

## 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 anebbia 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.

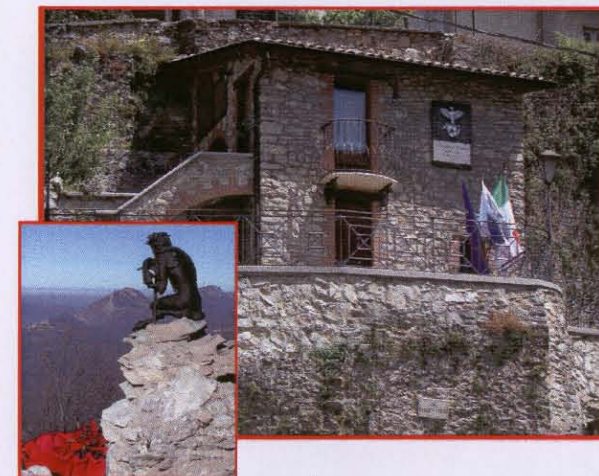
I coordinatori, a loro insindacabile giudizio, possono negare l'iscrizione alle varie gite allorché non ritengano i richiedenti o la loro attrezzatura idonei a frequentare le stesse. Con l'atto d'iscrizione alla gita, il socio s'impegna a rispettare il programma dell'escursione in ogni sua parte e si 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](http://www.caicarsoli.it)  
[scuola.rosadeiventis@yahoo.it](mailto:scuola.rosadeiventis@yahoo.it)



**Gruppo Grotte e Forre**  
CAI Carsoli

Guglielmo Di Camillo (IS)  
3395279716

[www.grotteforreabruzzo.com](http://www.grotteforreabruzzo.com)  
[grotteforreabruzzo@alice.it](mailto:grotteforreabruzzo@alice.it)

**Sottosezione di Celano**

Reggente: Giuseppe Ruscio 3358485278

[www.caicelano.it](http://www.caicelano.it) - [contatti@caicelano.it](mailto: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](http://www.caicarsoli.it) [info@caicarsoli.it](mailto:info@caicarsoli.it)