

SCALE DELLE DIFFICOLTÀ ESCURSIONISTICHE

ITINERARIO TURISTICO - T

Escursione su sentieri ben segnati e/o evidenti poco esposti; dislivelli complessivi non superiori a 400 mt. e durata non oltre le 4 ore totali alla portata di tutti per difficoltà e lunghezza.

ITINERARIO TURISTICO - E

Escursione su sentieri segnati e/o tracciati, mediamente impegnativi per lunghezza del percorso e/o dislivello da superare.

ITINERARIO PER ESCURSIONISTI ESPERTI - EE

Escursione su sentieri non segnati e/o poco tracciati, su terreni impervi, con eventuali tratti innevati. È necessario: capacità di orientamento nel superare tratti esposti e/o forti dislivelli.

ITINERARIO PER ESCURSIONISTI ESPERTI ED ATTREZZATI - EEA

Stesse caratteristiche degli itinerari EE, con tratti attrezzati (mancorrenti, corde fisse). Sono necessarie esperienze su ferrate e ghiacciaio ed una attrezzatura tecnica adeguata (picozza, ramponi, corda, moschettoni e/o kit da ferrata).

PRENOTAZIONI

Per partecipare alle escursioni è necessario prenotarsi almeno dieci giorni prima della data prevista e comunicare entro il mercoledì precedente l'escursione. Per ogni richiesta è richiesto un contributo spese di L. 2.000 per le escursioni effettuate con mezzo proprio, se metallo o altro, scalette, pioli, staffe, etc.) ghiacciati o misti.

il Domani
della Calabria

BRUNK



Forniture Macchine ed Arredamenti per Ufficio
Sistemi e Prodotti per l'Ufficio Hardware - Software

Via Italia 77/79 - Catanzaro Tel. 0961.723001 r.a. 723002 fax

CARAMELLE - GADGET
BALOON ART - BOMBONIERE

**Bon
bon
Way**

C.so Mazzini, 35
Tel. 0961.744554
88100 CATANZARO



S.a.s. Di CANTAFIO PASQUALE & C.

CATANZARO via F.sco Acri 14/A
Tel. 0961.742999
La Ideal Ottica pratica a tutti i
Soci CAI lo sconto del 25%



**CREDITO
COOPERATIVO**

**CREDITO
COOPERATIVO CENTRO CALABRIA**

Sede sociale e Direzione Generale:
V.le Gramsci, 44 - Tel. 0961.961566
88050 Cropani Marina (Cz)

Filiali: S. Vito sullo ionio - Tel. 0967.96617-8
Sersale - Tel. 0961.931786 - Fax 0961.931785

MONTALTO
dal 1937 **SPORT**

P.zza Nicola Misasi 6 COSENZA tel. 0984.21067
FITNESS - SPORTSWEAR

CONCESSIONARIA



IGEA CALABRIA

C.da Granoriso zona industriale
88040 Marcellinara
Tel. 0961.996491 - 996492

Ortopedia e Protesi



L'unica con un secolo di storia

Officina	Filiali	SOVERATO
CATANZARO	LAMEZIA TERME	via Risorgimento
viale Pio X, 170	via Trento, 97	BOTRICELLO
Tel. 0961.720748	Tel. 0968.200689	via Nazionale



**CREDITO
COOPERATIVO**

BANCA DI CREDITO COOPERATIVO CARLOPOLI



Club Alpino Italiano

Sezione di Catanzaro

**PROGRAMMA
ATTIVITA' SOCIALI**

2001

SEDE: Via Case Arse, 29
88100 CATANZARO
Tel. 0961.727929
www.caicz.com

Aperta mercoledì e venerdì
ore 19.00 - 21.00

PROGRAMMA 2001

I VENERDÌ SARANNO EFFETTUATE PROIEZIONI DI DIAPOSITIVE E FILMS SULLA MONTAGNA

INOLTRE SARÀ EFFETTUATO UN CORSO DI 6 LEZIONI DI PRONTO SOCCORSO TENUTO DA PERSONALE ESPERTO

FEBBRAIO

- CORSO DI SCI DI FONDO per principianti (4 domeniche da concordare in sezione)

11 - ASCENSIONE SU GHIACCIO PARETE NORD DOLCEDORME - Difficoltà: EEA
Organizzazione: Santone - Greco

18 - ESCURSIONE SCI DI FONDO - TIMPONE MORELLO TIRIVOLO e ritorno - Difficoltà: E
Organizzazione: Greco - Fichera

MARZO

4 - RADUNO SCI DI FONDO GAMBARIE D'ASPROMONTE
Organizzazione: Buttiglieri - Garcea

11 - CONCLUSIONE CORSO SCI DI FONDO
17-18 - ESCURSIONE SCI DI FONDO SUL POLLINO COLLE DELL'IMPISO - SERRA DELLE CIAVOLE - Difficoltà: EE -
Organizzazione: Greco - Buttiglieri

25 - ESCURSIONE SUL FIUME CORACE LOCAL. CORAZZO RUDERI ABAZIA - Difficoltà T
Organizzazione: Ferraro - Olanda

APRILE

Per tutto il mese -
"CORSO DI ARRAMPICATA SU ROCCIA" -
- Mercoledì sera teoria in sede -
- Sabato pratica Pietra di Fota -

1 - ESCURSIONE ARCHEOLOGICA VALLE BASSA DEL CROCCHIO - Difficoltà T
Organizzazione: Fichera - Spagnolo

22 - ESCURSIONE IN MOUNTAIN BIKE SILA PICCOLA - Difficoltà T
Organizzazione: Scartaghiande - La Gala

29-30/1MAG. - STROMBOLI, ESCURSIONE GUIDATA AL CRATERE CON IL CAI DI COSENZA per escursionisti allenati
- Prenotarsi almeno 40 gg. Prima
Organizzazione: Ghionna - R. Mele

MAGGIO

6 - SILA PICCOLA - TREPIDÒ CHIESOLA DIRUTA - Difficoltà: T
Organizzazione: Ferraro - Olanda

12-13 - ESCURSIONE SULL'ETNA Difficoltà E
Organizzazione: Buttiglieri - Santone

17-18 - CICLO TREKKING CON CAI DI PADOVA SILA PICCOLA - MADONNA DI PORTO in Mountain Bike - Difficoltà EE
Organizzazione: Scartaghiande - Coppola

20 - RISALITA TORRENTE BELTRAME (Soverato) ESCURSIONE GEOLOGICA-NATURALISTICA - Diff. T
Organizzazione: Fichera - Lanza - Barbuto

26-27-28- Esc. Intersezionale con CAI dell'Aquila MONTE VELINO - (ABRUZZO) - Difficoltà EE
Organizzazione: Morise - Scartaghiande

GIUGNO

3 - TORRENTISMO FIUMARA DELLA FORESTA (Sila Piccola) Difficoltà EE
Organizzazione: Iritano - Greco

10 - Esc. Intersezionale con CAI di Castrovillari TRAVERSATA DEL POLLINO - PIANI DI RUGGIO COLLE MARCIONE - Difficoltà: EE
Organizzazione: Greco - Santone

16-17-Escursione Intersezionale con CAI di Catania
SICILIA - MONTI IBLEI - CAVA GRANDE DEL CASSIBILE - Difficoltà: E - Organizz.: Angotti
24 - RISALITA FIUMARA ALLARO - (CAULONIA-RC) Difficoltà: E
Organizzazione: Luzzo - Benincasa

LUGLIO

1 - TRAVERSATA MONTENERO - SILA GRANDE Da CAGNO A NOCELLE (LAGO ARVO) - Diff. E
Organizzazione: Scotto - Fantini (gruppo Crotone)

15 - TORRENTISMO - RISALITA FIUME AMATO Da MARCELLINARA - Difficoltà E
Organizzazione: Greco - Iritano

22 - SILVANA MANSIO - ANELLO MONTI DELLA PORCINA STRADA VETTE - Difficoltà E
Organizzazione: Scotto - Fantini (gruppo Crotone)

SETTEMBRE

8 - (Sabato)- Eскур. Intersez. con CAI di Catania ASPROMONTE - PUNTONE GALERA - CASCATE FORGIARELLE Diff. EE
Organizzazione: Angotti

23 - Fontana di Pittina-Belvedere (Laghetto di Mongiana) Santa Maria durata circa 4 ore - Difficoltà E
Organizzazione: Tripodi - Scutellà

30 - CAFARDA - MONTE NOCELLA - TERMINE Difficoltà E
Organizzazione: Iritano - Spagnolo

OTTOBRE

7 - SILA GRANDE CIRCUITO OVEST DEL LAGO ARVO - PASSANDO PER LOCALITÀ CECI - Diff. T
Organizzazione: Ferraro - Olanda

21 - ESCURSIONE CATENA COSTIERA COSENTINA PAOLA - COZZO CERVELLO - Difficoltà E
Organizzazione: Garcea - Polito

28 - ESCURSIONE AL CIPPO GRANDINETTI SERRA DOLCEDORME - Difficoltà EE
Organizzazione: Greco - Benincasa

NOVEMBRE

1-2 - Eскур. Intersez. con CAI di Napoli MONTI LATTARI (COSTIERA AMALFITANA) -Diff. E
Organizzazione: Scotto - Polverino (CAI - Napoli)

4 - ESCURSIONE SPELEO - LOCALITÀ SCALEA GROTTA RISORGENZA PALAZZO - Difficoltà E
Organizzazione: Lo Giudice - Greco

DICEMBRE

15 - (Sabato) CENA SOCIALE appuntamento di fine anno
pe scambiarci gli auguri.

DURANTE LE ESCURSIONI I SOCI DEVONO ATTE-
NERSI ALLE DISPOSIZIONI DEGLI ORGANIZZATORI
E COLLABORARE ALLA BUONA RIUSCITA DELLA
GITA

COME ATTREZZARSI PER AFFRONTARE LA MONTAGNA

Innanzitutto imparare il corretto uso del materiale tecnico che si deve usare e verificarne l'efficienza prima di partire.

Cosa mettiamo nello zaino
(a seconda della stagione e le modalità dell'escursione)

Berretto di lana o pile, guanti, maglione supplementare, giacca a vento, mantellina, stringhe di ricambio, occhiali da sole, crema solare, fazzoletti, borraccia, colazione a sacco, sacchetto per rifiuti, cassetta di pronto soccorso, lampada frontale o torcia elettrica, coltello, bussola.

Cosa lasciare nell'automezzo
Un ricambio completo di vestiario e scarpe.

Come vestirsi
Vestirsi a strati in modo da poter togliere o indossare i vari indumenti a seconda delle condizioni climatiche ricordando che il corpo deve traspirare e che lo strato superficiale deve poter proteggere dal vento e dalla pioggia.

QUOTE ASSOCIATIVE 2001
SOCIO ORDINARIO L. 80.000
FAMILIARE L. 26.000
GIOVANE (UNDER 18) L. 20.000