

Divertiti in sicurezza

Ti suggeriamo 7 regole fondamentali

Andare in montagna senza conoscerla e senza essere preparati vuol dire pericoli e procedere ad occhi bendati rinunciando alla possibilità di scoprire gioie e segreti affascinanti. Le statistiche parlano chiaro.

La maggior parte degli incidenti di montagna avvengono su percorsi non difficili e sono causati dall'imprudenza e dall'impreparazione.

Non cercare inconsciamente un'avventura temeraria e ricordati queste regole fondamentali:

- 1. Preparati fisicamente per poter sostenere gli sforzi che l'alpinismo comporta.**
- 2. Preparati moralmente con quella carica di energia interiore che consente di far fronte a qualsiasi evenienza.**
- 3. Preparati tecnicamente aggiornando le tue conoscenze sull'equipaggiamento e sul suo impiego in modo da poter procedere agevolmente su qualsiasi terreno.**
- 4. Conosci la montagna ed i suoi pericoli (scariche di pietre, valanghe, crepacci, maltempo) in modo da poterli evitare. Informati sulle previsioni meteorologiche.**
- 5. Non lasciarti trascinare dall'ambizione o da un malinteso spirito di emulazione di imprese superiori alle tue possibilità.**
- 6. Stai costantemente all'erta soprattutto là dove le difficoltà diminuiscono e quando la stanchezza annerchia i tuoi riflessi.**
- 7. Sappi rinunciare, non c'è da vergognarsi: le montagne attendono sempre.**

RICORDA SOPRATTUTTO UNA COSA IMPORTANTISSIMA: rispetta sempre l'ambiente che ti circonda, difendilo, proteggilo, conservalo in tutte le sue componenti ed amalo con convinzione, con i fatti e non solo con le parole, con il tuo esempio concreto.

Norme per i partecipanti alle gite sociali

Per partecipare alle attività della Sezione è necessario essere in regola con il tesseramento per l'anno in corso.

Il programma di ogni gita sarà affisso alla bacheca della Sezione e pubblicato sul sito web sezionale. Le iscrizioni si effettuano presso i coordinatori e si chiudono di norma il giovedì, salvo disponibilità di ulteriori posti.

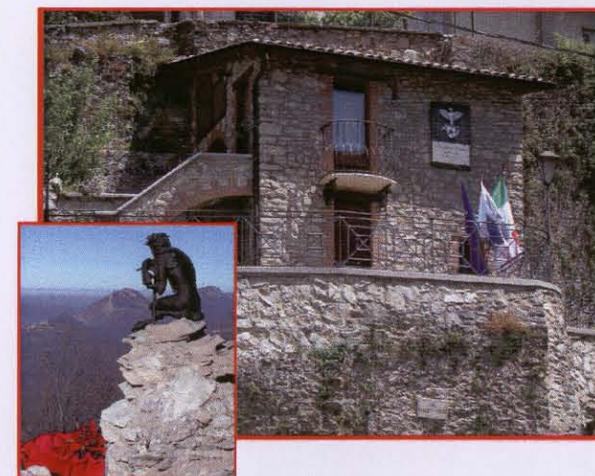
I coordinatori, a loro insindacabile giudizio, possono negare l'iscrizione alle varie gite allorché non ritengano i richiedenti o la loro attrezzatura idonei a frequentare le stesse. Con l'atto d'iscrizione alla gita, il socio s'impegna a rispettare il programma dell'escursione in ogni sua parte e si assume la responsabilità per gli eventuali danni arrecati a se stesso, a cose o ad altri. Per le gite che si effettuano con l'uso di mezzi privati messi a disposizione dai soci partecipanti, si precisa che la gita ha ufficialmente inizio nel momento in cui vengono lasciati i mezzi occorsi per raggiungere il luogo fissato dal coordinatore, per l'inizio della gita a piedi. Resta pertanto esclusa ogni e qualsiasi responsabilità da parte del CAI Sezione di Carsoli "Sandro Iacuitti" per danni a persone, animali e cose, o per controversie che dovessero insorgere durante detto trasporto. Quanto sopra vale anche per il ritorno, intendendosi la gita conclusa con l'arrivo dei partecipanti agli automezzi privati utilizzati per il rientro.



CLUB ALPINO ITALIANO



Sezione di Carsoli "Sandro Iacuitti"



2013

CALENDARIO ESCURSIONI SOCIALI

Calendario Escursioni Sociali Anno 2013

13 gennaio - ore 8.00 M. Fontecellese
Salita commemorativa al cippo di Sandro Iacuitti

Coord.: Mario F. 3393728299
Eligio E. 3385449071

27 gennaio - ore 7.00 Monte Terminillo
Escursionistica AI - Alpinistica - Scialpinistica

Coord.: Mauro G. 3292321802
Daniele G. (IA) 3382732023

10 febbraio - ore 7.00 Marsia
uscita didattica su neve - scuola
Scialpinismo "Rosa dei Venti"
Alpinistica - Scialpinistica

Coord.: Massimo B. 3284422001
Giampiero G. 3339316928

17 febbraio - ore 7.00 Racchette in Gran Sasso
Escursionistica con racchette da neve

Coord.: Eligio E. 3385449071
Angelo M. 3403452622

10 marzo - ore 7.00 Canalone San Leonardo
Alpinistica - Scialpinistica

Coord.: Giovanni B. (AE) 3277395946
Tonino P. 3381634390

24 marzo - ore 7.00 Alpinistica al Gran Sasso
Alpinistica

Coord.: Mauro G. 3292321802
Giuseppe R. 3358485278

14 aprile - ore 7.00 Monte Gennaro
Escursionistica

Coord.: Gianluca F. 3392310353
Elisena M. 3387141156

28 aprile - ore 7.00 Canale Rionne
Alpinistica - Scialpinistica

Coord.: Marco S. 3357080310
Giampiero G. 3339316928

12 maggio - ore 8.00 Torretta di Vallevona
Escursionistica

Coord.: Mario F. 3393728299
Eligio E. 3385449071

**26 maggio - ore 8.00 Monti della Laga
"Valle delle 100 cascate"**
Escursionistica - Familiare

Coord.: Elda G. (AE) 3493011249
Paolo Z. 3397570637

9 giugno - ore 8.00 Traversata Marsia - Fontecellese
Escursionistica - Familiare

Coord.: Angelo G. 0863997905
Angelo M. 3403452622

23 giugno - ore 7.00 Laghetta da Campotosto
Escursionistica

Coord.: Eligio E. 3385449071
Giovanni B. (AE) 3277395946

7 luglio - ore 7.00 Arrampicata al Corno Piccolo
Alpinistica

Coord.: Mauro G. 3292321802
Daniele G. (IA) 3382732023

20/21 luglio - ore 15.00 Notturna al Gran Sasso
Escursionistica

Coord.: Mario F. 3393728299
Eligio E. 3385449071

25 agosto - ore 7.00 Uscita speleologica
Speleologica

Coord.: Guglielmo Di C. (IS) 3395279716

8 settembre - ore 7.00 Segnatura sentieri M.ti Carseolani
Escursionistica

Coord.: Mario F. 3393728299
Angelo M. 3403452622

22 settembre - ore 7.00 Monte Tino
Escursionistica

Coord.: Giuseppe R. 3358485278
Mario F. 3393728299

6 ottobre - ore 7.00 Arrampicata alla Mentorella
Alpinistica

Coord.: Mauro G. 3292321802
Daniele G. (IA) 3382732023

20 ottobre - ore 8.00 Uscita geologica
Escursionistica

Coord.: Anna V. 3470748267

10 novembre - ore 7.00 Castagnata sociale a San Martino
Escursionistica - Familiare

Coord.: Mauro R. 3386865019
Angelo G. 0863997905

24 novembre - ore 7.00 Uscita speleologica
Speleologica

Coord.: Guglielmo Di C. (IS) 3395279716

8 dicembre - ore 9.00 Polentata alla Chiesetta del Calvario
Familiare

Coord.: Massimo B. 3284422001
Angelo A.

L'organizzazione si riserva la facoltà di apportare modifiche al programma in relazione alle condizioni atmosferiche, numero dei partecipanti e situazioni contingenti. Il luogo di ritrovo e di partenza per tutte le escursioni è, a Carsoli, in località "Piè'la Porta".

Per le escursioni a cura dei soci di Tagliacozzo il luogo di ritrovo e di partenza è la piazza del Municipio di Tagliacozzo. Per le uscite a carattere **alpinistico e scialpinistico** sono obbligatori: scarponi ramponabili, piccozza, casco, ramponi, arva, sonda e pala. Per le uscite con **ferrata** sono obbligatori il casco e il kit da ferrata omologato.



**Scuola Sci-Alpinismo
"Rosa dei Venti"**

Tagliacozzo
Fabrizio Pietrosanti (INSA)
3313727194

www.caicarsoli.it
scuola.rosadeiventis@yahoo.it



**Gruppo Grotte e Forre
CAI Carsoli**

Guglielmo Di Camillo (IS)
3395279716

www.grotteforreabruzzo.com
grotteforreabruzzo@alice.it

Sottosezione di Celano

Reggente: Giuseppe Ruscio 3358485278

www.caicelano.it - contatti@caicelano.it

Gruppo di Tagliacozzo

Responsabile: Massimo Bonifaci 3284422001



**Sezione di Carsoli
"Sandro Iacuitti"**

Via Mario Galli snc - 67061 Carsoli (AQ)

www.caicarsoli.it info@caicarsoli.it