

GENNAIO

- 7** Escursione invernale con le racchette da neve. Itinerario da stabilire. Diff.: EAI - Org. E. Iannelli, C. Primavera.
- 14** Alpinismo invernale. Itinerario da stabilire. Org.: G. Martino, S. Saetta
- 28** Escursione invernale con racchette da neve e sci. Itinerario da stabilire. Diff.: EAI - Org.: S. Saetta, A. Viola.

FEBBRAIO

- 4** Viggianello. Colle dell'Impiso (1550m) - Serra delle Ciavole (2130m). Diff.: EAI - Org.: W. Bellizzi, A. Nardone.
- 18** Alpinismo invernale. Itinerario da stabilire. Org.: G. Martino, S. Saetta.
- 25** Escursione invernale con racchette da neve e sci. Itinerario da stabilire. Diff.: EAI - Org.: S. Saetta, A. Viola, G. Cersosimo.

MARZO

- 3** POLLINOCIASPOLE. XVI Raduno con le racchette da neve. Diff.: TAI - Org.: E. Iannelli
- 10** Alpinismo invernale. Itinerario da stabilire. Org.: G. Martino, S. Saetta.
- 10/17** Marilleva 1400 (TN). NEVEUISP. Settimana bianca. Org.: E. Iannelli.
- 17** Morano Calabro. Piazza Croce (662m) - Piano grande di Masistro (1199m). Diff.: E - Durata A/R: 6 ore - Org.: W. Bellizzi, G. Cersosimo.
- 21** Assemblea Generale dei sci.
- 24** Corigliano/Rossano. Trekking urbano. Anello del Torrente Celadi. Diff.: T - Durata A/R: 6 ore - Org.: L. Cara, L. Arcovio, D. Filomia.

APRILE

- 7** Castrovillari. Piazza Giovanni XXIII (350m) - Madonna del Riposo Monte Sant'Angelo (754m). Diff.: T/C - Durata A/R: 4 ore Org.: D. Filomia, E. Iannelli, M. D'Atri.
- 14** Castrovillari. Orto botanico (724m) - Pollinello (1820m). Diff.: EE Durata A/R: 9 ore - Org.: V. Martino, W. Bellizzi.
- 21** Viggianello. Colle dell'Impiso (1550m) - Monte Pollino (2248m). Diff.: E - Durata A/R: 7 ore - Org.: G. Cersosimo, G. ppe Cersosimo. Dedicata a D. Mandarino.
- 28/4 >1/5** Siracusa e il Barocco Siciliano. Diff.: T/C - Org.: M. D'Atri, D. Filomia.

MAGGIO

- 4/5** Parco Nazionale del Gran Sasso. Alpinismo invernale. Canale Moriggia Acitelli. Corno Grande (2912m) - Diff.: PD - Org.: G. Martino Laino Castello. Località Angritano (750m) - Monte La Destra (1291m). Diff. E - Durata A/R: 5 ore - Org.: V. Martino, R. Romeo Intersezionale con la Sezione CAI di Reggio Calabria.
- 19** San Sosti. Anello di Pietra dell'Angioletto. Diff.: EEA - Durata: 8 ore Org.: S. Saetta, G. Martino.
- 24** Serata sociale
- 26** Civita. Serra Dolcedorme (2267m) dalla Cresta dell'infinito. Diff.: EE - Durata A/R: 12 ore - Org.: V. Martino, A. Piccolo. Intersezionale con la Sottosezione CAI di Serra Pedace.
- 24/26** PNA. Gambarie. CAMP Giovane CAI Sud Italia.

GIUGNO

- 2** Castrovillari. Orto botanico (645m) - Serra Dolcedorme (2267m). Direttissima. Diff.: EE - Durata A/R: 10 ore - Org.: G. Martino, L. Macrini. Intersezionale con la Sezione CAI di Grottaglie.
- 8** Giornata di Accompagnamento solidale.
- 9** Giornata nazionale dei sentieri e Federparchi. Intersezionale Regionale Calabria. Org.: D. Filomia, M. D'Atri.
- 16** Viggianello. Colle Impiso (1550m). 5 vette sopra i 2000 metri. Diff.: EE - Durata: 12 ore - Org. G. Martino, V. Martino.

- 22** Viggianello. Colle Impiso (1550m) - Serra Crispo (2050m). Diff.: EE - Durata A/R: 7 ore - Org.: W. Bellizzi, D. Filomia. Intersezionale con la Sezione CAI di Esperia.
- 23** Viggianello. Colle Impiso (1550m) - Piano di Acquafredda (1810m). Diff.: EE - Durata A/R: 7 ore - Org.: E. Iannelli, C. Primavera. Intersezionale con la Sezione CAI di Esperia.
- 30** Castelsaraceno (PZ). Bosco Favino (1338m) - Monte Alpi (1900m). Diff.: E - Durata A/R: 7 ore - Org.: W. Bellizzi, A. Rossano.

LUGLIO

- 7** Terranova di Pollino. Lago Duglia (1367m) - Giardino degli Dei (1958m). Diff.: E - Durata A/R: 7 ore - Org.: G. Cersosimo, B. Cersosimo Parco Nazionale della Sila. Notturna al laghetto di Macchialonga. Diff.: E - Org.: G. Oliviero, V. Martino.
- 13** Attività escursionistica/alpinistica sulle Alpi. Org.: E. Iannelli.
- 14/17** Laino B. Canyoning. Torrente Jannello. Org.: R. De Marco, G. Vancieri.



AGOSTO

- 4** CamminiAMO Mormanno. Lago Pantano - Rifugio Biagio Longo. Diff.: E - Durata A/R: 6 ore - Org.: G. Cersosimo, O. Perrone, L. Perrone.

SETTEMBRE

- 8** Piano Novacco. CAIBYKE. Anello dei piani. Diff.: E - Durata: 4 ore Org.: P. Buono, D. Monaco.
- 15** Viggianello. Colle dell'Impiso (1550m) - Madonna di Pollino (1552m). Diff.: E - Durata A/R: 8 ore - Org.: D. Filomia, W. Bellizzi.
- 11/15** Auronzo di Cadore. Settimana Nazionale dell'Escursionismo (SNE).
- 22** Sant'Agata D'Esaro. Fontana di Cornia (951m) - Montea (1825m). Diff.: EE - Durata A/R: 9 ore - Org.: M. Sammarco, C. Primavera. Intersezionale con la Sezione CAI di Matera.
- 27** Serata sociale.
- 29** Viggianello. Colle dell'Impiso (1550m) - Serra del Prete (2100m). Diff.: E - Durata A/R: 7 ore - Org.: P. Viceconte, C. Vitale Intersezionale con la Sezione CAI di Gioia del Colle.

OTTOBRE

- 6** S. Donato N. Piano di Lanzo (1345m) - Cozzo del Pellegrino (1987m). Diff.: E - Durata A/R: 7 ore - Org.: F. Di Gianò, G. Di Francesco.
- 13** Saracena. Piano Novacco (1310m) - Monte Caramolo (1827m). Diff.: E - Durata A/R: 6 ore - Org.: C. Primavera, R. Tripodo. Intersezionale con la Sezione CAI di Reggio Calabria
- 19** Civita. Alpinismo. Via Ferranti/Caldarola. Serra delle Ciavole. Diff.: EE - Durata A/R: 10 ore - Org.: G. Martino. Intersezionale con la Sezione CAI di Belpasso (CT).
- 20** Sasso di Castalda. Ferrate Arenazzo e Belvedere. Diff.: F Org.: C. Primavera, L. Macrini.
- 24/27** Calabria Coast to Coast. Trekking di 4 giorni. Diff.: EE - Org.: R. Manzo, C. Primavera.
- 27** San Sosti. Piano Casiglia (950m) - Cozzo Iazzati (1650m). Diff.: E Durata A/R: 7 ore - Org.: V. Maratea, M. Sammarco. Intersezionale con la Sezione CAI di Grottaglie.

NOVEMBRE

- 1** Viggianello. Colle Impiso (1550m) - Serra Crispo (2050m). Diff.: EE - Durata A/R: 7 ore - Org.: C. Primavera, W. Bellizzi. Intersezionale con le Sezioni CAI di Macerata e Camerino.
- 2** Civita. Colle Marcione (1230m) - Timpa di Cassano (1376m). Diff.: E - Durata A/R: 4 ore - Org.: E. Iannelli, G. Cersosimo. Intersezionale con le Sezioni CAI di Macerata e Camerino.
- 10** Alessandria del Carretto. Attività TAM (Tutela Ambiente Montano). Diff.: T - Durata: 4 ore - Org.: F. Di Gianò, F. Sallorenzo.
- 17** PNCVD. Piaggine (SA). Monte Cervati (1899m). Diff.: EE Durata A/R: 7 ore - Org.: D. Ippolito, E. Iannelli.
- 24** Morano Calabro. Colloredo (1546m) - Patriarca (1908m). Diff.: EE - Durata A/R: 8 ore - Org.: V. Martino, G. Salerno. Intersezionale con la Sottosezione CAI di Cerchiara di Calabria

DICEMBRE

- 1** Parco Nazionale d'Aspromonte. Anello di Pietra Cappa. Diff.: E - Durata: 6 ore - Org.: V. Martino, R. Romeo. Intersezionale con la Sezione CAI di Reggio Calabria.
- 8** Terranova del Pollino. Casa del Conte (1270m) - Timpa di Pietrasasso (1362m) e Timpa delle Murge (1441m). Diff.: E Durata A/R: 7 ore - Org.: S. De Marco, C. Primavera.
- 15** Pranzo Sociale.
- 29** Castrovillari. Grotte della Sirena (850m), lungo la Via dell'Acqua. Diff.: T/C - Durata A/R: 4 ore - Org.: C. Zicari. In collaborazione con Il Gruppo Archeologico del Pollino.

COORDINATORI ORGANIZZATIVI

Arcovio L.	345.5890830	Martino Gian Marco	389.9620998
Bellizzi W.	328.4855350	Martino Veronica	327.7929718
Buono P.	340.9496652	Monaco C.D.	339.8348455
Cara L.	338.7745931	Nardone A.	328.2660950
Cersosimo Barbara	349.5167297	Oliviero G.	349.4556253
Cersosimo Gaetano	329.2972341	Perrone Luigi	340.6480816
Cersosimo Giuseppe	345.1288362	Perrone Ottavio	330.876949
D'Atri M.	329.7099482	Primavera C.	338.3728166
De Marco Roberto	347.1776569	Rossano A.	342.0996333
De Marco Saverio	340.5976061	Saetta S.	347.4582293
Di Francesco G.	348.3018572	Salerno G.	329.6325766
Di Gianò F.	347.4344964	Sallorenzo F.	339.8446060
Filomia D.	339.6142500	Sammarco M.	328.4611901
Iannelli E.	328.5927213	Vancieri G.	333.8271599
Ippolito D.	347.8688326	Viceconte P.	345.9393994
Macrini L.	338.9034457	Viola A.	340.6167257
Manzo R.	327.9854308	Vitale C.	334.2194199
Maratea V.	340.4136911	Zicari C.	333.3058452



SCALA DELLE DIFFICOLTÀ

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

- C** = 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, tenda etc.)
I = Attività in ambiente innevato.

PROGRAMMA DI ARRAMPICATA

- 24 marzo** Castrovillari (CS). Colle Cornice. Org.: G. Martino.
28 aprile Cerchiara di Calabria (CS). Falesia Acqua Rossa-Porticelle. Org.: A. Sangineto.
26 maggio Cerchiara di Calabria (CS). Tutti fuori! Bimbi in falesia. Org.: D. Salvatore, L. Macrini.
22/23 giugno Viggianello (PZ). Santa Rosalia, Intersezionale con CAI Lagonegro. Org.: G. Martino, V. Gulfo.
27/28 luglio Orsomarso (CS). Mercuri. Intersezionale con CAI Verbicaro. Org.: G. Vancieri, V. Martino, L. Campagna.
15 settembre Morano Calabro (CS). Sassone. Org.: S. Saetta.
26/27 ottobre MONTAGNATTIVA. Cerchiara di Calabria (CS). Calvario. Org.: A. Sangineto, G. Vancieri, G. Martino, S. Saetta.

Coordinatori Organizzativi:

L. Macrini	338.9034457	G. Martino	389.9620998
V. Martino	327.7929718	S. Saetta	347.4582293
D. Salvatore	346.8451832	A. Sangineto	331.7472346
G. Vancieri	333.8271599		

PROGRAMMA DI SPELEOLOGIA

- 25 febbraio** Noci (BA). Un giorno da Speleo. Grotta Gemma Bella. Intersezionale con CAI Gioia del Colle e Gruppo Archeologico Speleologico Pugliese. Org.: L. Macrini, P. Schifino.
7 aprile Marsico Nuovo (PZ). Castel di Lepre. In collaborazione con il Gruppo Speleo Melandro. Org.: L. Macrini, R. Pignata.
12 maggio Cerchiara di Calabria (CS). Grotta Serra del Gufo. Org.: G. Vancieri, A. Sangineto.
29 giugno Cerchiara di Calabria (CS). Grotta di Panno Bianco. Org.: V. De Salvo, D. Salvatore.
22 settembre Cerchiara di Calabria (CS). Grotta di Damale. Intersezionale con il CAI Gioia del Colle e il Gruppo Archeologico Speleologico Pugliese. Org.: G. Vancieri, A. Sangineto.
26/27 ottobre MONTAGNATTIVA. Cassano allo Jonio (CS). Grotta dei Sette Nani. Intersezionale con CAI Gioia del Colle e il Gruppo Archeologico Speleologico Pugliese. Org.: G. Vancieri, A. Sangineto, L. Macrini, P. Schifino

Coordinatori Organizzativi:

V. De Salvo	338.2967747	L. Macrini	338.9034457
D. Salvatore	346.8451832	A. Sangineto	331.7472346
P. Schifino	349.3885927	G. Vancieri	333.8271599

NUMERI UTILI

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

QUOTE SOCIALI 2024

	Rinnovo	Prima iscrizione
Socio ordinario	€ 45,00	€ 50,00
Socio familiare	€ 30,00	€ 35,00
Socio Juniores (18/25 anni)	€ 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 - CREDEM

REGOLAMENTO ESCURSIONISTICO

Alle attività possono partecipare i soci CAI in regola con il tesseramento. I non soci secondo le modalità previste dal regolamento escursionistico sezionale. Gli accompagnatori si riservano, in caso di imprevisti, di modificare date ed itinerari.

Se i partecipanti sono numerosi o l'itinerario lo richiede i trasferimenti si effettuano in autobus, dividendo la spesa tra i soci; altrimenti con le auto, ottimizzandone il numero e contribuendo ai costi energetici.

La partecipazione deve essere obbligatoriamente 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 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 effettua 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/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, foulard.

Zaino, scarponi da trekking, ramponi, piccozza, imbrago, casco, racchette da neve, ghette, gps, bussola, fischiello, binocolo, altimetro, occhiali da sole, borraccia, lampada frontale o torcia elettrica, coltello, 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.

Provvedi 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 flora e la fauna. Evita di fare scorciatoie, segui il sentiero. Sei ospite: rispetta le culture e le tradizioni locali.

**E ricorda: non lasciare che l'impronta del tuo piede.
Non portar via altro che foto, impressioni e ricordi.**

Club Alpino Italiano - Sezione di Castrovillari
Via Fratelli Cairoli, 80 - 87012 Castrovillari
Tel.: 334.1005054 - Email: caicastrovillari@tin.it
www.caicastrovillari.it - Facebook: CAI Castrovillari

Grafica a cura del CAI Castrovillari

Programma attività

CAI 2024



Club Alpino Italiano
Sezione di Castrovillari