



Club Alpino Italiano

Sezione di Potenza

Club
Alpino
Italiano

SEZIONE DI POTENZA

Sede (aperta ogni venerdì dalle ore 20.00)
Via Tirreno – fabbricato A. Del Favero
85100 Potenza

Recapito postale
Via Nazario Sauro, 5 – 85100 Potenza

tel. e fax 0971.57713
email caipz@tiscali.it

www.caipotenza.it

programma
2008



Il Club Alpino Italiano

Il Club Alpino Italiano è stato fondato nel 1863 da Quintino Sella, uomo di scienza e profonda cultura, con lo scopo **“di far conoscere le montagne e di agevolarvi le escursioni, le salite e le esplorazioni scientifiche”**. Oggi come allora gli obiettivi non sono cambiati ma sicuramente l'associazione è molto cresciuta sia come numero di soci, ben oltre i 300.000, che nelle attività sempre volte a vivere e far vivere la montagna in tutti i suoi aspetti: alpinismo, escursionismo, sci di fondo e sci-alpinismo, speleologia. Per tali attività il CAI si avvale del supporto di figure tecniche altamente specializzate nei diversi settori e discipline: esperti ed operatori naturalistici, osservatori glaciologici e di tutela montana, esperti di neve e valanghe, guide alpine ed accompagnatori di escursionismo e soprattutto oltre 7000 volontari che formano il Corpo Nazionale del Soccorso Alpino e Speleologico.

Chi entra nel Club Alpino ha passione per la montagna, rispetto per l'ambiente, attenzione per la natura e trova un mondo ricco di storia, di cultura, di tradizioni e soprattutto di valori. La montagna oggi viene sempre più spesso vissuta come una meravigliosa palestra dove si allena il corpo ma anche l'anima: è lo scenario ideale dove l'uomo può meglio riscoprire se stesso e la solidarietà degli altri uomini, lo spazio immenso dove ognuno può percorrere un sentiero per ritrovare la propria dimensione.

La Sezione di Potenza del Club Alpino

Negli archivi storici del CAI viene riportata la nascita della Sezione Lucana, con sede a Potenza, nell'anno 1878. L'attuale Sezione, persa la continuità con le origini, rinasce nel 1990 e da allora, perseguendo gli obiettivi del Club Alpino, organizza attività sia in regione che fuori. In questi anni la Sezione di Potenza ha organizzato non solo escursioni ma anche Corsi di Escursionismo, di Sci nordico, di Segnaletica in montagna, di Cartografia, di Botanica, Stages di progressione su roccia, Proiezioni di diapositive e Convegni su svariati temi.

All'interno della Sezione operano Accompagnatori di Escursionismo e di Alpinismo Giovanile, per garantire sempre maggior sicurezza alle attività.

Nel **programma 2008** si è inteso valorizzare particolarmente la montagna lucana con venti escursioni in regione e verrà altresì data l'opportunità a tutti i soci di conoscere alcune delle più belle cime dell'appennino centro-meridionale: visiteremo infatti quattro Parchi nazionali e quattro Parchi regionali in Abruzzo, Basilicata, Campania e Puglia.

Il programma prevede inoltre diverse escursioni insieme ad altre sezioni CAI, sempre utili a rinsaldare il senso di appartenenza all'associazione, a rinforzare i legami all'interno del sodalizio e a confrontarsi tra amanti della montagna.

Alle attività presenti nel programma annuale andranno ad aggiungersi quelle sciescursionistiche, alpinistiche e in mountain bike e incontri di carattere culturale, che verranno pubblicizzati, come ormai

consuetudine, a mezzo della stampa sociale e pubblicati sul sito internet, dove saranno disponibili anche i programmi dettagliati delle singole attività. Non resta che augurare **"Buona montagna"** a tutti.



Estratto del regolamento delle escursioni

Obblighi dei partecipanti

Partecipare possibilmente alla riunione in sezione prevista per l'iscrizione all'escursione e versare la quota richiesta;

Essere puntuali all'appuntamento;

Essere fisicamente preparati ed in possesso d'abbigliamento ed attrezzatura adeguati all'escursione; Attenersi esclusivamente alle disposizioni impartite dal responsabile non abbandonando il sentiero ed il gruppo se non preventivamente autorizzati e collaborando per la migliore riuscita dell'escursione; Essere a conoscenza del regolamento delle escursioni ed accettarlo.

Quote di partecipazione alle escursioni

La quota dovuta dai singoli partecipanti per la copertura assicurativa, obbligatoria in caso di escursioni sezionali, salvo futuri aumenti da parte della Sede Centrale, è fissata in 3,00.

Il responsabile dell'escursione potrà accettare anche iscrizioni tardive, dopo aver richiesto la copertura assicurativa; in questo caso il partecipante verserà ugualmente la quota prevista ma non potrà usufruire della copertura, dovendosi ritenere tale versamento quale contributo a favore della Sezione.

Non soci ammessi a partecipare alle escursioni

I non soci potranno essere ammessi a partecipare alle escursioni, anche al fine di permettere agli stessi di valutare l'interesse rispetto alle attività proposte dalla Sezione, per un numero massimo di tre volte.

La quota dovuta dai non soci per la copertura assicurativa, obbligatoria in caso di escursioni sezionali, salvo futuri aumenti da parte della Sede Centrale, è fissata in 5,00.

Ai non soci ammessi a partecipare ad attività che presuppongono l'utilizzo di mezzi pubblici o il pernottamento in alberghi e/o rifugi sarà applicata una maggiorazione della quota, rispetto ai soci, pari al 10%.





GENNAIO

Domenica 20

da Pignola alla Chiesa di San Michele

Difficoltà T

Responsabile: Tortora

FEBBRAIO

Domenica 10

Monte Li Foi

Difficoltà E

Responsabile: Galatà

Domenica 24

Parco regionale dei Monti Lattari: Vallone delle Ferriere

Difficoltà T – E

Responsabili: Ferrara, Maffucci



Lucana Sistemi s.r.l.

Progettazione, sviluppo e manutenzione
di sistemi informatici

da 25 anni con voi

Indirizzo: Via Cicerone, 13 Malera
Telefono: 0835.381935
Fax: 0835.381937

www.lucanasistemi.com

**AZIENDA CON SISTEMA QUALITÀ
CERTIFICATO DA DNV
=UNI EN ISO 9001/2000=**

MARZO

Domenica 2

Parco nazionale del Pollino: Crestone dei Loricati

Difficoltà Alpinistica

Responsabile: Pavese

Domenica 9

da Passo Colla ad Acquafredda di Maratea

Difficoltà E

Responsabili: Ferrara, Telesca

Domenica 16

Parco nazionale del Pollino: Monte Coppolo

Difficoltà E

Responsabili: Pino, Puerstl

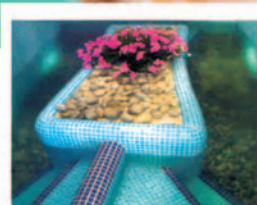
Domenica 30

Parco regionale dei Monti Lattari: Monte dell'Avvocata

Difficoltà E

Responsabili: Ferrara, Maffucci

Hotel Villa Sirena Casamicciola Terme



Loc. Terme Rita
80074 Casamicciola Terme
Isola di Ischia (NA)
Tel - Fax 081/994738 (3 linee pbx)



APRILE

APRILE

Domenica 13

Parco nazionale del Cilento e Vallo di Diano: Monte Motola

Difficoltà E

Responsabili: Maffucci, Armentano

Domenica 20

Monte Saracino

Difficoltà E

Responsabili: Carriero, Padula
intersezionale con il CAI di Salerno

Domenica 27

Parco regionale dei Monti Lattari: Sentiero degli Dei

Difficoltà E

Responsabili: De Palma, Sordetti

MAGGIO

da Giovedì 1° a Domenica 4

Ischia e Capri

Difficoltà T-E

Responsabile: Giorgio

Domenica 11

Parco regionale di Gallipoli Cognato e delle Piccole

Dolomiti Lucane: Monte dell'Impiso

Difficoltà E

Responsabili: Cufino, Pino

Domenica 18

Monte Vulture

Difficoltà E

Responsabile: Scavone

Domenica 25

Sentiero Frassati della Basilicata

Difficoltà E

Responsabili: Carriero, Pino

intersezionale con il CAI di Pescara ed il CAI di Benevento

da Venerdì 31 a Lunedì 2 Giugno

Parco nazionale del Gargano: Foresta Umbra e Isole
Tremiti

Difficoltà T-E

Responsabile: Iannarella





GIUGNO

Domenica 8

Parco nazionale del Pollino: da Fosso Iannace a Serra di Crispo

Difficoltà E

Responsabili: Ferrara, Maffucci,

Sabato 14 e Domenica 15

Parco nazionale del Pollino: Serra Cerrosa

Difficoltà E

Responsabili: Padula, De Palma

Domenica 22

Potenza. Giochi avventura e di orientamento

Responsabili: Calarota, Caldarola



LUGLIO

da Venerdì 4 a Domenica 6

Parco nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise

Difficoltà E

Responsabili: Carriero, Padula
intersezionale con il CAI di Pescara

Sabato 19 e Domenica 20

Parco nazionale del Pollino: Cozzo del Pellegrino

Difficoltà E

Responsabili: Padula, Pino

AGOSTO

Sabato 30 e Domenica 31

Parco nazionale del Cilento e Vallo di Diano: traversata degli Alburni

Difficoltà EE

Responsabili: Padula, Aicale



- PROGETTAZIONE, IMPIANTI E MANUTENZIONE GIARDINI
- SERVIZIO DI PULIZIA SCARPATE ED AREE VERDI IN GENERE
- POTATURE CON PIATTAFORME AEREE

Città Verde

Cooperativa sociale

Vito Nolè

329 - 9076666

Rocco Caldarola

329 - 9076664

Città Verde Cooperativa Sociale a.r.l.

Via dell'Ateneo Lucano, 16 - 85100 Potenza

Tel e Fax 0971.51318 - cittaverdepotenza@tiscali.it

nepentha
ARTIGIANO DEL SUONO



audio multimedia videoconferenza domotica
progettazione e assemblaggio di sistemi
integrati

www.nepentha.it
www.domoticaweb.com
digital@domoticaweb.com
via Di Giura 79/a
85100 Potenza (P.O. BOX 109)
t/f e FAX 0971 443559

SETTEMBRE

Sabato 6 e Domenica 7

Parco regionale del Matese: Monte Miletto

Difficoltà E

Responsabili: Carriero, Pino

intersezionale con il CAI di Benevento

Domenica 14

Parco nazionale del Cilento e Vallo di Diano: Punta
Infreschi

Difficoltà T

Responsabili: Ferrara, Cocuzzo

Domenica 21

Parco nazionale del Pollino: Serra del Prete

Difficoltà E

Responsabili: Carriero, Aicale

Domenica 28

La valle dimenticata dal tempo - da Brienza a San-
t'Angelo Le Fratte

Difficoltà E

Responsabili: Pino, Cufino

OTTOBRE

Domenica 5

Parco regionale di Gallipoli Cognato e delle Piccole Dolomiti Lucane: dalla Fontana dell'Arioso a Castelmezzano e Pietrapertosa

Difficoltà E

Responsabili: Carriero, Padula
intersezionale con il CAI di Salerno ed il CAI di Castrovillari

Domenica 12

Monte Lama, Monte Calvelluzzo, Bosco Autiero

Difficoltà E

Responsabili: Caldarola, Calarota

Domenica 19

Monte Giano

Difficoltà E

Responsabili: Tortora, Pino

Domenica 26

Monte Serranetta

Difficoltà T - E

Responsabile: Pavese



Articoli sportivi
Laboratorio Ski-Service

Tel 0971/54030
Viale Basento, 205
85100 Potenza

P.iva 01140910769

NOVEMBRE

Domenica 9

Parco nazionale del Cilento e Vallo di Diano: Affondatore di Vallivona

Difficoltà E

Responsabili: Padula, Carriero

Domenica 23

da loc. Pantano di Pignola alla Chiesa del Carmine

Difficoltà T – E

Responsabili: Tortora



UNIGLOBE

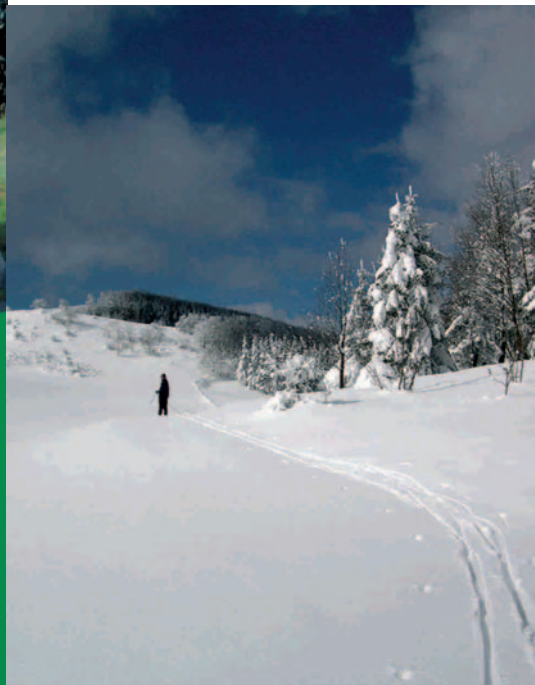




DICEMBRE

Domenica 21

Giornata sociale



"BIOFLORES RICERCA NUOVA"

Soc. Coop. Soc. ONLUS

Via Sinni - Rione S. Rocco
85100 Potenza - Tel e Fax 0971 36800
P.iva 01368710768



Difficoltà dei percorsi escursionistici

T = Turistico

È un itinerario non lungo su stradine o larghi sentieri sempre evidente che non necessita di capacità di orientamento. Non tocca mai quote elevate e richiede una normale preparazione fisica alla camminata.

E = Escursionistico

È un itinerario che si snoda su sentieri di ogni genere o su tracce evidenti, anche su pascoli e non presenta di norma tratti esposti o, nel caso di brevi passaggi o traversate su ripidi pendii, presenta protezioni come barriere o cavi. Può richiedere un certo senso di orientamento, come pure una certa esperienza e conoscenza del terreno montagnoso e necessita di allenamento alla camminata e di calzature ed equipaggiamento adeguato.

EE = per Escursionisti Esperti

È un itinerario che per la lunghezza ed il tipo di terreno implica buona capacità di approccio ai vari tipi di fondo ed ottima forma fisica. Si snoda su sentieri o tracce su terreno impervio e/o infido; raggiunge di norma quote anche elevate e può attraversare pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento e tratti rocciosi con lievi difficoltà

tecniche. Necessita di buona esperienza di montagna e dell'ambiente alpino, passo sicuro ed assenza di vertigini, nonché, di attrezzatura adeguata e conoscenza delle tecniche di orientamento.

EEA = per Escursionisti Esperti, con Attrezzature

È un itinerario che si snoda su percorsi attrezzati o vie ferrate su cui è indispensabile l'uso di imbracatura, moschettoni etc.. È anche il caso di percorsi di difficoltà EE su cui è indispensabile predisporre corde fisse per l'attraversamento di piccoli tratti di nevaio non pianeggiante o brevi tratti esposti su roccia.



6 regole fondamentali per divertirsi in sicurezza

1. Per le tue escursioni in montagna, scegli itinerari in funzione delle tue capacità fisiche e tecniche, documentandoti adeguatamente sulla zona da visitare. Se cammini in gruppo prevedi tempi di percorrenza in relazione agli escursionisti più lenti.
2. Provvedi ad un abbigliamento consono all'impegno e alla lunghezza dell'escursione e porta nello zaino l'occorrenza per eventuali situazioni di emergenza, assieme ad una minima dotazione di pronto soccorso.
3. Di preferenza non intraprendere da solo una escursione in montagna e, in ogni caso, lascia detto a qualcuno l'itinerario che prevedi di percorrere, riavvisando del tuo ritorno.
4. Informati sulle previsioni meteo e osserva costantemente lo sviluppo del tempo.
5. Nel dubbio torna indietro. A volte è meglio rinunciare che arrischiare l'insidia del maltempo o voler superare difficoltà di grado superiore alle proprie forze, capacità, attrezzature. Studia preventivamente itinerari alternativi di rientro.
6. 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.



Recapiti organizzatori delle attività

Accompagnatori di escursionismo



| | |
|-------------------------|-------------|
| Alessandro Pino | 328.2612935 |
| Franco Zambrotta | 328.7647507 |
| Massimo Carriero | 347.5851390 |
| Rudi Padula | 333.2723853 |

Accompagnatori di Alpinismo Giovanile



| | |
|------------------------|------------|
| Michele Mittica | 330.936213 |
|------------------------|------------|

Responsabili delle escursioni

| | |
|----------------------------|-------------|
| Alba Iannarella | 347.4592801 |
| Angela Cocuzzo | 349.3612933 |
| Anna Tortora | 333.3779762 |
| Canio Cufino | 334.8262221 |
| Gianfranco Sordetti | 349.2519211 |
| Giuseppe Ferrara | 347.6115650 |
| Luciano Scavone | 347.3660023 |
| Maria Giorgio | 335.6592605 |

| | |
|---------------------------|-------------|
| Massimo Calarota | 328.0160506 |
| Rocco Caldarola | 338.8697317 |
| Rocco Pavese | 0971.491737 |
| Santo Galatà | 328.6687543 |
| Tonino Aicale | 347.5845550 |
| Vincenzo Armentano | 338.9535747 |
| Vincenzo De Palma | 320.4277910 |
| Vincenzo Maffucci | 333.8318397 |
| Vincenzo Telesca | 349.4698287 |



Quote associative 2007

Socio ordinario

42.00 (rinnovo 38.00)

Socio familiare

21.00 (rinnovo 17.00)

Socio giovane

15.00 (rinnovo 11.00)

Socio ordinario (disoccupato tra i 18 ed i 25 anni)

29.00 (rinnovo 25.00)



COOPERATIVA SOCIALE



- ▶ PROGETTAZIONE, REALIZZAZIONE E MANUTENZIONE SENTIERI
- ▶ INTERVENTI DI RIPRISTINO AMBIENTALE
- ▶ CENTRO DI EDUCAZIONE AMBIENTALE

Via Tirreno, 245 - 85100 POTENZA
cell. 328.0160506 - e.mail: mcalarota@alice.it
P.IVA 01657570766



Club Alpino Italiano

Sezione di Potenza

Club
Alpino
Italiano

SEZIONE DI POTENZA

**Sede (aperta ogni venerdì dalle ore 20.00)
Via Tirreno – fabbricato A. Del Favero
85100 Potenza**

**Recapito postale
Via Nazario Sauro, 5 – 85100 Potenza**

**tel. e fax 0971.57713
email caipz@tiscali.it**

www.caipotenza.it

**programma
2008**



Il Club Alpino Italiano

Il Club Alpino Italiano è stato fondato nel 1863 da Quintino Sella, uomo di scienza e profonda cultura, con lo scopo **“di far conoscere le montagne e di agevolarvi le escursioni, le salite e le esplorazioni scientifiche”**. Oggi come allora gli obiettivi non sono cambiati ma sicuramente l'associazione è molto cresciuta sia come numero di soci, ben oltre i 300.000, che nelle attività sempre volte a vivere e far vivere la montagna in tutti i suoi aspetti: alpinismo, escursionismo, sci di fondo e sci-alpinismo, speleologia. Per tali attività il CAI si avvale del supporto di figure tecniche altamente specializzate nei diversi settori e discipline: esperti ed operatori naturalistici, osservatori glaciologici e di tutela montana, esperti di neve e valanghe, guide alpine ed accompagnatori di escursionismo e soprattutto oltre 7000 volontari che formano il Corpo Nazionale del Soccorso Alpino e Speleologico.

Chi entra nel Club Alpino ha passione per la montagna, rispetto per l'ambiente, attenzione per la natura e trova un mondo ricco di storia, di cultura, di tradizioni e soprattutto di valori. La montagna oggi viene sempre più spesso vissuta come una meravigliosa palestra dove si allena il corpo ma anche l'anima: è lo scenario ideale dove l'uomo può meglio riscoprire se stesso e la solidarietà degli altri uomini, lo spazio immenso dove ognuno può percorrere un sentiero per ritrovare la propria dimensione.

La Sezione di Potenza del Club Alpino

Negli archivi storici del CAI viene riportata la nascita della Sezione Lucana, con sede a Potenza, nell'anno 1878. L'attuale Sezione, persa la continuità con le origini, rinasce nel 1990 e da allora, perseguendo gli obiettivi del Club Alpino, organizza attività sia in regione che fuori. In questi anni la Sezione di Potenza ha organizzato non solo escursioni ma anche Corsi di Escursionismo, di Sci nordico, di Segnaletica in montagna, di Cartografia, di Botanica, Stages di progressione su roccia, Proiezioni di diapositive e Convegni su svariati temi.

All'interno della Sezione operano Accompagnatori di Escursionismo e di Alpinismo Giovanile, per garantire sempre maggior sicurezza alle attività.

Nel **programma 2008** si è inteso valorizzare particolarmente la montagna lucana con venti escursioni in regione e verrà data, altresì, l'opportunità a tutti i soci di conoscere alcune delle più belle cime dell'appennino centro-meridionale: visiteremo infatti quattro Parchi nazionali e quattro Parchi regionali in Abruzzo, Basilicata, Campania e Puglia.

Il programma prevede inoltre diverse escursioni insieme ad altre sezioni CAI, sempre utili a rinsaldare il senso di appartenenza all'associazione, a rinforzare i legami all'interno del sodalizio e a confrontarsi tra amanti della montagna.

Alle attività presenti nel programma annuale andranno ad aggiungersi quelle sciescursionistiche, alpinistiche, in mountain bike ed incontri di carattere culturale, che verranno pubblicizzati, come ormai

consuetudine, a mezzo della stampa sociale e pubblicati sul sito internet, dove saranno disponibili anche i programmi dettagliati delle singole attività. Non resta che augurare **"Buona montagna"** a tutti.



Estratto del regolamento delle escursioni

Obblighi dei partecipanti

Partecipare possibilmente alla riunione in sezione prevista per l'iscrizione all'escursione e versare la quota richiesta.

Essere puntuali all'appuntamento.

Essere fisicamente preparati ed in possesso d'abbigliamento ed attrezzatura adeguati all'escursione. Attenersi esclusivamente alle disposizioni impartite dal responsabile non abbandonando il sentiero ed il gruppo se non preventivamente autorizzati e collaborando per la migliore riuscita dell'escursione.

Essere a conoscenza del regolamento delle escursioni ed accettarlo.

Quote di partecipazione alle escursioni

La quota dovuta dai singoli partecipanti per la copertura assicurativa, obbligatoria in caso di escursioni sezionali, salvo futuri aumenti da parte della Sede Centrale, è fissata in € 3,00.

Il responsabile dell'escursione potrà accettare anche iscrizioni tardive, dopo aver richiesto la copertura assicurativa; in questo caso il partecipante verserà ugualmente la quota prevista ma non potrà usufruire della copertura, dovendosi ritenere tale versamento quale contributo a favore della Sezione.

Non soci ammessi a partecipare alle escursioni

I non soci potranno essere ammessi a partecipare alle escursioni, anche al fine di permettere agli stessi di valutare l'interesse rispetto alle attività proposte dalla Sezione, per un numero massimo di tre volte.

La quota dovuta dai non soci per la copertura assicurativa, obbligatoria in caso di escursioni sezionali, salvo futuri aumenti da parte della Sede Centrale, è fissata in € 5,00.

Ai non soci ammessi a partecipare ad attività che presuppongono l'utilizzo di mezzi pubblici o il pernottamento in alberghi e/o rifugi sarà applicata una maggiorazione della quota, rispetto ai soci, pari al 10%.





Programma delle escursioni

GENNAIO

Domenica 20

da Pignola alla Chiesa di San Michele

Difficoltà T

Responsabile: Tortora

FEBBRAIO

Domenica 10

Monte Li Foi

Difficoltà E

Responsabile: Galatà

Domenica 24

Parco regionale dei Monti Lattari

Vallone delle Ferriere

Difficoltà T-E

Responsabili: Ferrara, Maffucci



Lucana Sistemi S.r.l

Progettazione, sviluppo e manutenzione
di sistemi informativi

da 25 anni con voi

Indirizzo: Via Cicerone, 13 Matera

Telefono: 0835.381935

Fax : 0835.381937

www.lucanasistemi.com

**AZIENDA CON SISTEMA QUALITÀ
CERTIFICATO DA DNV
=UNI EN ISO 9001/2000=**

MARZO

Domenica 2

Parco nazionale del Pollino: Crestone dei Loricati

Difficoltà Alpinistica

Responsabile: Pavese

Domenica 9

da Passo Colla ad Acquafredda di Maratea

Difficoltà E

Responsabili: Ferrara, Telesca

Domenica 16

Parco nazionale del Pollino: Monte Coppolo

Difficoltà E

Responsabili: Pino, Puerstl

Domenica 30

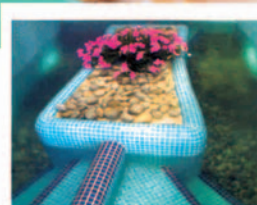
Parco regionale dei Monti Lattari: Monte dell'Avvocata

Difficoltà E

Responsabili: Ferrara, Maffucci

Hotel Villa Sirena

Casamicciola Terme



Loc. Terme Rita
80074 Casamicciola Terme
Isola di Ischia (NA)
Tel - Fax 081/994738 (3 linee pbx)



APRILE

Domenica 13

Parco nazionale del Cilento e Vallo di Diano

Monte Motola

Difficoltà E

Responsabili: Maffucci, Armentano

Domenica 20

Monte Saracino

Difficoltà E

Responsabili: Carriero, Padula

intersezionale con il CAI di Salerno

Domenica 27

Parco regionale dei Monti Lattari: Sentiero degli Dei

Difficoltà E

Responsabili: De Palma, Sordetti

MAGGIO

da Giovedì 1° a Domenica 4

Ischia e Capri

Difficoltà T-E

Responsabile: Giorgio

Domenica 11

Parco regionale di Gallipoli Cognato e delle Piccole

Dolomiti Lucane: Monte dell'Impiso

Difficoltà E

Responsabili: Cufino, Pino

Domenica 18

Monte Vulture

Difficoltà E

Responsabile: Scavone

Domenica 25

Sentiero Frassati della Basilicata

Difficoltà E

Responsabili: Carriero, Pino

intersezionale con il CAI di Pescara e di Benevento

da Venerdì 31 a Lunedì 2 Giugno

Parco nazionale del Gargano

Foresta Umbra e Isole Tremiti

Difficoltà T-E

Responsabile: Iannarella





VEMAR

vendita e assistenza tecnica
macchine e mobili per l'ufficio

via G.Fortunato 59/61
85050 Paterno (Pz)
t/f 0975.341387 - fax 0975 993113
www.vemarsas.it
vemarsas@vemarsas.it

GIUGNO

Domenica 8

Parco nazionale del Pollino: da Fosso Iannace
a Serra di Crispo

Difficoltà E

Responsabili: Ferrara, Maffucci,

Sabato 14 e Domenica 15

Parco nazionale del Pollino: Serra Cerrosa

Difficoltà E

Responsabili: Padula, De Palma

Domenica 22

Potenza. Giochi avventura e di orientamento

Responsabili: Calarota, Caldarola



LUGLIO

da Venerdì 4 a Domenica 6

Parco nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise

Difficoltà E

Responsabili: Carriero, Padula
intersezionale con il CAI di Pescara

Sabato 19 e Domenica 20

Parco nazionale del Pollino: Cozzo del Pellegrino

Difficoltà E

Responsabili: Padula, Pino
Intersezionale con il CAI di Castrovillari

AGOSTO

Sabato 30 e Domenica 31

Parco nazionale del Cilento e Vallo di Diano
traversata degli Alburni

Difficoltà EE

Responsabili: Padula, Aicale



- PROGETTAZIONE, IMPIANTI E MANUTENZIONE GIARDINI
- SERVIZIO DI PULIZIA SCARPATE ED AREE VERDI IN GENERE
- POTATURE CON PIATTAFORME AEREE

Città Verde

Cooperativa sociale

Vito Nolè

329 - 9076666

Rocco Caldarola

329 - 9076664

Città Verde Cooperativa Sociale a.r.l.

Via dell'Ateneo Lucano, 16 - 85100 Potenza

Tel e Fax 0971.51318 - cittaverdepotenza@tiscali.it



"BIOFLORES RICERCA NUOVA"
Soc. Coop. Soc. ONLUS

Via Sinni – Rione S. Rocco
85100 Potenza - Tel e Fax 0971 36800
P.iva 01368710768

SETTEMBRE

Sabato 6 e Domenica 7

Parco regionale del Matese: Monte Miletto

Difficoltà E

Responsabili: Carriero, Pino
intersezionale con il CAI di Benevento

Domenica 14

Parco nazionale del Cilento e Vallo di Diano
Punta Infreschi

Difficoltà T

Responsabili: Ferrara, Cocuzzo

Domenica 21

Parco nazionale del Pollino: Serra del Prete

Difficoltà E

Responsabili: Carriero, Aicale

Domenica 28

La valle dimenticata dal tempo
da Brienza a Sant'Angelo Le Fratte

Difficoltà E

Responsabili: Pino, Cufino

OTTOBRE

Domenica 5

Parco regionale di Gallipoli Cognato e delle Piccole Dolomiti Lucane: dalla Fontana dell'Arioso a Castelmezzano e Pietrapertosa

Difficoltà E

Responsabili: Carriero, Padula
intersezionale con il CAI di Salerno e di Castrovillari

Domenica 12

Monte Lama, Monte Calvelluzzo, Bosco Autiero

Difficoltà E

Responsabili: Caldarola, Calarota

Domenica 19

Monte Giano

Difficoltà E

Responsabili: Tortora, Pino

Domenica 26

Monte Serranetta

Difficoltà T-E

Responsabile: Pavese



VIGNOLI SPORT

Articoli sportivi
Laboratorio Ski-Service

Tel 0971/54030
Viale Basento, 205
85100 Potenza

P.iva 01140910769

NOVEMBRE

Domenica 9

Parco nazionale del Cilento e Vallo di Diano

Affondatore di Vallivona

Difficoltà E

Responsabili: Padula, Carriero

Domenica 23

da loc. Pantano di Pignola alla Chiesa del Carmine

Difficoltà T-E

Responsabili: Tortora



UNIGLOBE

creula travel



**Il film delle vacanze lo fate
voi..... i registi siamo noi**

siamo in via del Gallitello, 73
centro commerciale "10 Vettrine"

85100 Potenza - t/f 0971 481818 fax 0971 54260

nepentha
ARTIGIANO DEL SUONO



audio multimedia videoconferenza domotica
progettazione e assemblaggio di sistemi
integrati

www.nepentha.it
www.domoticaweb.com
digital@domoticaweb.com
via Di Giura 79/a
85100 Potenza (P.O. BOX 109)
t/f e FAX 0971 443559

DICEMBRE

Domenica 21

Giornata sociale



Difficoltà dei percorsi escursionistici

T = Turistico

È un itinerario non lungo, su stradine o larghi sentieri, sempre evidente, che non necessita di capacità di orientamento. Non tocca mai quote elevate e richiede una normale preparazione fisica alla camminata.

E = Escursionistico

È un itinerario che si snoda su sentieri di ogni genere o su tracce evidenti, anche su pascoli e non presenta di norma tratti esposti o, nel caso di brevi passaggi o traversate su ripidi pendii, presenta protezioni come barriere o cavi. Può richiedere un certo senso di orientamento, come pure una certa esperienza e conoscenza del terreno montagnoso e necessità di allenamento alla camminata e di calzature ed equipaggiamento adeguato.

EE = per Escursionisti Esperti

È un itinerario che per la lunghezza ed il tipo di terreno implica buona capacità di approccio ai vari tipi di fondo ed ottima forma fisica. Si snoda su sentieri o tracce su terreno impervio e/o infido; raggiunge di norma quote anche elevate e può attraversare pietraie, brevi nevaï non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento e tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche. Necessita di buona esperienza di montagna e dell'ambiente alpino, passo sicuro ed assenza di vertigini, nonché, di attrezzatura adeguata e conoscenza delle tecniche di orientamento.

EEA = per Escursionisti Esperti, con Attrezzature

È un itinerario che si snoda su percorsi attrezzati o vie ferrate su cui è indispensabile l'uso di imbracatura, moschettoni etc. È anche il caso di percorsi di difficoltà EE su cui è indispensabile predisporre corde fisse per l'attraversamento di piccoli tratti di nevaio non pianeggiante o brevi tratti esposti su roccia.

EAI = Escursionismo in Ambiente Innevato

Itinerari in ambiente innevato che richiedono l'utilizzo di racchette da neve, con percorsi evidenti e riconoscibili, con facili vie d'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.



6 regole fondamentali per divertirsi in sicurezza

1. Per le tue escursioni in montagna, scegli itinerari in funzione delle tue capacità fisiche e tecniche, documentandoti adeguatamente sulla zona da visitare. Se cammini in gruppo prevedi tempi di percorrenza in relazione agli escursionisti più lenti.
2. Provedi ad un abbigliamento consono all'impegno e alla lunghezza dell'escursione e porta nello zaino l'occorrenza per eventuali situazioni di emergenza, assieme ad una minima dotazione di pronto soccorso.
3. Di preferenza non intraprendere da solo una escursione in montagna e, in ogni caso, lascia detto a qualcuno l'itinerario che prevedi di percorrere, riavvisando del tuo ritorno.
4. Informati sulle previsioni meteo e osserva costantemente lo sviluppo del tempo.
5. Nel dubbio torna indietro. A volte è meglio rinunciare che arrischiare l'insidia del maltempo o voler superare difficoltà di grado superiore alle proprie forze, capacità, attrezzature. Studia preventivamente itinerari alternativi di rientro.
6. 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.



Recapiti organizzatori delle attività

Accompagnatori di escursionismo



| | |
|-------------------------|-------------|
| Alessandro Pino | 328.2612935 |
| Franco Zambrotta | 328.7647507 |
| Massimo Carriero | 347.5851390 |
| Rudi Padula | 333.2723853 |

Accompagnatori di Alpinismo Giovanile



| | |
|------------------------|------------|
| Michele Mittica | 330.936213 |
|------------------------|------------|

Responsabili delle escursioni

| | |
|----------------------------|-------------|
| Alba Iannarella | 347.4592801 |
| Angela Cocuzzo | 349.3612933 |
| Anna Tortora | 333.3779762 |
| Canio Cufino | 334.8262221 |
| Gianfranco Sordetti | 349.2519211 |
| Giuseppe Ferrara | 347.6115650 |
| Luciano Scavone | 347.3660023 |
| Maria Giorgio | 335.6592605 |

| | |
|---------------------------|-------------|
| Massimo Calarota | 328.0160506 |
| Rocco Caldarola | 338.8697317 |
| Rocco Pavese | 0971.491737 |
| Santo Galatà | 328.6687543 |
| Tonino Aicale | 347.5845550 |
| Vincenzo Armentano | 338.9535747 |
| Vincenzo De Palma | 320.4277910 |
| Vincenzo Maffucci | 333.8318397 |
| Vincenzo Telesca | 349.4698287 |



Quote associative 2008

Socio ordinario

€ 42.00 (rinnovo € 38.00)

Socio familiare

€ 21.00 (rinnovo € 17.00)

Socio giovane

€ 15.00 (rinnovo € 11.00)

Socio ordinario (disoccupato tra i 18 ed i 25 anni)

€ 29.00 (rinnovo € 25.00)



COOPERATIVA SOCIALE



- ▶ **PROGETTAZIONE, REALIZZAZIONE E MANUTENZIONE SENTIERI**
- ▶ **INTERVENTI DI RIPRISTINO AMBIENTALE**
- ▶ **CENTRO DI EDUCAZIONE AMBIENTALE**

Via Tirreno, 245 - 85100 POTENZA
cell. 328.0160506 - e.mail: mcalarota@alice.it
P.IVA 01657570766