GENNAIO

9 Escursione di inizio anno. Itinerario da stabilire.
Org.: E. Iannelli - L. Macrini.

16 S. Maria del Cedro. Alla scoperta della valle dei cedri.
Diff.: T/E - Durata A/R: 5 ore - Org.: C. Primavera, A. Dito.

23 Alpinismo invernale. Itinerario da stabilire.
Diff.: EEAI - Org.: G. De Luca, P. Buono.

FEBBRAIO

6 POLLINOCIASPOLE. XIV Raduno con le racchette da neve.
Diff.: TAI - Org.: E. Iannelli.

13 Alpinismo invernale. Itinerario da stabilire.
Diff.: EEAI - Org.: M. Gallo, G. Martino

27 Paludi. Sila Greca. Cascata della Licertarara/Eremo di Santo Onofrio. Diff.: E - Durata A/R: 6 ore - Org.: G. Oliviero, V. Martino. In collaborazione con il Gruppo CAI Corigliano/Rossano.

MARZO

6 Alpinismo invernale. Itinerario da stabilire. Diff.: EEAI
Org.: M. Gallo, G. Martino

13 Rossano. Cascata Cerasia. Diff.: E - Durata A/R: 8 ore -
Org.: L. Cara, L. Arcovio. In collaborazione con il Gruppo CAI Corigliano/Rossano.

6/13 Pozza di Fassa. NEVEUISP 2022. Settimana Bianca.
Org.: E. Iannelli, UISP (Unione Italiana Sport per Tutti).

20 "CAIAMBIENTE". Attività TAM (Tutela Ambiente Montano).
Diff.: T - Org.: F. Di Giano, A. Parrilla, R. Morabito.

24 Assemblea dei soci

27 Papasidero. Grotta Del Romito (296m) - Papasidero (208m).
Diff.: E - Durata: 4 ore - Org. L. Perrone, M.Oliva, L. Arcovio.
In collaborazione con il Gruppo CAI Corigliano/Rossano.

APRILE

2/3 Costiera Amalfitana. "Sentiero degli dei".
Diff.: E - Org.: M. D'Atri, C. Belmonte

10 La Murgia Materana. Diff.: E - Durata A/R: 5 ore
Org.: C. Primavera, D. Filomia.
Intersezionale con la Sezione CAI di Matera.

24 Castrovillari. Piazza Giovanni XXIII (350m) - Madonna del Riposo - Monte Sant'Angelo (764m). XVI edizione. Diff.: T/C
Durata A/R: 4 ore - Org.: D. Filomia, E. Iannelli.

25 Fagnano Castello. Sentiero dei Laghi. Diff.: E - Durata A/R: 5 ore
Org. D. Filomia, L. Cara. Intersezionale con la Sezione CAI di Verbicaro e il Gruppo CAI Corigliano/Rossano.

MAGGIO

1 Taverna. Valle del Tacina (1665m). Diff.: E - Durata A/R: 5 ore -
Org.: T. Garcea, S. Pileggi, M. Gigliotti. Intersezionale con la Sezione CAI di Catanzaro e Gruppo CAI Corigliano/Rossano.

15 San Giovanni a Piro. Monte Bulgheria (1225m). Diff.: EE
Durata A/R: 7 ore - Org.: D'Alessandro, G. Cersosimo.

18 Serata sociale.

22 San Donato Ninea. Le peonie del Piano di Marco (1058m).
Diff.: E - Durata - A/R: 5 ore - Org.: V. Maratea, M. Sammarco.
Intersezionale con la Sezione CAI di Reggio Calabria.

29 Cerchiara di Calabria. Anello dell'Annanza. Diff.: E - Durata: 6 ore
Org.: G. Salerno, L. Arcovio. In collaborazione con il Gruppo CAI Corigliano/Rossano.

GIUGNO

2/4 Eolie. Isola di Stromboli. Diff.: EE - Org.: P. Buono, D. Monaco

5 Frascineto. Timpone del Corvo - Madonna di Lassù.
Diff.: E - Durata A/R: 4 ore - Org.: F. Gioia, M. Belmonte.
In collaborazione con il Gruppo CAI Corigliano/Rossano.

12 Giornata nazionale dei sentieri e Federparchi. Intersezionale regionale. A cura della Sezione CAI di Cosenza.

19 Castrovillari. Direttissima del Dolcedorme (2267m).
Diff: EE - Durata A/R: 8 ore - Org.: E. Iannelli, C. Primavera.
In collaborazione con il Gruppo CAI Corigliano/Rossano.

26 CAIBYKE. Cicloescursionismo. Itinerario da stabilire.
Org.: P. Buono, D. Monaco.

LUGLIO

3 Sila. Da Fallistro a Botte Donato (1928m).
Diff.: E - Durata A/R: 6 ore - Org. G. Oliviero, G. Martino.

16/17 Gran Sasso. Il Torrione Cambi. Alpinismo su roccia.
Diff.: EEA - Org.: M. Gallo, G. Martino

23 Rifugi di cultura. Note al tramonto.

AGOSTO

30/7 Attività escursionistico/alpinistica in Valle d'Aosta.
2/8 Org.: E. Iannelli.

SETTEMBRE

4 Giornata Ecologica. Attività TAM (Tutela Ambiente Montano).
Diff.: T - Org.: F. Di Giano, A. Parrilla, R. Morabito.

11 In collaborazione con il Gruppo CAI Corigliano/Rossano.
Zungri. Area Archeologica. Diff.: T/C - Org.: C. Zicari, M. Belmonte.
In collaborazione con il Gruppo Archeologico del Pollino.

18 Maratea. Ferrata del Redentore.
Diff.: EA - Durata A/R: 3 - Org.: C. Primavera, L. Macrini.

23 Serata sociale

25 PNCVDA. Costa degli Infreschi e della Masseta.
Diff.: E - Durata A/R: 6 ore - Org. L. Sorrentino, C. Primavera.

Realizzato con il patrocinio dell'Ente Parco del Pollino

OTTOBRE

2 Pietrapaola. Trekking lungo il torrente Gardo. Diff.: E -
Durata A/R: 6 ore - Org.: G. Salerno, L. Arcovio.
In collaborazione con il Gruppo CAI Corigliano/Rossano.

9 Saracena. Piano Novacco (1311m) - Monte Caramolo (1827m). Diff.: E - Durata A/R: 5 ore - Org.: C. Primavera, D. Filomia. Intersezionale con la Sezione CAI di Matera.

16 S. Agata D'Esaro. Fontana di Cornia (1032m) - Montea (1825m).
Diff.: EE - Durata A/R: 8 ore - Org.: M. Sammarco, V. Maratea.
In collaborazione con il Gruppo CAI Corigliano/Rossano.

23 Monti Alburni. Monte Panormo (1742m). Diff.: EE
Durata A/R: 7- Org.: D. Ippolito, E. Iannelli.

29/10 Parco Regionale delle Madonie. Petralia Sottana.
1/11 Diff.: E – Org. C. Primavera, E. Iannelli.
Intersezionale con le Sezioni CAI di Palermo e Cafalù.

NOVEMBRE

6 San Donato Ninea. Sagra della castagna.

13 S. Severino Lucano. Anello della Madonna di Pollino.
Diff.: E - Durata: 5 ore - Org. S. De Marco, C. Primavera.

20 Marsico Vetere. Monte Volturino (1836m). Diff.: E - Durata A/R: 6 ore - Org.: F. D'Alessandro, G. Cersosimo.

27 Viggianello. Colle Impiso (1570m) - Serra delle Ciavole (2127m)
Diff.: E - Durata A/R: 6 ore - Org.: Cersosimo, D. Filomia.
Intersezionale con la Sezione CAI di Verbicaro e il Gruppo CAI Corigliano/Rossano.

DICEMBRE

11 Viggianello. Belvedere del Malvento (1581m) - Serra del Prete (2180m). Giornata Internazionale della Montagna.
Diff.: E - Durata A/R: 5 ore - Org.: E. Iannelli, L. Macrini.
Intersezionale con la Sezione CAI di Cosenza e il Gruppo CAI Corigliano/Rossano.

18 Pranzo sociale

26 Morano Calabro. Anello della Calcinaia (1303m).
Diff.: E - Durata: 5 ore - Org.: L. Cara, L. Arcovio.
In collaborazione con il Gruppo CAI Corigliano/Rossano.

COORDINATORI ORGANIZZATIVI

Arcovio L.	345.5890830	Maratea V.	340.4136911
Belmonte M.	338.4798408	Macrini L.	338.9034457
Buono P.	340.9496652	Martino G.	389.9620998
Cara L.	338.7745931	Martino V.	327.7929718
Cersosimo G.	329.2972341	Monaco C. D.	339.8348455
D'Atri M.	329.7099482	Morabito R.	328.8049443
D'Alessandro F.	342.3193841	Oliva M.	339.6835578
De Luca G.	338.2221702	Oliviero G.	349.4556253
Di Giano F.	347.4344964	Parrilla A.	347.6743106
Filomia D.	339.6142500	Perrone L.	347.4416619
Gallo M.	338.2636686	Primavera C.	338.3728166
Gioia F.	340.0835663	Salerno P.	329.6325766
Iannelli E.	328.5927213	Sammarco M.	328.4611901
Ippolito M.	347.8688326	Zicari C.	333.3058452

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 scorciatorie, 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.

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, 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.

Regolamento escursionistico

Alle attività possono partecipare i soci del Club Alpino Italiano in regola con il tesseramento 2022. I non soci secondo le modalità previste dal regolamento escursionistico sezionale. Gli accompagnatori si riservano, in caso di imprevisti, di modificare date ed 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 obbligatoriamente comunicata agli organizzatori entro il giovedì antecedente.

Prima di partecipare ad 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. ***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, fischietto, 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.

Quote sociali 2022

	Rinnovo	Prima iscrizione
Socio ordinario	€ 42,00	€ 47,00
Socio familiare	€ 24,00	€ 30,00
Socio Juniores (18/25 anni)	€ 24,00	€ 30,00
Socio Giovane (under 18)	€ 22,00	€ 25,00

Il pagamento della quota può essere effettuato anche attraverso bonifico bancario: Codice IBAN IT69K0303280670010000000703 - CREDEM

Grafica e foto a cura del CAI Castrovillari

PROGRAMMA ATTIVITA'

2022

CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI CASTROVILLARI
Via Cairoli, 80 - Castrovillari - Tel.: 334/1005054
www.caicastrovillari.it - caicastrovillari@tin.it