



CAI SEZIONE DI FOGGIA

CALENDARIO 2024

» DELLE ATTIVITÀ SOCIALI «



C.A.I. FOGGIA TESSERAMENTO CAI 2024

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 2024

Socio ordinario (sopra i 25 anni) / € 55,00 (1ª iscrizione) - € 50,00 (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 Luigi Sbano, 113 (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 2024-2025

Presidente
Nadia FABRIS

Vice-Presidente
Raffaele BERLANTINI

Consiglieri:
Riccardo CUSMAI
Carmine DE BELLIS
Giustina DE PALO
Ester GUIDA

Renzo INFANTE
Fernando LELARIO
Claudia PALMIERI



CLUB ALPINO
ITALIANO
SEZIONE DI FOGGIA

PROGRAMMA ESCURSIONI

2024

domenica 14 gennaio
**MATTINATA-MONTE SARACENO
MONTE LA GUARDIA GARGANO**

difficoltà: E / direttori: R. Berlantini - A. Fischetti

domenica 21 gennaio
**SAN MARCO IN LAMIS
DOLINA 100 POZZI GARGANO**

difficoltà: T-E — direttori: R. Berlantini - A. Fischetti

domenica 28 gennaio
SENTIERISTICA

domenica 4 febbraio
COPPA SAN PASQUALE GARGANO

difficoltà: E-E/E — direttori: R. Lavanna, C. Forcella

domenica 11 febbraio
SENTIERISTICA

domenica 18 febbraio
SENTIERO ITALIA MONTI DAUNI

difficoltà: E — direttori: E. Guida - C. De Bellis

domenica 25 febbraio
**intersezionale CAI MATERA
TOMAIOLO-PULSANO-EREMI GARGANO**

difficoltà: E — direttori: F. Lelario - N. Fabris

domenica 25 febbraio
**intersezionale CAI GIOIA DEL COLLE
ciaspolata MATESE**

difficoltà: EE — direttori: R. Berlantini - E. Guida

domenica 3 marzo
SAN GIOVANNI ROTONDO - VALLE GRANDE GARGANO

difficoltà: EE — direttori: G. Ferrara - N. Zoretti

domenica 10 marzo
PANTANO - BOSCO QUARTO

difficoltà: E / direttori: E. Ciuffreda - S. Romano

domenica 17 marzo
MURGIE

diff.: E — direttori: C. Forcella - R. Lavanna - C. Palumbo

domenica 24 marzo
**CAMMINO DI SAN MICHELE, DA SAN GIOVANNI
A MONTE SANT'ANGELO GARGANO**

diff.: E — direttori: R. Infante - N. Fabris - S. Romano

sabato 17 aprile
**FAGLIA DI VALLE CARBONARA
MONTE SANT'ANGELO GARGANO**

diff.: EE — direttori: R. Berlantini - F. Mezzanotte

domenica 14 aprile
**intersezionale CAI AVELLINO
SANTUARIO DELL'AVVOCATA MONTI LATTARI**

difficoltà: EE — direttori: E. Guida - R. Infante

domenica 21 aprile
**VERGONE DEL LUPO - TORRE PALERMO
TAGLIATA GARGANO**

difficoltà: E — direttori: C. Forcella - R. Lavanna

da giovedì 25 a domenica 28 aprile
COSTIERA AMALFITANA

difficoltà: E — direttori: R. Cusmai - R. Infante

domenica 28 aprile
VALLE DEL CERVARO MONTI DAUNI

difficoltà: T — direttori: P. Russo - G. Ciavarella

mercoledì 1 (o sabato 4) maggio
**70° ANNIVERSARIO COSTITUZIONE CNSAS:
IL SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO
INCONTRA I SOCI CAI DELLA PUGLIA**

domenica 5 maggio
**intersezionale CAI NAPOLI
TRAVERSATA CETARA-MAJORI MONTI LATTARI**

difficoltà: E — direttore: E. Guida

sabato 12 maggio
**CASCATE DELLA MORRICANA
MONTI DELLA LAGA ABRUZZO**

diff.: E — direttori: C. Fatone - A. Lorusso - S. Romano

giovedì 16 maggio
**FESTA DI SANT'ALBERTO (DAL CENTRO DI
PIETRA MONTECORVINO AL SITO ARCHEOLOGICO)**

difficoltà: T — direttori: A. Scibinico - R. Infante

domenica 19 maggio
MONTE SACRO E LE ORCHIDEE GARGANO

difficoltà: T — direttori: G. Ciavarella - N. Fabris

domenica 26 maggio
**MONTE VERGINE
SUL SENTIERO DEI PELLEGRINI**

difficoltà: E — direttori: R. Infante - S. Romano

sabato e domenica 1-2 giugno
**EREMO DI S.VENAZIO E MONTE TINO
SERRA DI CELANO ABRUZZO**

difficoltà: E-EE — direttori: C. Fatone - S. Romano





CLUB ALPINO
ITALIANO
SEZIONE DI FOGGIA

PROGRAMMA ESCURSIONI

2024

domenica 9 giugno
**NOTTURNA SAN GIOVANNI ROTONDO
MONTE CALVO GARGANO**

difficoltà: E — direttore: N. Zorretti

sabato e domenica 15-16 giugno
**CIVITELLA E CAMOSCIARA PASSO GODI
MONTE GRECO - BARREA ABRUZZO**

difficoltà: EE — direttori: G. Ciavarella - S. Romano

domenica 16 giugno
VIGNANOTICA GARGANO

difficoltà: E — direttori: R. Cusmai - M. Manna

domenica 23 giugno
**intersezionale CAI BARI E CAMPOBASSO
MONTE MUTRIA**

difficoltà: EE — direttore: R. Berlantini

domenica 30 giugno
MONTE CAMICIA E TREMOGGIA GRAN SASSO

difficoltà: EE — direttori: T. Bonfitto - G. Ferrara

da sabato 13 a sabato 20 luglio
**intersezionale CAI MACERATA
USSITA-CASTEL S. ANGELO SUL NERA MONTI SIBILLINI**

difficoltà: E — direttore: E. Gifuni

sabato 27 luglio
**CASONETTO: BUSHCRAFT, NODOLOGIA E TECNICHE
ALPINISTICHE DI BASE, ATTIVITÀ GIOVANILE**

difficoltà: E — direttori: G. Ferrara - N. Zorretti

domenica 1 settembre
TABURNO CAMPOSAURO

difficoltà: EE — direttori: T. Mansueto - S. Romano

domenica 8 settembre
CIRCHI GLACIALI - CAMPANARIELLI MOLISE

difficoltà: EE — direttori: R. Berlantini - F. Croce

domenica 8 settembre
MONTECALVO GARGANO

difficoltà: E — direttori: E. Ciuffreda - S. Romano

sabato 14 e domenica 15 settembre
**intersezionale CAI NAPOLI
MONTE BULGHERIA CILENTO**

difficoltà: E — direttore: E. Guida

domenica 22 settembre
**intersezionale CAI BARI E GIOIA DEL COLLE
FERRATA VOLTURARA**

difficoltà: EE — direttore: R. Berlantini

domenica 22 settembre
CASTELFIORENTINO

difficoltà: T — direttori: N. Fabris - G. De Palo

domenica 29 settembre
**FORESTA UMBRA
LOCALITÀ CORTIGLI GARGANO**

difficoltà: E — direttori: R. Cusmai - C. Palmieri

sabato 5 e domenica 6 ottobre
POLLINO BASILICATA

difficoltà: E — direttori: C. Forcella - R. Lavanna

domenica 6 ottobre
**ALTA VALLE DEL CELONE
SENTIERO DEI MULINI MONTI DAUNI**

difficoltà: E — direttori: T. Mansueto - C. Riccio

domenica 13 ottobre
USCITA DI BIRDWATCHING CON LA LIPU

difficoltà: E — direttore: D. Mazzardo

domenica 13 ottobre
OPI ABRUZZO

difficoltà: EE — direttori: I. Conte - M. Manna

domenica 20 ottobre
**intersezionale sottosezione CAI LECCE
e sezione CAI GIOIA DEL COLLE
ANELLO MONTE CORNACCHIA MONTI DAUNI**

difficoltà: E — direttori: G. DePalo - N. Fabris

domenica 27 ottobre
SENTIERISTICA

domenica 3 novembre
SENTIERO FRASSATI

difficoltà: E — direttori: F. Lelario - R. Infante

domenica 10 novembre
**intersezionale CAI CAMPOBASSO
COLLE DELLA VALVA**

difficoltà: E — direttori: D. Mazzardo - B. Chiango

domenica 17 novembre
MINIERA DI BAUXITE E DINTORNI

diff.: E — direttori: R. Berlantini - I. Conte - M. Manna

domenica 20 novembre
**FORESTA UMBRA - IMMERSIONE FORESTALE
GARGANO**

difficoltà: E — direttori: A. Lorusso - R. Lavanna

domenica 1 dicembre
FORESTA UMBRA - TORRE DI SAGRO GARGANO

difficoltà: E — direttori: R. Cusmai - C. Palmieri

domenica 8 dicembre
SENTIERISTICA

domenica 15 dicembre
MONTE SARACENO - NECROPOLI- MUSEO

difficoltà: T — direttori: C. Forcella, R. Lavanna

venerdì 20 dicembre
**BRINDISI DI FINE ANNO E
PRESENTAZIONE NUOVO LIBRETTO**

domenica 22 dicembre
BRINDISI NATALIZIO AL RIFUGIO CASONETTO





CLUB ALPINO ITALIANO SEZ. DI FOGGIA

PROGRAMMA CICLOESCURSIONISMO

2024

domenica 14 gennaio
ANELLO DEL LAGO DI VARANO GARGANO
difficoltà: MC / direttori: F. Velluto - F. Mezzanotte

domenica 11 febbraio
MONTI DEL MATESE - CAMPITELLO GALLINOLA
ESCURSIONE IN AMBIENTE INNEVATO
diff.: MC EAI - direttori: F. Velluto - A. Mansueto

sabato 23 e domenica 24 marzo
SENTIERO ITALIA MOLISE PUGLIA
ALTILIA - SAN MARCO LA CATOLA
difficoltà: MC - direttori: F. Velluto - M. Russo

domenica 21 aprile
CICLOVIA DEI TRABOCCHI ABRUZZO
difficoltà: TC - direttori: M. Russo - A. Mansueto

domenica 19 maggio
CASTELLI FEDERICIANI - LUCERA
difficoltà: TC - direttori: M. Russo - A. Mansueto

domenica 16 giugno
SENTIERO FRASSATI MTB E VIE FERRATE
BASILICATA
difficoltà: MTB MC/OC - Via Ferrata EEA
direttori: A. Mansueto - P. Salvia

sabato 6 e domenica 7 luglio
VAL D'AGRI MONTE DEL PAPA
APPENNINO LUCANO
diff.: MTB MC/OC - Via Ferrata del Redentore Maratea EEA
direttori: A. Mansueto - P. Salvia

DIFFICOLTÀ IN CICLOESCURSIONISMO

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 sconnesse 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.

sabato 10 e domenica 11 agosto
NOTTURNA SOTTO LE STELLE IN MTB
SAN LORENZO MONTI DAUNI
DIDATTICA DI GUIDA BASE IN MTB
AL RIFUGIO CASONETTO CASTELLUCCIO VALMAGGIORE
escursione notturna difficoltà: MC/MC
didattica per tutti
direttori: F. Velluto - M. Russo - A. Mansueto

domenica 29 settembre
ANELLO DEL LAGO DI OCCHITO
difficoltà: MC - direttori: F. Velluto - A. Mansueto

domenica 27 ottobre
FRASSATI DI PUGLIA MONTI DAUNI
diff.: MC / BC - direttori: A. Mansueto - M. Russo

domenica 10 novembre
ABBAZIA DI PULSANO GARGANO
difficoltà: MC - direttori: F. Velluto - A. Mansueto

sabato 28 dicembre
GLI AUGURI PIU' ALTI DI PUGLIA
MONTE CORNACCHIA MONTI DAUNI
difficoltà: MC
direttori: F. Velluto - A. Mansueto - M. Russo

SCALE DELLE DIFFICOLTÀ IN TREKKING

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.

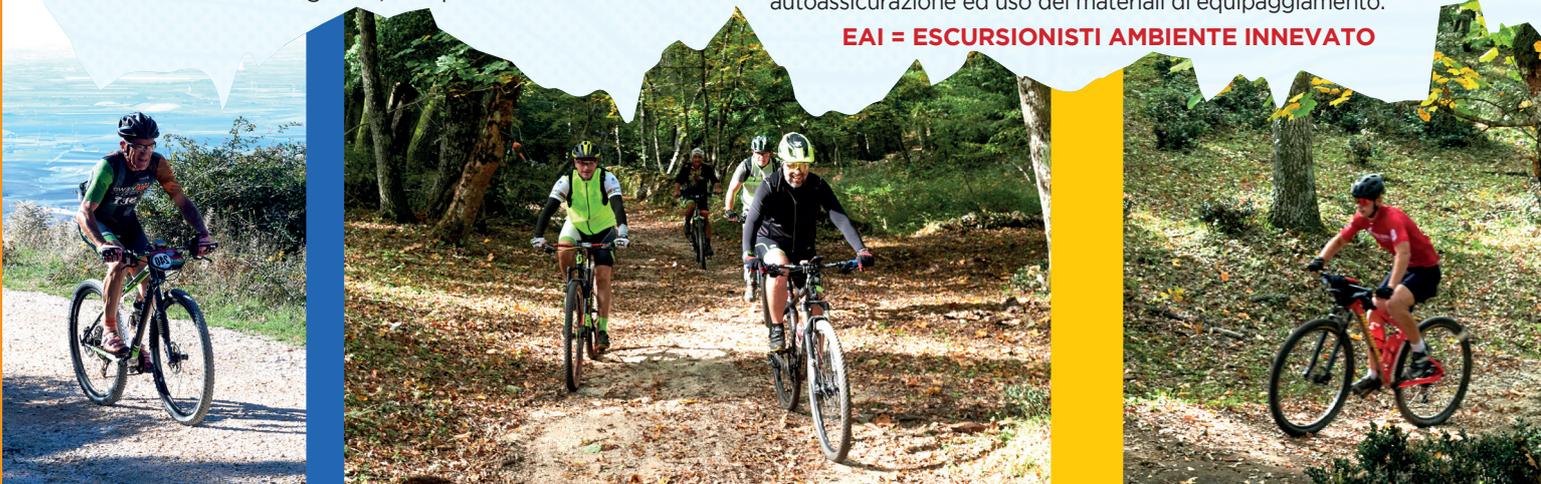
EE = ESCURSIONISTI ESPERTI

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



progettazione grafica: I