



Club Alpino CAI

sezione di potenza

sede [aperta ogni venerdì dalle ore 20.00]
via Tirreno, Fabbricato A Del Favero
Via Nazario Sauro, 5
85100 Potenza

tel. 0971.21215
fax 0971.471397

email caipz@tiscali.it
www.caipotenza.it

studio / grafico / linearte



Club Alpino CAI

sezione di potenza

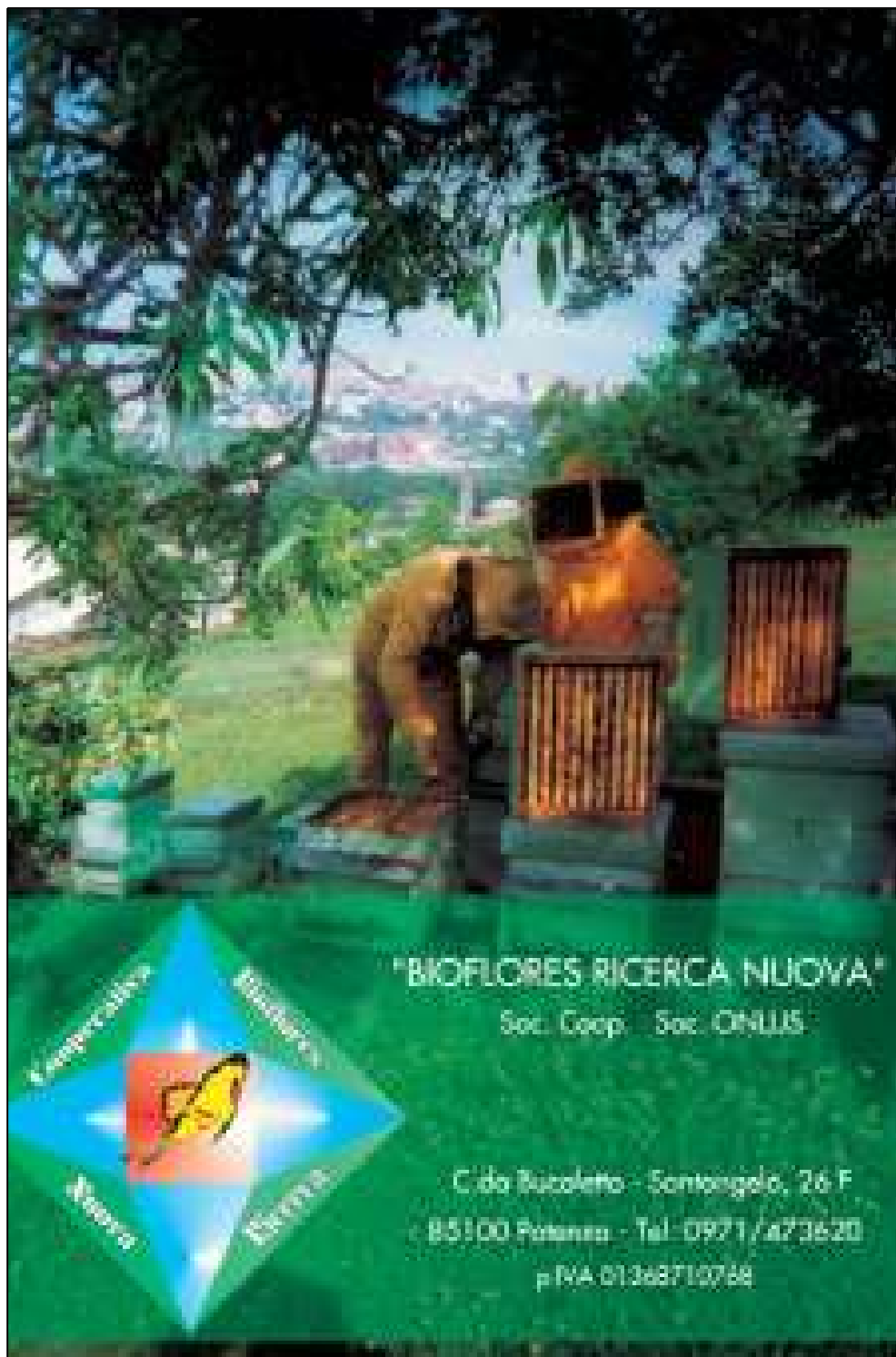
programma
escursioni

2006



p r o g r a m m a

www.caipotenza.it



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 fare 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 c 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, Stage 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.

Il **programma 2006**, per la varietà delle mete prescelte e la tipologia delle escursioni, potrà sicuramente soddisfare le aspettative degli appassionati della montagna, che avranno l'opportunità di conoscere alcune delle più belle cime dell'appennino centro-meridionale. Verranno inoltre organizzati Corsi di **Escursionismo**, di **Sci nordico**, di **Mountain bike** e delle **Passeggiate botaniche** per meglio conoscere l'ambiente che ci circonda.

Quote associative 2006

ORDINARIO

rinnovo euro 38.00 - **nuovo** euro 42.00

FAMILIARI

rinnovo euro 16.00 - **nuovo** euro 20.00

GIOVANI

rinnovo euro 11.00 - **nuovo** euro 15.00

Ordinario disoccupato [tra i 18 ed i 25 anni]

rinnovo euro 25.00 - **nuovo** euro 29.00



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.. E' 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.



PUBB UNIGLOBE

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'occorrente 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.



10

www.caipotenza.it

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 euro 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%.



- Villaggio turistico
- Ristorante tipico
- Pizzeria
- Tennis
- Piscina
- Cabotto
- Percorso Mountain Bike
- Ippodromano
- Percorso natura

88 00 Km 18 - Loc. Casina Caprina
85018 Bosco Cominale di Anzi (PT)
Tel. 050 419 38 63
www.lacasanelbosco.it
info@lacasanelbosco.it

La Casa nel Bosco

Programma delle Escursioni

GENNAIO

Domenica 29

da Pignola alla Chiesa di San Michele

difficoltà E

Responsabili: A. Tortora, M. Giorgio

FEBBRAIO

Domenica 19

Pietragalla: Monte Torretta

difficoltà E

Responsabile: D. Gianturco

Domenica 26

Parco Nazionale del Pollino: Crestone dei Loricati

difficoltà Alpinistica

Responsabile: R. Pavese

MARZO

Domenica 5

Monti Picentini: Monte Costa Calda

difficoltà E

Responsabile: M. Carriero
intersezionale con il CAI di Salerno

Domenica 12

Pignola/Tito: da Pantano alla Madonna del Carmine

difficoltà E

Responsabili: M. Calarota, A. Giammaria

Domenica 26

Monti Lattari: Sentiero degli Dei

difficoltà E

Responsabile: M. Carriero con Associazione
Falconaumanni di Matera

APRILE

Domenica 9

Sant'Angelo Le Fratte: Monte La Conca

difficoltà E

Responsabile: M. Carriero

da Venerdì 28 a Lunedì 1° Maggio

Ischia e Procida

difficoltà T-E

Responsabile: M. Giorgio



Mimmo il Ciclista
Trattoria

Via Vaccaro Nicola, 47

85100 Potenza

Tel. 0971/54840



VIGNOLI SPORT

Articoli sportivi
Laboratorio Ski-Service

Tel 0971/54030
Viale Basento, 205
85100 Potenza

P.iva 01140910768

MAGGIO

Domenica 7

Escursione botanica

difficoltà T-E

Responsabile: M. Nardelli

Domenica 14

Parco Nazionale del Cilento: Monte Motola

difficoltà E

Responsabile: V. Maffucci

Domenica 21

Parco Nazionale del Pollino: Monte Alpi

difficoltà E

Responsabile: A. Cutro

Sabato 27

Trenotrekking. Avigliano: Monte Carmine e Lagopesole

difficoltà E

Responsabili: D. Gianturco, M. Carriero

GIUGNO

da Giovedì 1° a Domenica 11

Mountain bike. Ciclotrek della Grecia

Responsabile: S. Galatà

Venerdì 2

Escursione botanica

difficoltà T-E

Responsabile: M. Nardelli

Domenica 11

Rafting. Parco Nazionale del Pollino: fiume Lao

Responsabile: M. Nardelli

Domenica 18

Parco Nazionale del Cilento: Monti Alburni

difficoltà E

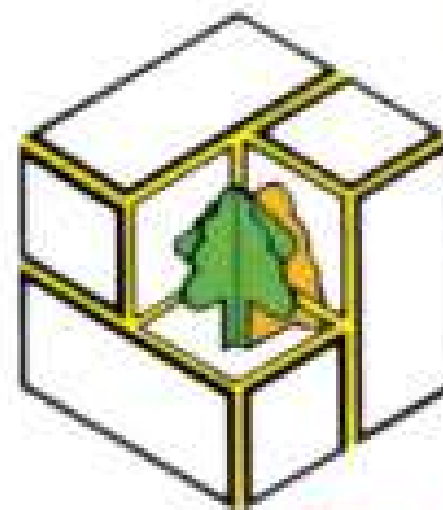
Responsabile: R. Padula

Domenica 25

Parco Nazionale del Pollino: Monte Pollino

difficoltà E

Responsabile: M. Giorgio
intersezionale con il CAI di Pescara



- PROGETTAZIONE, IMPIANTI E MANUTENZIONE GIARDINI
- SERVIZIO DI PULIZIA SCARFATE 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 s.r.l.
Via dell'Armeno Lucano, 16 - 85100 Polignano

Tel e fax 0977 - 513118

cittaverdepotenzenza@cai.it

P.iva 00511370769

LUGLIO

Sabato 1

Torrentismo. Parco Nazionale del Pollino:
Torrente Raganello

difficoltà EEA

Responsabile: R. Caldarola, M. Calarota

da Venerdì 7 a Domenica 9

Parco Nazionale della Maiella

difficoltà E

Responsabili: R. Padula, M. Carriero
intersezionale con il CAI di Pescara

Domenica 16

Escursione botanica

difficoltà T-E

Responsabile: M. Nardelli

Domenica 23

Parco Nazionale del Pollino: Serra di Crispo

difficoltà E

Responsabili: L. Scavone, R. Padula, M. Carriero

20

www.caipotenza.it





AGOSTO

SETTIMANA VERDE



RESTAURANTE

PANZARDI

Corrado Frisci

Caval Sorocano - Potenza

0973/832036 - 0973/832073

SETTEMBRE

da Venerdì 1 a Domenica 3
Parco Nazionale del Gran Sasso

difficoltà EEA

Responsabili: R. Caldarola, R. Padula

Domenica 10

Escursione botanica

difficoltà T-E

Responsabile: M. Nardelli

Domenica 17

Parco delle Chiese rupestri del Materano

difficoltà E

Responsabile: M. Proto
con Associazione Falconaumannì di Matera

Domenica 24

Calvello: Monte Calvelluzzo e Monte Volturino

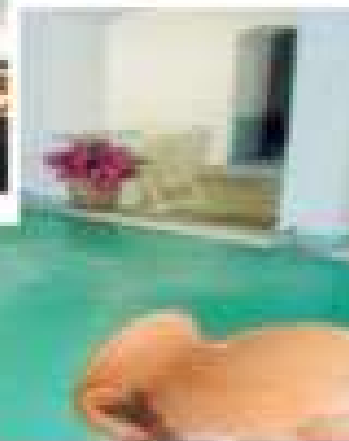
difficoltà E

Responsabile: M. Carriero
intersezionale con il CAI di Salerno

24

www.caipotenza.it

Hotel Villa Sirena Casamicciola Terme



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

www.hotelvillasirena.it - info@hotelvillasirena.it

OTTOBRE

Domenica 1

Parco regionale di Gallipoli Cognato
e delle piccole Dolomiti lucane

difficoltà E

Responsabile: M. Carriero
intersezionale con il CAI di Napoli

da Venerdì 6 a Domenica 8

Parco Nazionale dell'Abruzzo

difficoltà E

Responsabile: A. Iannarella

Domenica 15

Escursione botanica

difficoltà T-E

Responsabile: M. Nardelli

Sabato 21 e Domenica 22

Parco Nazionale del Pollino: Montea

difficoltà EE

Responsabili: R. Caldarola, R. Padula

Domenica 29

Parco Nazionale del Cilento: Monte Cervati

difficoltà E

Responsabile: A. Pino

26

www.caipotenza.it



NOVEMBRE

Domenica 12

Gruppo del Sirino: Monte Papa

difficoltà E

Responsabili: A. Pino

Domenica 26

Parco Nazionale del Cilento: Cocuzzo delle Puglie

difficoltà E

Responsabile: V. Maffucci

DICEMBRE

Domenica 3

Pignola: Fossa Cupa

difficoltà E

Responsabile: R. Padula

Domenica 17

Giornata sociale

Recapiti organizzatori delle attività

Accompagnatori di escursionismo

MASSIMO CARRIERO

347.5851390

RUDI PADULA

333.2723853

Accompagnatori di Alpinismo Giovanile

MICHELE MITTICA

330.936213

Responsabili delle escursioni

MASSIMO CALAROTA

328.0160506

ROCCO CALDAROLA

0971.472454

ANTONIO CUTRO

347.9383202

SANTO GALATÀ

0971.991509

ANNA GIAMMARIA
349.2332377

DAMIANO GIANTURCO
348.1526053

MARIA GIORGIO
335.6592605

ALBA IANNARELLA
347.4592801

VINCENZO MAFFUCCI
0971.444500

MIMMA NARDELLI
338.4364333

ROCCO PAVESE
0971.491737

ALESSANDRO PINO
328.2612935

MONICA PROTO
347.6181874

LUCIANO SCAVONE
347.3660023

ANNA TORTORA
333.3779762

www.linearteitalia.it

creatori di emozioni.



linearte

progetti per la comunicazione visiva

