

PROGRAMMA DI ARRAMPICATA

16 marzo Falesia Acqua Rossa. Cerchiara di Calabria. Org.: G. Vancieri
27 aprile Colle Cornice. Castrovillari. Org.: P. Viceconte, A. Sangineto
11 maggio Civita. Falesia Petto Palummo. Org.: G. Vancieri, M. Pesce
22 giugno Tutti Fuori! Bimbi In Falesia. Org.: D. Salvatore, L. Macrini
29 giugno Palinuro. Org.: A. Sangineto
13 settembre Volturara. Via Ferrata e Arrampicata in Falesia.
Org.: G. Vancieri
27/28 settembre Timpa Falconara. Arrampicata sportiva e alpinistica.
Org.: A. Sangineto
26 ottobre Civita. Falesia Onde di Pietra. Org.: G. Martino, C. Vitale

PROGRAMMA DI SPELEOLOGIA

23 febbraio Cerchiara di Calabria. Grotta Antro degli Elfi.
Intersezionale con il GASP! Org. A. Sangineto, M. Pesce
23 marzo Grotta Grave Grubbo. Verzino (KR). Org. L. Macrini, A. Tucci
6 Aprile Muro Lucano (PZ). Grotta Dei Vucculi.
Con il Gruppo Speleo Melandro. Org. L. Macrini, F. Falcone
25 maggio Orsomarso. Grotta Risorgenza di Canale Palazzo.
Org. P. Schifino, F. Falcone
6/7 settembre Tutti Dentro! Bimbi In Grotta. Family CAI. Cerchiara di
Calabria. Grotta di Panno Bianco. Org. D. Salvatore, L. Macrini.
Intersezionale con la Sezione CAI di Gioia del Colle.
27/28 settembre Cerchiara di Calabria. Montagnattiva. Grotta Serra del
Gufo. Org. G. Vancieri, M. Pesce
12 ottobre S. Maria di Leuca (LE). Grotta Terra Dico.
Org. L. Macrini, F. Falcone. Con il Gruppo Speleologico Tricase
9 novembre Marsico Nuovo (PZ). Grotta Castel di Lepre. Org. G. Vancieri

PROGRAMMA DI CANYONING

29 marzo Cerchiara di Calabria. Caldanello. Org.: R. De Marco, D. Riga
12 aprile Verbicaro. Acqua della Fame. Org.: R. De Marco, D. Riga
7 giugno Aieta. Intronatore. Org.: R. De Marco, D. Riga
5 luglio Laino Borgo. Iannello. Org.: R. De Marco, D. Riga

QUOTE ASSOCIATIVE 2025

	Rinnovo	1 ^a Iscrizione
Socio Ordinario	€ 45,00	€ 50,00
Socio Familiare	€ 30,00	€ 35,00
Socio Juniores	€ 30,00	€ 35,00
Socio giovane (under 18)	€ 25,00	€ 30,00

Il pagamento della quota può essere effettuato anche attraverso bonifico bancario: codice IBAN: **IT69K0303280670010000000703**.

NUMERI UTILI

Ente Parco del Pollino	0973.669311
Soccorso Alpino	118
Carabinieri Forestali dello Stato	112
Vigili del fuoco	115
Pronto Soccorso	118
Polizia	113

SCALA DELLE DIFFICOLTÀ

In montagna, dove le condizioni ambientali sono molto variabili, una classificazione delle difficoltà è essenzialmente indicativa:

C = Culturale. Itinerario di interesse culturale, archeologico, storico, artistico.

T = Turistico (Facile per tutti).

E = Escursionistico (Mediamente difficoltoso).

EE = Escursionisti Esperti (difficoltoso).

A = Attrezzatura (imbrago, ramponi, piccozza, corde, tende etc).

I = attività in ambiente innevato

REGOLAMENTO ESCURSIONISTICO

Alle attività possono partecipare i soci del Club Alpino Italiano in regola con il tesseramento 2025. I non soci secondo le modalità previste dal regolamento escursionistico sezionale. Gli accompagnatori si riservano, in caso d'imprevisti, di modificare date e itinerari. Possono essere organizzate escursioni non previste avvertendo per tempo i soci.

Se i partecipanti sono numerosi o l'itinerario lo richiede i trasferimenti si effettueranno in autobus, suddividendo la spesa tra i soci; altrimenti con le auto, ottimizzandone il numero e contribuendo ai costi energetici. La partecipazione deve essere comunicata agli organizzatori entro il giovedì antecedente.

Prima di partecipare a un'escursione è necessario valutare le proprie condizioni fisiche, le capacità tecniche, l'abbigliamento e l'attrezzatura, raffrontarle alle caratteristiche del percorso in programma stabilendo l'opportunità di parteciparvi. La partecipazione costante e continua a tutte le uscite Sezionali consente di affrontare anche le escursioni più impegnative. È necessario partecipare alle riunioni del giovedì in Sede per una migliore organizzazione delle uscite. La commissione escursionismo effettuerà il monitoraggio delle presenze per evitare pregiudizi alla regolarità delle attività ed ai partecipanti. Consenso informato. L'adesione e la partecipazione all'escursione comporta la conoscenza e l'accettazione integrale e incondizionata del programma proposto e del regolamento escursionistico sezionale.

ABBIGLIAMENTO ED EQUIPAGGIAMENTO

Le indicazioni riportate devono correlarsi alla stagione e alle modalità di svolgimento delle attività.

Berretto, guanti, maglione supplementare o pile, giacca a vento, impermeabile, scarponi da trekking, foulard.

Zaino, borraccia per l'acqua, ramponi, piccozza, racchette da neve, ghette, lampada frontale o torcia elettrica, coltello, bussola, fischietto, binocolo, altimetro, occhiali da sole; colazione al sacco, sacchetto per i rifiuti, pronto soccorso, crema solare. Vestirsi a strati in modo da togliere o indossare gli indumenti al mutare delle condizioni climatiche.

CONSIGLI UTILI

- Valuta attentamente le tue capacità e quelle dei compagni in relazione al percorso da effettuare. Documentati e scegli con cura l'itinerario. Se cammini in gruppo prevedi tempi di percorrenza in relazione agli escursionisti più lenti.
- Provvvedi ad un abbigliamento ed equipaggiamento adeguato all'impegno e alla lunghezza dell'escursione e porta nello zaino l'occorrente per eventuali situazioni d'emergenza, assieme ad una minima dotazione di pronto soccorso.
- Non andare da solo in montagna e in ogni caso lascia detto a qualcuno l'itinerario che prevedi di percorrere, avvisando al tuo rientro.
- Consulta sempre le previsioni metereologiche e osserva costantemente lo sviluppo del tempo.
- Nel dubbio torna indietro. A volte è meglio rinunciare che rischiare inutilmente. Prevedi itinerari alternativi di rientro.
- Riporta a valle i tuoi rifiuti. Rispetta la ora e la fauna. Evita di fare scorciatoie, segui il sentierio. Sei ospite: rispetta le culture e le tradizioni locali.



Club Alpino Italiano - Sezione di Castrovillari
Via Fratelli Cairoli, 80 - 87012 Castrovillari (CS)
Tel. 334 100 5054 - www.caicastrovillari.it - caicastrovillari@tin.it

PROGRAMMA ATTIVITÀ

Club Alpino Italiano
CASTROVILLARI

2025

GENNAIO

- 5 Escursione invernale con le racchette da neve. Itinerario da stabilire. Diff.: EAI - Org.: E. Iannelli
- 12 Escursione invernale con le racchette da neve. Itinerario da stabilire. Diff.: EAI - Org.: L. Macrini. Intersezionale con la Sezione CAI di Lagonegro.
- 15 Escursione turistica/culturale. Itinerario da stabilire. Diff.: T/C - Org.: G. Sangineti
- 19 Alpinismo invernale. Itinerario da stabilire. Diff.: EAI - Org.: G. Martino
- 26 Sentiero dei mulini. Da Grisolia ai ruderi di Cirella. Diff.: E - Durata: 6 ore - Org.: C. Primavera. Intersezionale con la Sezione CAI di Verbicaro

FEBBRAIO

- 2 POLLINOCIASPOLE. XVII Raduno con le racchette da neve. Diff.: TAI - Org.: E. Iannelli
- 9 Alpinismo invernale. Itinerario da stabilire. Diff.: EAI - Org.: G. Martino
- 16 Alpinismo invernale. Itinerario da stabilire. Diff.: EAI - Org.: G. De Luca, P. Buono
- 19 Escursione turistica/culturale. Itinerario da stabilire. Diff.: T/C - Org.: G. Sangineti
- 23 Orsomarso. Povera Mosca. Anello Valle dell'Argentino. Diff.: E - Durata: 3,30 ore - Org.: F. Di Giano, A. Rossano

MARZO

- 9 Alpinismo invernale. Itinerario da stabilire. Diff.: EAI - Org.: G. Martino
- 16/23 NEVEUISP. Settimana bianca organizzata dalla UISP a La Thuile (AO). Org.: E. Iannelli
- 16 Sant'Agata D'Esaro. Fontana di Cornia (951m) - Montea (1825m). Diff.: EEAI - Durata A/R: 9 ore - Org.: M. Sammarco, C. Primavera
- 23 Gravina in Puglia. Il sentiero dell'acqua e della pietra. Diff.: E - Durata: 4 ore - Org.: E. Spano, V. Martino. In collaborazione con il Gruppo CAI Corigliano/Rossano
- 30 Giornata di prevenzione contro l'osteoporosi. Informativa e screening. Itinerario da stabilire. Org.: C. Fasano, G. Cersosimo

APRILE

- 5 Assemblea Generale dei soci.
- 6 Civita. Masseria Francomano (1085m) - Serra delle Ciavole (1900m). Italus. Diff.: EE - Durata A/R: 8 ore - Org.: F. Di Giano, W. Bellizzi
- 13 PNCVD. Canale del Cervati. Alpinismo invernale. Diff.: F+ - Durata A/R: 10 ore - Org.: D. Ippolito, C. Vitale. In collaborazione con il Gruppo Speleo del Pollino.
- 21 Pasquetta CAI. Anello di Capo Palinuro. Diff.: E - Org.: C. Primavera. Intersezionale con la Sottosezione di Montano Antilia (SA).
- 22 Pasquetta CAI. Sentiero della Tragara. Diff.: E - Org.: C. Primavera. Intersezionale con la Sottosezione di Montano Antilia (SA).
- 25 Castrovillari. Piazza Giovanni XXIII (350m) - Madonna del Riposo - Monte Sant'Angelo (754m). Diff.: T/C Durata A/R: 4 ore - Org.: E. Iannelli, M. D'Atri

MAGGIO

- 1/4 Prealpi lombarde. Grigne e Resegone. Trekking e ferrate nel lecchese. Diff.: EE/EEA - Org.: G. Martino, G. Percoco
- 4 Santa Domenica Talao (304m) - Serra La Limpida (1061m). Diff.: E - Durata A/R: 6 ore - Org.: G. Cersosimo, W. Bellizzi
- 11 Lungro. I Greci del Tiro. Diff.: E - Durata: 7 ore Org.: P. Frega, P. Buono
- 18 Lagonegro. Lago Laudemio (1525m) - Monte Papa (2005m). Diff.: E - Durata A/R: 5 ore - Org.: C. Vitale, P. Viceconte
- 22 Serata sociale

- 25 S. Donato Ninea. Il giardino delle peonie di Piano di Marco. Diff.: E - Durata A/R: 5 ore - Org.: V. Maratea, M. Sammarco

GIUGNO

- 1/2 Le Valli Cupe di Sersale (CZ). Diff.: E - Org.: M. D'Atri, E. Costabile.
- 1 Focus Montagna e Fotografia. Itinerario da stabilire. Org.: A. Rossano, A. Fontanella, L. Patitucci.
- 8 Giornata nazionale dei sentieri e Federparchi. Intersezionale Regionale Calabria.
- 15 Giornata di Accompagnamento Solidale.
- 21/22 Belvedere. Trifari (720m) - Monte La Caccia (1744m). Pernottamento in rifugio. Diff.: EA - Org.: V. Martino, C. Primavera
- 29 Viggianello. Colle Impiso (1578m) - Nord Pollino (2248m). Diff.: E - Durata A/R: 7 ore - Org.: V. Martino, P. Viceconte

LUGLIO

- 4/5/6 Tour del Monviso. Diff.: EE - Org. E. Iannelli, G. Benedetti
- 6 Viggianello. Colle Impiso (1578m) - Il Patriarca (1995m). Diff.: E - Durata A/R: 7 ore - Org.: G. Cersosimo, B. Cersosimo. Intersezionale con la Sezione CAI di Verbicaro
- 12/13 Sila. Laghetto di Macchialonga. Pernottamento in tenda. Diff.: EA - Org.: G. Oliviero, V. Martino
- 20 Rotonda. Piano Ruggio (1533m) - Coppola di Paola (1919m). Diff.: E - Durata: 8 ore - Org.: W. Bellizzi, G. Cersosimo
- 27 CAIBYKE. La Fagosa. Org.: D. Monaco, P. Buono
- 27/31 Attività escursionistico/alpinistica sulle Alpi. Org.: E. Iannelli, G. Martino

AGOSTO

- 4 CamminiAMO Mormanno. Sentiero della Riverita. Diff.: E - Durata: 6 ore - Org.: G. Cersosimo, L. Perrone, O. Perrone
- 27/31 Cadore (BL). Attività escursionistica. Diff.: E - Org.: M. D'Atri, M. Belmonte

SETTEMBRE

- 6/7 Family CAI. In collaborazione con la Sezione CAI di Gioia del Colle. Org.: L. Macrini, D. Salvatore
- 14 S. Lorenzo Bellizzi (830m) - Serra di Paola (1386m). Diff.: E - Durata A/R: 4 ore - Org. F. Crescente, G. Cersosimo. In collaborazione con l'Ass. Oltretimpe Outdoor Experience
- 10/14 PNCVD. Settimana Nazionale dell'Escursionismo.
- 20/21 Gran Sasso. Via dei Laghetti al Monte Prena (2561m) Diff.: EEA - Org. G. Martino
- 20 Morano Calabro. Campigliuni (1000m) - Monte Cappellazzo (1210m). Diff.: E - Durata A/R: 3 ore - Org.: F. Sallorenzo. Intersezionale con la Sezione CAI di Foggia.
- 21 Viggianello. Colle Impiso (1578m) - Pollinello (1820m). Escursione botanico/forestale. Diff.: EE - Durata A/R: 8 ore Org.: E. Pisarra, E. Iannelli
- 25 Serata sociale.
- 27/28 Cerchiara di Calabria. MontagnAttiva. Trekking, Arrampicata, Speleologia. A cura della Sottosezione di Cerchiara di Calabria.

OTTOBRE

- 4 Viggianello. Colle dell'Impiso (1578m) - Serra Crispo (2050m). Diff.: EE - Durata A/R: 7 ore - Org.: W. Bellizzi, C. Primavera. Intersezionale con la Sottosezione CAI di Montano Antilia (SA).
- 5 Civita. Colle Marcione (1320m) - Monte Manfrana (1980m) Diff.: E - Durata A/R: 8 ore - Org.: V. Martino, E. Iannelli. Intersezionale con la Sottosezione CAI di Montano Antilia (SA).
- 11/12 Trekking in Salento. Diff.: T/E. Org.: D. L'Abbate, C. Primavera
- 18 S. Lorenzo Bellizzi. Grotta di Pietra Sant'Angelo. Diff.: T/C - Durata A/R: 5 ore - Org.: C. Zicari, E. Iannelli. In collaborazione con il Gruppo Archeologico del Pollino.

- 18 Civita. Alpinismo. Serra delle Ciavole. Via Ferranti/Caldarola. Diff.: EEA - Durata A/R: 10 ore - Org.: G. Martino. Intersezionale con la Sezione CAI di Belpasso (CT)
- 19 Sasso di Castalda. Ferrate Arenazzo e Belvedere. Diff.: F - Org.: C. Primavera, L. Macrini. Intersezionale con la Sezione CAI di Belpasso (CT).
- 25/26 Verbicaro. Escursione al tramonto. Piano Campolongo (1015m) - Castello Brancato (922m). Diff.: E - Durata A/R: 5 ore - Org.: V. Martino, R. Romeo. Intersezionale con la Sezione CAI di Reggio Calabria.
- 31-10/2-11 Parco Naturale dei Monti Aurunci. Intersezionale con la Sezione CAI di Esperia. Org.: C. Primavera

NOVEMBRE

- 9 Laino Castello. Madonna degli Scolari (536m) - Campicello (249m). Diff.: E - Durata: 4 ore - Org.: M. D'Atri, F. Crescente, E. Iannelli
- 9 Morano. Gavutu Russo. Diff.: EE - Durata A/R: 8 ore - Org.: D. Ippolito, P. Viceconte. In collaborazione con il Gruppo Speleo del Pollino.
- 16 Civita. Colle Marcione (1237m) - Palma Nocera (700m). Diff.: EE - Durata A/R: 5 ore - Org.: V. Martino, C. Vitale
- 23 Lungro. Anello di Serra Cuparelli. Diff.: E - Durata: 7 ore - Org.: P. Buono, P. Frega
- 30 Mormanno. Lago Pantano (804m) - Monte Vernita (1436m). Diff.: E - Durata A/R: 6 ore - Org.: L. Perrone, O. Perrone, A. Rinaldi

DICEMBRE

- 7 Castelluccio Superiore. Madonna del Soccorso (1100m) - Monte La Spina (1652m). Diff.: EE - Durata A/R: 6 ore - Org.: E. Iannelli, W. Bellizzi
- 14 Pranzo sociale
- 28 Castelsaraceno (PZ). Bosco Favino (1338m) - Monte Alpi (1900m). Diff.: E - Durata A/R: 7 ore - Org.: D. De Zarlo, W. Bellizzi

**COORDINATORI ORGANIZZATIVI**

1. Bellizzi W.	328.4855350	25. Monaco C.D.	339.8348455
2. Buono P.	340.4946652	26. Oliviero G.	349.4556253
3. Belmonte M.	338.4798408	27. Percoco G.	340.6232699
4. Cersosimo B.	349.5167297	28. Perrone L.	340.6480816
5. Cersosimo G.	329.2972341	29. Perrone O.	330.876949
6. Costabile E.	329.7099567	30. Pesce M.	339.5826023
7. Crescente F.	320.4912255	31. Pisarra E.	333.8732829
8. D'Atri M.	329.7099482	32. Primavera C.	338.3728166
9. De Luca G.	328.6183741	33. Riga D.	339.8886747
10. De Marco S.	340.5976061	34. Rinaldi A.	348.2457450
11. De Marco R.	347.1776569	35. Rossano A.	342.0996333
12. De Zarlo D.	349.8771082	36. Salerno G.	329.6325766
13. Di Giano F.	347.4344964	37. Sallorenzo F.	339.8446060
14. Falcone F.	347.2761908	38. Sammarco M.	328.4611901
15. Fasano C.	329.0853984	39. Sangineti A.	331.7472346
16. Fontanella A.	348.6044872	40. Sangineti G.	349.5346434
17. Frega P.	339.7665640	41. Salvatore D.	346.8451832
18. Iannelli E.	328.5927213	42. Schifino P.	349.3885927
19. Ippolito D.	347.8688326	43. Semeraro A.	392.9440990
20. L'Abbate D.	334.9337060	44. Spano E.	348.9744490
21. Macrini L.	338.9034457	45. Vancieri G.	333.8271599
22. Maratea V.	340.4136911	46. Viceconte P.	345.9393994
23. Martino GM.	389.9620998	47. Vitale C.	334.2194199
24. Martino V.	327.7929718	48. Zicari C.	333.3058452