



Club Alpino Italiano

Sezione di Latina dal 1947

CALENDARIO ATTIVITÀ 2019



Lago Scuro e Malghette

Settimana verde in Val di Fiemme





C.A.I.

Club Alpino Italiano

SEZIONE di LATINA

Fondata come Sottosezione di Roma

il 15 Giugno 1947

Sezione autonoma dal 4 Ottobre 1975

Presidente

Federico Cerocchi

Indirizzo:

Club Alpino Italiano

Sezione di Latina

Via Triboniano 17

04100 Latina

Orario apertura sede:

Giovedì e Venerdì

dalle ore 19:00 alle ore 20:00

Tel. 3518973941

Bacheca C.A.I.

Corso della Repubblica, 128 Latina

www.cailatina.com

[mail: info@cailatina.com](mailto:info@cailatina.com)

www.facebook.com/cailatina



Consiglio Direttivo della Sezione In carica dal 1 aprile 2016 al 31 marzo 2019

Presidente:	Federico	CEROCCHI
Vice Presidente:	Antonio	FINOCCHITO
Tesoriere/segretario:	Vittorio	CHIARIELLO
Consiglieri:	Franco	DI TANO
	Massimiliano	FIOCCO
	Paolo	LEONORO
	Loreto	NARDACCI
	Angelo Dino	SAVELLI
Revisori dei Conti:	Angelo	ABATI
	Franco	BORRETTI
	Elisa	CARLINI

Commissione Sezionale Escursionistica

Stefano	Giancola	AE	Presidente
Massimiliano	Fiocco		
Donato	Brienza		
Paolo	Brunotti		
Federico	Cerocchi		
Francesco	Di Dio	ASE	
Franco	Di Tano	ASE	
Maria	Di Tano	ASE	
Antonio	Finocchito	ASE	
Maurizio	Giusti	AE	
Paolo	Leonoro		

Commissione Tutela Ambiente Montano

Paolo Leonoro (**Presidente**) - Maria Di Tano
Francesco Di Dio - Antonio Finocchito

Della Sezione fanno parte la Sottosezione di:

SEZZE dal 1987 - Reggente: Antonio MALANDRUCCOLO

Gruppo Alpinismo e Roccia (referente Angelo Savelli, cell.3333657090)

Gruppo Alpinismo Giovanile (referente Giovanni Macrino 338 7899832)

Soci della Sezione al 28-10-2018, totale n. 318

Curatore sito web: Antonio Finocchito

Progetto Grafico: Valentino Finocchito



L' **escursionismo** è un'attività motoria che consiste nel camminare in natura. Litorali, montagne, valli, colline, campagne, qualunque tipo di ambiente naturale va bene. L'escursionismo può essere praticato da tutti in quanto la difficoltà non è intrinseca, non bisogna necessariamente raggiungere vette o stabilire record di percorrenza, ma dipende dalla complessità del percorso scelto. Forti dislivelli, percorsi accidentati o su roccia, neve, ghiaccio sono fattori che aumentano le difficoltà



di un itinerario. In genere l'escursionismo montano è più impegnativo. Prima di intraprendere un'escursione è buona norma leggerne bene la descrizione, o prendere informazioni, e verificare il grado di difficoltà comparandolo alle proprie capacità tecniche e fisiche. **L'abbigliamento** da indossare deve essere comodo, necessari scarponi da montagna e uno zaino funzionale, molti trovano utili i bastoncini. Infine è importante tenere presente che quando si va in ambienti naturali, anche se solo per camminare, si produce comunque un impatto ambientale; bisogna cercare quindi di ridurre il più possibile questo impatto in modo che non sia nocivo né ai luoghi che frequentiamo né agli animali che li abitano.



Regole dell'escursionista

- 1.** Per le tue escursioni in montagna scegli gli itinerari in funzione delle tue capacità fisiche e tecniche, non intraprendere da solo un'escursione in montagna e parti presto. In ogni caso lascia detto a qualcuno l'itinerario che prevedi di percorrere, riavviando del tuo ritorno.
- 2.** Affidati sempre ad una persona esperta. Informati sulle previsioni meteo ed equipaggiati adeguatamente. Ricorda che in montagna il tempo cambia rapidamente. Risparmia energie per il ritorno.
- 3.** Provvedi ad un abbigliamento ed equipaggiamento consono all'impegno e alla lunghezza dell'escursione e porta nello zaino l'occorrente per eventuali situazioni di emergenza, assieme ad una minima dotazione di pronto soccorso.
- 4.** Nel dubbio torna indietro. A volte è meglio rinunciare che ar rischiare l'insidia del maltempo o voler superare difficoltà di grado superiore alle proprie forze, capacità, attrezzatura. Studia preventivamente itinerari alternativi rimani sempre in gruppo e non esitare a chieder aiuto.
- 5.** Riporta a valle i tuoi rifiuti. Rispetta la flora e la fauna. Evita di uscire inutilmente dal sentiero e di fare scorciatoie. Rispetta le culture e le tradizioni locali ricordandoti che sei ospite delle genti di montagna.



Partecipazione ed Iscrizione alle escursioni Sociali

- A.** La partecipazione alle escursioni sociali è aperta a tutti i soci CAI, con il bollino dell'anno in corso. Ai non soci solo se effettuano la prenotazione nominativa obbligatoria e il pagamento dell'assicurazione giornaliera (max tre uscite).
- B.** La prenotazione va comunicata per ragioni organizzative con congruo anticipo, e comunque almeno due giorni prima dell'evento.
- C.** I minorenni potranno partecipare solo se accompagnati da genitori o da altra persona responsabile autorizzata.
- D.** I luoghi delle escursioni verranno raggiunti ,con l'autobus solo a condizione che vi sia il numero stabilito dei partecipanti.
- E.** In caso di rinuncia all'escursione, per qualunque motivo, è bene avvisare in tempo la sezione o l'accompagnatore.

Obblighi dei Partecipanti alle Escursioni

- A.** Di essere preparati fisicamente e tecnicamente, nonchè di essere equipaggiati con abbigliamento ed attrezzature adeguati alle esigenze dell'escursione programmata.
- B.** La partecipazione all'escursione implica da parte degli interessati l'osservanza delle disposizioni degli accompagnatori e del presente regolamento
- C.** È vietato abbandonare il gruppo ,cambiare percorso ed effettuare soste non motivate.
- D.** Ogni partecipante è tenuto a collaborare con gli accompagnatori o direttori per la buona riuscita dell'escursione, essere solidali con gli stessi ed offrire la massima collaborazione specie di fronte a sopravvenute difficoltà.
- E.** La partecipazione alle escursioni del C.A.I. coerentemente alla loro natura, pone i partecipanti di fronte ai rischi e ai pericoli inerenti alla pratica dell'escursionismo e dell'alpinismo. I partecipanti pertanto iscrivendosi e partecipando alle escursioni sociali, accettano tali rischi e danno il più ampio scarico dalle responsabilità all'accompagnatore e alla Sezione.



Tesseramento

È iniziato il tesseramento per l'anno 2018.

I rinnovi dovranno avvenire entro e non oltre il 31 marzo. Trascorso tale termine, si perde la copertura assicurativa che decorrerà dal 20° giorno successivo dalla data del rinnovo.

Quote associative per l'anno in corso:

Socio Ordinario	€ 45,00
Socio Familiare	€ 25,00
Socio Giovane	€ 18,00
Socio Ord. Juniores (dai 18 ai 25 anni)	€ 25,00

I nuovi Soci dovranno versare, oltre la quota associativa, € 5,00 per la tessera di riconoscimento e saranno coperti da assicurazione anche per le escursioni rimanenti dell'anno 2018.

Equipaggiamento Escursionistico

Equipaggiamento obbligatorio:

scarponi da montagna, giacca a vento, pile/windstopper, guanti, berretto per il freddo e copricapo per il sole, torcia elettrica, acqua per almeno 1 lt.

Equipaggiamento consigliato:

bastoncini da trekking, occhiali da sole, una piccola scorta di cibo energetico (es. frutta secca, cioccolato, biscotti).

Nota Bene: gli iscritti all'escursione che risulteranno sprovvisti dell'equipaggiamento obbligatorio sopra elencato saranno interdetti a partecipare all'escursione stessa.



Norme per gli Accompagnatori e Direttori di Escursione

- A.** Conoscere e documentarsi in anticipo sull'itinerario e prevedere eventuali vie di fuga
- B.** Curare l'organizzazione dell'escursione nel rispetto delle norme di sicurezza.
- C.** Escludere i Soci non ritenuti idonei o sufficientemente equipaggiati.
- D.** Ha la facoltà di modificare il programma qualora, per cause oggettive, non dovessero sussistere i margini di sicurezza o condizioni indispensabili per portare a compimento in modo soddisfacente l'escursione in programma.
- E.** Sono tenuti a far rispettare ai partecipanti durante l'escursione le norme per la protezione della flora, della fauna e dell'ambiente in generale.

Direttori di Escursione

Brienza	Donato		339 740 7283
Brunotti	Paolo		327 210 4707
Cerocchi	Federico		347 260 5803
D'Ettore	Rita	ASAG	329 598 8866
Del Vecchio	Francesca	ASAG	333 974 5377
Di Dio	Francesco	ASE	329 3879042
Di Tano	Franco	ASE	380 354 0612
Di Tano	Maria	ASE	328 026 9700
Finocchito	Antonio	ASE	324 886 6556
Fiocco	Massimiliano		348 065 8150
Giancola	Stefano	AE	391 3967856
Giusti	Maurizio	AE	328 638 9314
Leonoro	Paolo		320 674 1280
Macrino	Giovanni	AAG	338 789 9832
Sinapi	Maria Civita	ASAG	329 006 0567

AE Acc. di Escursionismo
ASE Acc. Sezionale Escursionismo

AAG Acc. di Alpinismo Giovanile
ASAG Acc. Sezionali Alpinismo Giovanile



DIFFICOLTÀ

(T) TURISTICO - Itinerari su stradine, mulattiere o comodi sentieri, con percorsi ben evidenti e che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Si svolgono in genere sotto i 2000 m e costituiscono di solito l'accesso ad alpeggi o rifugi. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.

(E) ESCURSIONISTICO - Itinerari che si svolgono quasi sempre su sentieri, oppure su tracce di passaggio in terreno vario (pascioli, detriti, pietraie), di solito con segnalazioni; possono esservi brevi tratti pianeggianti o lievemente inclinati di neve residua, quando, in caso di caduta, la scivolata si arresta in breve spazio e senza pericoli. Si sviluppano a volte su terreni aperti, senza sentieri ma non problematici, sempre con segnalazioni adeguate. Possono svolgersi su pendii ripidi; i tratti esposti sono in genere protetti (barriere) o assicurati (cavi). Possono avere singoli passaggi su roccia, non esposti, o tratti brevi e non faticosi né impegnativi grazie ad attrezzature (scalette, pioli, cavi) che però non necessitano l'uso di equipaggiamento specifico (imbragatura, moschettoni, ecc.). Richiedono un certo senso di orientamento, come pure una certa esperienza e conoscenza del territorio montagnoso, allenamento alla camminata, oltre a calzature ed equipaggiamento adeguati.

(EE) ESCURSIONE per ESPERTI - Itinerari generalmente segnalati ma che implicano una capacità di muoversi su terreni particolari. Sentieri o tracce su terreno impervio e infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, o misti di rocce ed erba, o di roccia e detriti). Terreno vario, a quote relativamente elevate (pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento, ecc.). Tratti rocciosi, con lievi difficoltà tecniche (percorsi attrezzati, vie fer rate fra quelle di minor impegno). Rimangono invece esclusi i percorsi su ghiacciai, anche se pianeggianti e/o all'apparenza senza crepacci (perché il loro attraversamento richiederebbe l'uso della corda e della piccozza e la conoscenza delle relative manovre di assicurazione). Necessitano: esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente alpino; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguati



(EEA) ESCURSIONE per ESPERTI con ATTREZZATURA - Percorsi attrezzati o vie ferrate per i quali è necessario l'uso dei dispositivi di autoassicurazione (imbragatura, dissipatore, moschettoni, cordini) e di equipaggiamento di protezione personale (casco, guanti).

(EAI) ESCURSIONE in AMBIENTE INNEVATO - Itinerari in ambiente innevato che richiedono l'utilizzo di racchette da neve, con percorsi evidenti e riconoscibili, con facili vie di accesso, di fondo valle o in zone boschive non impervie o su crinali aperti e poco esposti, con dislivelli e difficoltà generalmente contenuti che garantiscano sicurezza di percorribilità.

- 
-  Treno
 -  Mezzi propri
 -  Pullman
 -  Aereo
 -  Nave
 -  Piatto caldo
 -  Pranzo a sacco
 -  Rifugio e pernottamento
 -  Proiezioni filmati o diapositive

DISLIVELLO SAL. somma delle salite espresso in metri

DISLIVELLO DISC. somma delle discese espresso in metri

QUOTA MAX è la quota massima raggiunta espressa in metri.

DURATA A/R si intende la durata totale dell'escursione escluso le soste.



13

DOMENICA

Da Ninfa a Norba

Monti Lepini

Dalla strada che costeggia l'Oasi di Ninfa si prende l'antica via medioevale che porta al paese di Norma. Si visiterà quindi l'area archeologica dell'antica Norba. Quindi si torna al paese di Norma dove si potrà, facoltativamente, consumare il pranzo presso un'antica trattoria. Il ritorno è previsto per la stessa via.

Accompagnatori: Maria Di Tano - Antonio Finocchito

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	400	400	410
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
3h			--

**19**
SABATO**LH-Birdwatching Fogliano**
Parco Nazionale del Circeo

Escursione con la Joelette aperta a tutti i soci che prevede di percorrere il sentiero lungo la riva del lago di Fogliano, con soste per l'osservazione degli uccelli migratori - Con la collaborazione della LIPU di Latina. Intersezionale con il CAI di Frosinone.

Accompagnatori LH della sezione di Latina e Frosinone

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
T	0	0	0
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
2h			--

**27**
DOMENICA**Ciaspolata**

Il luogo dell'escursione verrà stabilito in base alle condizioni di innevamento. Consultare la locandina che verrà emessa a ridosso della ciaspolata.

Accompagnatori: Stefano Giancola-Francesco Di Dio

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
EAI	--	--	--
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
--			--



10

DOMENICA

Giro della sorgente Rapiglio e la Valle Nascosta

Monti Lepini

Dal ristorante "Il Castagno" si passa nella località "Sanguinetti" attraverso una mulattiera. Da qui si giunge alla sorgente "Rapiglio" e si percorre la valle a monte della sorgente che porta gradualmente alla sella del monte Semprevisa, di seguito si arriva alla sorgente S. Angelo e percorrendo il sentiero e parte di una strada si giunge al punto di partenza.

Accompagnatori: Paolo Leonoro - Massimiliano Fiocco

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	850	850	1336
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
6h			--

24

DOMENICA

Ciaspolata

Il luogo dell'escursione verrà stabilito in base alle condizioni di innevamento. Consultare la locandina che verrà emessa a ridosso della ciaspolata.

Accompagnatori: Stefano Giancola - Francesco Di Dio

DIFFICOLTÀ	TRASPORTO	PRANZO
EAI		

10

DOMENICA

Monte Faggeto

Monti Aurunci

Da Campodimele si prende il sentiero 905 del Parco degli Aurunci che risale la valle di Canale di Tasso immersa in una faggeta, per arrivare infine a monte Faggeto.

Accompagnatori: Federico Cericchi - Massimiliano Fiocco

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	700	700	1258
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
4h			--



24 DOMENICA

Monte Cacume da S. Luca *Monti Lepini*

Dalla chiesetta di San Luca (sella di Monte Acuto) si segue il sentiero CAI 730 che a mezzacosta segue la valle di Monte Acuto fino ai prati di Mastro Marco, da qui si sale a Monte Cacume. Al ritorno si visiteranno i resti del castello di Monte Acuto.

Accompagnatori: Federico Cerocchi-Massimiliano Fiocco

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	A: 400 B: 250	A: 400 B: 250	A 1090/B 850
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
A: 6h B: 5h			--



7



DOMENICA

Traversata Subiaco-Jenne

Monti Simbruini

Da Subiaco (391 m), si prende il sentiero Coleman che prosegue nel fondovalle del fiume Aniene. Lungo il percorso si vedranno i resti di un antico mulino e una cascata raggiungendo quindi il paese di Jenne (834 m).

Accompagnatori: Antonio Finocchito - Maria Di Tano

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	570	180	834
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
3h30'			--





14



DOMENICA

LH14-Mt Redentore

Monti Aurunci

Escursione con la Joelette aperta a tutti i soci su un percorso sterrato che raggiunge la cima del Monte Redentore che permette una splendida vista sul Golfo di Gaeta. Nelle giornate limpide appaiono le Isole Pontine, Ischia, Capri e il Vesuvio.

Accompagnatori LH della sezione di Latina

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
T	180	180	1252
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
4h			--

28



DOMENICA

Peschio Rovicino-Colle Pelato

Sirente-Velino

Il Sentiero parte dalla località Peschio Rovicino e percorre a mezza costa la base del Monte Velino raggiungendo il rifugio Casale da Monte, Fonte Canale e quindi Colle Pelato. Da qui è magnifica la vista sul canalino del Velino oltre alla possibilità di avvistamento dei grifoni presenti, con alcune colonie in questa zona. Il ritorno avviene per la stessa via. Al termine dell'escursione trasferitis in auto alla vicina area archeologica di Alba Fucens se ne effettuerà la visita.

Accompagnatori: Franco Di Tano-Massimiliano Fiocco

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	280	280	1359
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
3h			--



5 DOMENICA **LH15-Parco Gianola** *Parco Naturale Regionale Gianola e Monte Orlando*

Escursione con la Joelette, aperta a tutti i soci, nel Parco Regionale di Gianola e Monte di Sauri. Oltre al fascino degli ambienti naturali con sentieri immersi nella folta vegetazione il Parco è impreziosito da numerosi resti di epoca romana.

Accompagnatori LH della sezione di Latina

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
T	60	60	0
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
4h			--

12 DOMENICA **Sentiero Italia Manifestazione Nazionale** *Monti Ernici*

Dal rifugio CAI di Campocattino si attraversa il pianoro, si scende fino al passo del Diavolo, si prosegue fino a Serra Magliano ed infine si raggiunge il centro abitato di Filettino.

Accompagnatore: Federico Cerocchi

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	100	900	1800
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
5h			--



25 SABATO




26 DOMENICA

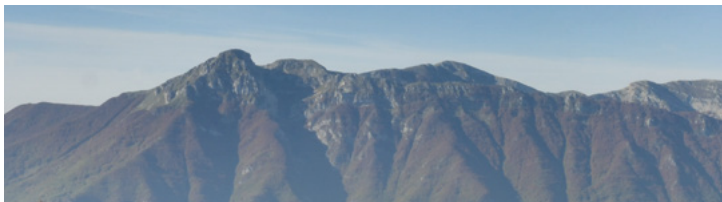
Foreste Casentinesi

Parco Nazionale Foreste Casentinesi

Tutela Ambiente Montano - Escursioni nel parco Nazionale Foreste Casentinesi con pernottamento in Hotel e spostamenti con Pullman GT. Breve visita alla città di Anghiari - Monte Penna per sentiero CAI 051- Eremo Camaldoli- Sentiero natura Camaldoli - Monastero di Camaldoli - Visita paese di Poppi-

Accompagnatori: Paolo Leonoro-Antonio Finocchito

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	300	300	1283
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
--			



9



DOMENICA

Monte Breccioso

Val Roveto/Parco Nazionale D'Abruzzo

Magnifico itinerario, che sale alla mole del M. Breccioso, seguendo l'ondulato e panoramico crinale della Serra Lunga. Il percorso offre ampi panorami verso il Pizzo Deta e gli Ernici, il Velino, il gruppo del Gran Sasso e la Maiella e gran parte dei monti del Parco Nazionale D'Abruzzo.

Accompagnatori: Paolo Brunotti-Stefano Giancola

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	600	600	1950
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
5h			--

23



DOMENICA

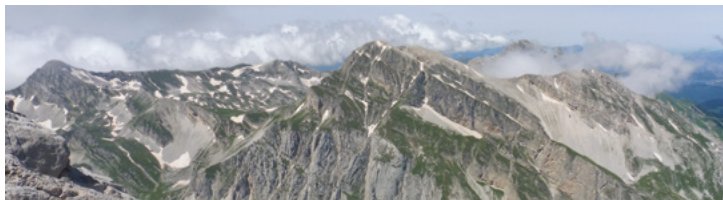
Monte Serrone-Punta Mazza

Parco Nazionale D'Abruzzo Lazio e Molise

Dalla strada che porta a Forca D'Acero si risale la valle Capo d'Acqua fino a salire al valico Schiena D'Asino. Si piega a sinistra e si arriva a Monte Serrone. Dalla cima si prosegue in cresta verso sud per scendere infine al punto di partenza.

Accompagnatori: Federico Cerocchi-Paolo Leonoro

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	1050	1050	1940
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
6h			--



7 DOMENICA

Pizzo Intermesoli *Gran Sasso*

Ascesa ad una delle più alte e spettacolari montagne dell'Appennino. Da Campo Imperatore, per il passo della Portella, la Sella dei Grilli e il versante S. Eccezionale il panorama, aperto in tutte le direzioni.

Accompagnatori: Paolo Brunotti-Stefano Giancola

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
EE	1000	1000	2635
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
6h			--

20 SABATO

A Camporosello con osservazione stelle *Monti Lepini*

Si parte nel pomeriggio dal parcheggio del sentiero 710 (587 mt) per raggiungere Camporosello(1208 mt) dove con la collaborazione dell'associazione Pontina di Astronomia potremo ammirare le bellezze del cosmo con l'utilizzo di telescopi. Si scenderà con l'aiuto delle torce frontali. Possibilità di raggiungere Camporosello in macchina.

Accompagnatori: AntonioFinocchito-Donato Brienza

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	650	650	1208
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
3h		--	--






DA SABATO 27
A SABATO 3 AGOSTO

Settimana di escursioni
in Val di Fiemme
Dolomiti

Settimana di escursioni nella valle di Fiemme con trasferimento da Latina a mezzo di pulman GT e trattamento di mezza pensione in Hotel ***.

Accompagnatori: Antonio Finocchito-Federico Cerocchi

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E/T	----	----	----
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
-----			



24
SABATO

Fiaccolata a Camporosello
Monti Lepini

Organizzata dalla sottosezione CAI di Sezze. Da Latina si raggiunge Camporosello in macchina, quindi si sale sul Monte Ardigara e all'imbrunire verranno accese le torce e si scenderà fino alla piana di Camporosello. Quindi si consumerà la cena condividendo il cibo portato dai partecipanti.

Accompagnatore: Federico Cerocchi

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	310	310	1430
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
2h		--	



1 DOMENICA

Serra della Terratta *Montagna grande di Scanno*

La cima serra della Terratta fa parte della Montagna Grande che segna il confine orientale del Parco d'Abruzzo. Dal paese di Scanno si prende la seggiovia che sale agli impianti sciistici di Monte Rotondo. Da lì Per il cosiddetto fosso del Carapale si raggiunge il valico omonimo con le caratteristiche formazioni rocciose delle Ciminiere. Un altro breve tragitto in cresta porta al monte Serra della Terratta. Il panorama è molto ampio sulle vette circostanti e la conca del Fucino. Ritorno per la stessa via.

Accompagnatori: Franco Di Tano-Federico Cerocchi

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	600	600	2163
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
4h 30'			--



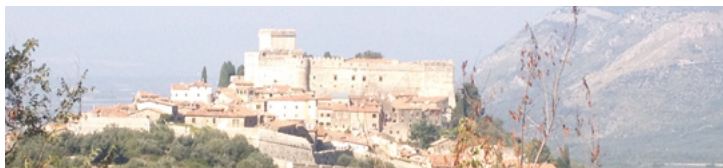
15 DOMENICA

Punta Trento e Punta Trieste *Velino*

Da Capo Pezza si ascende al Vado di Castellaneta raggiungendo poi in sequenza Punta Trieste e Punta Trento. Da qui per Colle dell'Orso e Valle Cerchiata si raggiunge il punto di partenza.

Accompagnatori: Stefano Giancola-Francesco Di Dio

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	800	800	2243
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
5h30'			--



22

DOMENICA

Da Monticchio al Convento di S.Francesco

Monti Lepini

Si percorre l'antica Via che porta a Sermoneta detta "Via dei Silici" che arriva a Sermoneta nel "Giardino degli Aranci". Si effettuerà la visita gratuita del Museo della Ceramica e della Mostra relativa al sito di "Caracupa". Si prosegue quindi verso il Convento di San Francesco con visita al complesso architettonico, normalmente chiuso. Si ritorna quindi nel paese di Sermoneta dove si sosterrà per il pasto. Ritorno per la stessa via.

Accompagnatori: Maria Di Tano - Antonio Finocchito

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	300	300	300
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
2h			--

29

DOMENICA

Pizzo Deta da Peschiomacello

Monti Ernici

Dalla fine della strada sterrata si passa alla fonte Mattè (768m.), si prosegue per colle Po (916m.) entrando poi nel vallone di Pescomacello con ripida salita. Si perviene a vari pianori intervallati da brevi passaggi per escursionisti esperti. Usciti dal vallone si arriva alla vetta (2041 m.) percorrendo la cresta.

Accompagnatori: Paolo Leonoro

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
EE	1400	1400	2041
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
6h			--





13
DOMENICA

Monte Cava
Velino Sirente

Dalla Chiesetta di Lucoli si segue la sterrata che da Prato Capito conduce ai Prati di Cerasolo. Da qui si sale prima al monte S. Rocco e poi a monte Cava.

Accompagnatori: Federico Cerocchi-Paolo Brunotti



DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	750	750	2003
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
7h			--

20
DOMENICA

LH4-Anello Segni
Monti Lepini

Escursione con la Joelette, aperta a tutti i soci. Sentiero ad anello che percorre la strada che circonda il campo per poi salire e a mezza costa arrivare al lato est dell'altopiano di Campo di Segni.

Accompagnatori LH della sezione di Latina - intersezionale CAI Colleferro

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
T	100	100	856
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
2h			--



27



DOMENICA

Anello da Forca D'Acero

Monti Marsicani

Escursione in uno degli angoli meno frequentati del Parco Nazionale d'Abruzzo. Anello Da Forca D'Acero, per la Valle dell'Iguagnera fino alla panoramica vetta del Mt. San Nicola tra faggete, crinali e antiche valli.

Accompagnatori: Paolo Brunotti-Massimiliano Fiocco

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	700	700	1900
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
6h			--



10

DOMENICA

Monte delle Fate da località Vetica

Monti Aurunci

Dalla Valle S. Vito, passando per Pozzo delle Cutine, si raggiunge Fontana la Savia (807m). Quindi, per la cresta Est si ascende a Mt delle Fate. Proseguimento per il rifugio Jo Caturo e sella di Serra Palombi (723m): in discesa lungo la Valle Case Nuove si torna al punto di partenza.

Accompagnatori: Francesco Di Dio-Stefano Giancola

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	805	805	1090
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
4h			--





24
DOMENICA

Appia Antica tra Fondi e Itri
Monti Aurunci

Dalla Via Appia Nuova si prende il sentiero che sale lungo la Gola S. Andrea fino a raggiungere l'area archeologica. Qui si percorre l'antica Via Appia. Sono presenti lungo il percorso: un santuario dedicato ad Apollo, dei grandi terrazzamenti di epoca repubblicana e il fortino di S. Andrea di epoca napoleonica. Una volta ritornati ci si recherà a visitare il Museo del Brigantaggio a Itri.

Accompagnatori: Maria Di Tano - Antonio Finocchito

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
E	200	200	378
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
3h			--



8
DOMENICA

Circeo-Quarto Freddo
Promontorio del Circeo

Dalla località Cava di Mezzomonte si raggiunge il Fortino di Guardia Orlando. Quindi, toccando la località Peretto, si prosegue la Galleria Acquedotto di Mezzomonte e l'omonima sorgente. Per Via Brecciaro si guadagna il punto di partenza.

Accompagnatori: Francesco Di Dio-Stefano Giancola

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
T	160	160	180
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
2h			--






15
DOMENICA

Passeggiata-pranzo sociale
Monti Lepini

Anello via valle Vota - Certosa - strada Melogrosso raggiungendo il ristorante dove pranzeremo.

Accompagnatore: Paolo Leonoro

DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO SAL.	DISLIVELLO DISC.	QUOTA MAX
T	120	50	536
DURATA A/R	TRASPORTO	PRANZO	CENA
1h 30'		 	--



Club Alpino Italiano

ALPINISMO GIOVANILE

Sezione di Latina



L'Alpinismo Giovanile ha lo scopo di aiutare il giovane nella crescita umana, proponendogli l'ambiente montano come modello da vivere con gioia, attraverso esperienze formative nella ricerca di un'autonomia pratica e culturale. Questa attività proposta dal CAI mira a stimolare nei ragazzi il piacere della scoperta in prima persona dell'ambiente montano, dove possono trovare soddisfazione dei loro molteplici interessi. Le uscite si prefiggono, come principale obiettivo, quello di portare i ragazzi ad esplorare e consolidare il loro rapporto con l'ambiente montano, mettendoli in condizione di affrontare livelli di difficoltà sempre maggiori in condizioni di assoluta sicurezza. L'ambiente montano può essere considerato come uno straordinario terreno di gioco e conoscenza in cui poter praticare attività fisiche e nello stesso tempo acquisire esperienze formative e conoscitive. Il progetto si pone inoltre come finalità generali la conoscenza dell'ambiente e la valorizzazione del territorio attraverso esperienze dirette, utilizzando principalmente il metodo dell'imparare facendo.

ATTIVITÀ ANNO 2019

14 gennaio	Giornata della sicurezza Campo Catino (Intersezionale Alatri-Latina-Palestrina)
20 gennaio	Sicuri sulla neve (Ciaspolata con Soccorso Alpino)
24 febbraio	Monte Redentore
31 marzo	Monte Fammera
14 aprile	Valle dei Santi (Intersezionale con Palestrina)
19 maggio	Raduno Regionale (Campo Catino)
30 giugno	Monte Cavallo
21 luglio	Monte Cairo
29 settembre	Capo Cosa
20 ottobre	Arrampicata (Intersezionale con Palestrina)
17 novembre	Quercia di Pierluigi (Intersez. con Palestrina)
8 dicembre	Parco Avventura (Intersezionale con Palestrina)

Gli accompagnatori di alpinismo giovanile sono:

Macrino Giovanni	AAG	338 789 9832
D'Ettore Rita	ASAG	329 598 8866
Del Vecchio Francesca	ASAG	333 974 5377
Sinapi Maria Civita	ASAG	329 006 056



Club Alpino Italiano

GRUPPO ROCCIA

Sezione di Latina



Il Gruppo Roccia CAI LT è una costola della sezione CAI LT che comprende appassionati di arrampicata sportiva e alpinismo in generale. Organizziamo uno o al massimo due corsi l'anno di arrampicata sportiva di primo livello sotto l'egida della Guida Alpina Roberto Rosica, con il Gruppo Roccia fin dall'inizio. La finalità è quella di creare un insieme di arrampicatori, con una ferrea formazione in merito alle tecniche di assicurazione e di scalata, che possa far crescere il movimento, trovando un punto di aggregazione in provincia di Latina.

ATTIVITÀ ANNO 2019

Corso di arrampicata sportiva

sotto la direzione di una Guida Alpina. Il corso consisterà in 5 incontri nella sede CAI di Latina di carattere teorico-introduttivo all'arrampicata e 5 uscite in faleisia.

Il corso si svolgerà nel periodo Novembre-Dicembre 2019. Informazioni dettagliate verranno diffuse nell'imminenza delle attività stesse.

Accompagnatore: Guida Alpina

Corso di alpinismo invernale

Il corso consisterà in 3 incontri, nella sede CAI di Latina, di carattere teorico-introduttivo alla nivologia, e in 4 uscite in ambiente innevato. Il corso si svolgerà nel periodo Febbraio- Marzo 2019 (informazioni dettagliate verranno diffuse nell'imminenza delle attività stesse).

Docente: Guida Alpina

Stage di escursionismo in ambiente innevato

Lezioni teoriche a tema nivologico suddivise in 3 incontri, più 2 uscite in ambiente innevato.

Docente: Stefano Giancola (AE-EAI)



Referente Angelo Savelli, cell.3333657090

mail: grupporoccia@cailatina.com

<https://www.facebook.com/grupporocciacailatina/>



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Latina
Sottosezione di SEZZE
ATTIVITÀ ANNO 2019



- | | |
|--------------------|---|
| 20 Gennaio | CIASPOLATA
acc. M. Giusti - M. Simonetti |
| 17 Febbraio | MONTI LEPINI. BELVEDERE
acc. A. Malandrucolo- S. De Angelis |
| 31 Marzo | AURUNCI, MONTE PETRELLA,
acc. M. Giusti - G. Spagnolo |
| 28 Aprile | ROTONARIA - TRISULTI
acc. M. Giusti- M. Simonetti |
| 19 Maggio | MONTE CIRCEO
acc. M. Giusti - S. De Angelis |
| 16 Giugno | (COLLI ALBANI) MONTE ARTEMISIO
acc. G.Spagnolo - A.Malandrucolo |
| 14 Luglio | AUSONI, MONTE ROMANO
acc. S. De Angelis - G. Spagnolo |
| 28 Luglio | CANOA, FIUME CAVATA
acc. M. Giusti - M. Montefusco |
| 24 Agosto | FIACCOLATA
acc. M. Giusti- A. Malandrucolo |
| 8 Settembre | M. LEPINI, MONTE CAPREO
acc. G.Spagnolo - A. Malandrucolo |
| 6 Ottobre | M. LEPINI, MONTE LUPONE
acc. G.Spagnolo - A. Malandrucolo |
| 3 Novembre | M. LEPINI, FOTA - ABB. SANTO STEFANO
acc. M.Giusti-M. Simonetti |
| 1 Dicembre | M. LEPINI, MONTE ANTONIANO
acc. A. Malandrucolo - S. De Angelis |
| 7 Dicembre | CENA SOCIALE |



COMMISSIONE TUTELA AMBIENTE MONTANO

La difesa e la tutela dell'ambiente montano sono previste dall'art.1 dello Statuto del CAI

"Art. 1 - Costituzione e finalità

1. Il Club alpino italiano (C.A.I.), fondato in Torino nell'anno 1863 per iniziativa di Quintino Sella, libera associazione nazionale, ha per iscopo l'alpinismo in ogni sua manifestazione, la conoscenza e lo studio delle montagne, specialmente di quelle italiane, e la difesa del loro ambiente naturale."



Nel 1984 il Consiglio Centrale del Club Alpino Italiano (oggi Comitato Direttivo Centrale) istituì la Commissione Centrale per la Tutela dell'Ambiente Montano (<http://www.cai-tam.it/>), per rendere operativo quanto affermato nell'art.1. così a Latina, come in altre sezioni Cai, da qualche anno si è istituita la commissione Tutela Ambiente Montano i partecipanti sono: Paolo Leonoro (presidente), Luca Del Giudice, Maria Di Tano, Francesco Di Dio, Antonio Finocchito, Daniela Mastrodomenico. Poiché la difesa e la tutela dell'ambiente montano sono previste dall'art.1 dello Statuto del CAI, il Cai nella sua attività istituzionale ha elaborato una serie di norme dettagliate per l'attività del CAI e dei suoi operatori ed iscritti. Sono norme di comportamento e prese di posizione su temi relativi alla montagna ed alla sua frequentazione e fruizione.

Maggiori informazioni su www.cailatina.com/tam/.



COMMISSIONE SENTIERISTICA



Continua l'opera di riqualificazione dei sentieri della rete sentieristica dei Monti Lepini, a cui la nostra sezione sta partecipando attivamente in collaborazione con le sezioni CAI di Colleferro e di Frosinone. Nel corso del 2018 i volontari della Sezione di Latina hanno provveduto a ripristinare e segnare i sentieri 704 (Ospedaletto di Norma-Costa delle Tombelle), 703 (Il Volubro- Costa delle Tombelle), 714a (Sorgente La Fota - Santo Stefano in Malvisciolo), 715 (Valle Sanguinetti - Sorgente La Fota). In collaborazione con la sezione CAI di Colleferro è stato segnato il sentiero 713 (Carpineto - Sorgente Rapiglio).

Oltre questi interventi di segnatura ex novo, sono stati effettuati lavori di manutenzione su sentieri LH e di sistemazione di alcuni sentieri segnati precedentemente. L'opera di sistemazione della rete sentieristica dei monti Lepini prevediamo che verrà completata prima della primavera del 2019.

Maggiori informazioni su www.cailatina.com/sentieristica/.



Gruppo escursionismo con ausili per persone con disabilità.

Il giorno 20 novembre 2016 è stata consegnata alla sezione CAI di Latina la Joelette che è una carrozzella da fuori strada a ruota unica che permette la pratica di escursionismo, su sentieri dedicati, ad ogni persona a mobilità ridotta o in situazione di handicap, bambino o adulto, anche se totalmente dipendente, grazie all'aiuto di almeno due accompagnatori. La nostra sezione ha nove accompagnatori certificati per la conduzione della joelette. Questo a completamento di un progetto del CAI Lazio finanziato dalla regione Lazio in cui si sono realizzati 16 sentieri appositi di cui ben 5 sono nella provincia di Latina. La sezione di Latina organizzerà prossimamente delle escursioni dove sarà prevista la conduzione di una o più persone con mobilità ridotta. Si chiede agli interessati di contattarci all'indirizzo mail info@cailatina.com o telefonando in sede il **giovedì** o **venerdì** dalle **19:00** alle **20:00** al numero **0773-694879**.
www.cailatina.com/gruppolh/

Gli accompagnatori LH della sezione sono:
Donato Brienza, Rita D'Ettore, Franco Di Tano,
Maria Di Tano, Daniela Faloppa, Antonio Finocchito,
Valentino Finocchito, Valeria Gentile, Saverio Tolone.



CORPO NAZIONALE SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO

Medaglia d'oro al valore civile

**IN CASO DI PERICOLO IN MONTAGNA CHIAMARE SEMPRE IL
CORPO NAZIONALE SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO**

CONSIGLI UTILI E MODALITÀ PER LA RICHIESTA DI SOCCORSO

1. Non andare in montagna o in grotta da soli.
2. Lasciare sempre indicazioni precise riguardo l'itinerario che si intende percorrere.
3. Informarsi sulle condizioni metereologiche.

COME COMPORTARSI IN CASO DI INCIDENTE

1. Mantenere la calma, non agire d'impulso.
2. Adottare subito misure idonee per evitare e prevenire altri rischi.
3. Chiamare sempre il **118**

Richiedendo specificatamente l'intervento del soccorso alpino.

- Comunicare con la massima precisione possibile il luogo e l'ora dell'incidente (molto utile il GPS per dare le coordinate in modo facile e preciso), descrivendo la situazione in corso e fornendo tutte le informazioni utili per un efficace intervento del C.N.S.A.S.

- **Non abbandonare mai il telefono da cui si è chiamato.**

- Richiedere altre informazioni e/o documentazione presso la propria sede di appartenenza del CLUB ALPINO ITALIANO.

Il servizio **Georesq** diventa gratuito per tutti i soci CAI.

Georesq consente tramite l'app installabile su smartphone

Android o Apple, di monitorare in tempo reale la vostra

posizione geografica, permettendovi in caso di emergenza di

inviare rapidamente alla centrale operativa la richiesta d'aiuto.

Per maggiori informazioni: <https://wp.georesq.it/>



CIASPOLATA ALLA CICERANA



MONTI PRENESTINI



PIAN DELLA FAGGETA CON LA JOELETTE


Fotovoltaico Semplice
Il Fotovoltaico per Ville n.1 in Italia

WWW.FOTOVOLTAICOSEMPlice.IT

Lo Sport al servizio del cliente

***GIORGETTA
SPORT***

**via del lido, 51
LATINA**

Si può scaricare questo libretto all'indirizzo



www.cailatina.com/programma2019.pdf