAUNI
con ASD MTB'S FRIENDS ABRUZZO
difficoltà: MC
direttori: A. Mansueto - F. Velluto
- MTB** domenica 13 novembre
BOSCO QUARTO GARGANO
difficoltà: MC
direttori: M. Russo - F. Velluto

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
Itinerari che si svolgono quasi sempre su sentieri, oppure su tracce di passaggio in terreno vario (pascoli, detriti, pietraie), di solito con segnalazioni a dislivello fino a 1.000 m. Richiedono un certo senso di orientamento, una certa conoscenza del territorio montano, allenamento alla camminata e calzature ed equipaggiamento adeguati.

EE = ESCURSIONISTI ESPERTI
Itinerari generalmente segnalati, ma che implicano una capacità di muoversi per sentiero o tracce di sentiero impervio ed infido (pendii ripidi e/o scivolosi per erba, o misti di rocce ed erba, tratti di roccia, pietraie e nevai non ripidi, tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche). Necessitano: esperienza di montagna e conoscenza dell'ambiente alpino; passo sicuro ed assenza di vertigini, equipaggiamento, abbigliamento 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
Percorsi attrezzati o vie ferrate per cui è necessario l'uso dei dispositivi di autoassicurazione (imbragatura, dissipatore, moschettoni, cordini), di equipaggiamento individuale di protezione (casco, guanti). Occorre essere a conoscenza inoltre delle tecniche base di autoassicurazione ed uso dei materiali di equipaggiamento.

EAI = ESCURSIONISTI AMBIENTE INNEVATO

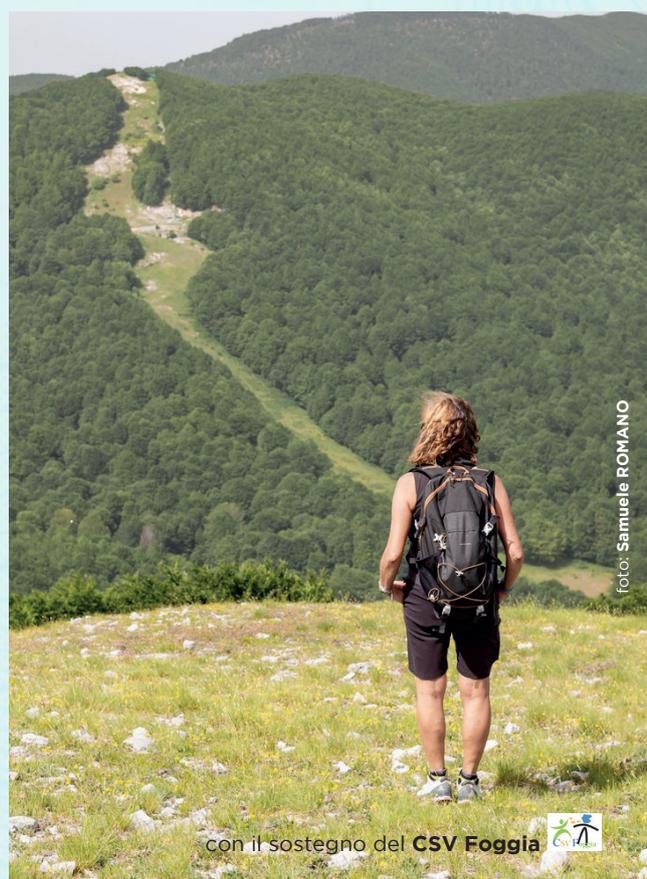


Foto: Samuele ROMANO

DIFFICOLTÀ IN MOUNTAIN BIKE

TC = TURISTICO

Percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile.

MC = MEDIE CAPACITÀ

Per cicloescursionisti con media capacità tecnica: percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o su sentieri con fondo compatto e scorrevole.

BC = BUONE CAPACITÀ

Per cicloescursionisti di buone capacità tecniche: percorso su sterrate sconesse o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale.

OC = OTTIME CAPACITÀ

Per cicloescursionisti di ottime capacità tecniche: percorso con profilo altimetrico impegnativo su sentieri dal fondo molto sconnesso e irregolare, con presenza di ostacoli.

