



CAIROMA INFORMA

Numero 4

16 settembre 2009

Cari amici,

torniamo a scrivervi dopo le vacanze estive per raccontarvi le ultime novità della Sezione. In primo piano, tra l'altro, l'impegno di noi tutti per la salvaguardia dell'ambiente che ci circonda e le diverse iniziative per la prevenzione degli incidenti in montagna.

Segnaliamo anche la recente esperienza dell'ascensione al Monviso, realizzata grazie alla straordinaria generosità degli istruttori della Scuola di Alpinismo e di Scialpinismo delle Alpi Occidentali.

Quanto ai prossimi appuntamenti, molte sono le escursioni proposte in questo primo scorcio di settembre. Altrettanto numerosi i corsi organizzati dalla Sezione allo scopo di rendere sempre più sicuro e consapevole il nostro cammino in montagna. Vi ricordiamo che tutti i dettagli sui programmi sono disponibili sul sito www.cairoma.it.

la Redazione

In questo numero:

- **[Primo piano](#)**
- **[Prossimi appuntamenti](#)**
- **[Corsi](#)**

Primo piano

Corso di escursionismo avanzato

Il 6 settembre si è concluso l' 8° Corso di escursionismo avanzato, diretto da Luca Teodori con l'aiuto di Fausto Tibaldi. Alle sei giornate, dedicate alle escursioni su percorsi EE e EEA, hanno partecipato 33 allievi, tutti entusiasti di apprendere le più importanti regole per ridurre il rischio dell'andare in montagna. Il corso verrà ricordato per le difficoltà dovute alla presenza non prevista di neve nei mesi di giugno e luglio. Il maltempo, in generale, ha messo a dura prova i partecipanti, specialmente lungo i tratti "quasi alpinistici".

Da segnalare la collaborazione offerta da Giorgio Mallucci (INA) ed Elisabetta Galli (ISA), validissimi alpinisti che hanno insegnato le tecniche della progressione su brevi nevai e su ferrata. A loro la nostra gratitudine. Dispiace soltanto che non siano della nostra Sezione.

La Sezione ricorda che, per limitare il verificarsi di incidenti in montagna, è senz'altro consigliabile la frequenza dei corsi organizzati dalle proprie Scuole in tutte le diverse discipline alpinistiche.

Giro del Monviso e ascensione alla vetta (dal 23 al 27 agosto)

Il 26 agosto un gruppo di soci della Sezione, accompagnato dall'AE e ISA Emmanuele Aresu e dagli AE Cristina Cimagalli e Fausto Tibaldi, ha compiuto l'ascensione al Monviso (3841 m.) per la via normale. L'ascensione, di difficoltà EE/PD+, è stata resa possibile grazie alla straordinaria disponibilità degli istruttori della Scuola di Alpinismo e di Scialpinismo delle Alpi Ovest: un esempio di quello che può e dovrebbe essere lo spirito di collaborazione tra gli operatori dei vari settori (escursionismo – alpinismo – scialpinismo ecc.) che compongono una sezione del Cai. Il programma comprendeva il giro del massiccio, a partire dal rifugio Pian del Re.

Salvaguardia del Terminillo: la nostra sottoscrizione

Prosegue l'impegno del CAI a favore dell'ambiente naturale del Terminillo. In particolare la Commissione TAM della sezione di Roma, assieme a tante altre associazioni ambientaliste, partecipa all'iniziativa promossa dalla TAM Regione Lazio con la raccolta di firme a sostegno di un appello per un progetto alternativo più rispettoso della montagna. Chiunque volesse può recarsi in Sezione in orario di apertura e firmare il documento che troverà in Segreteria.

Maggiori dettagli sul sito www.cairoma.it, dove si potrà leggere la versione ridotta di un articolo, a firma di Alessio Liquori, che verrà pubblicato prossimamente su "Lo Scarpone".

“Campagna permanente per la prevenzione degli incidenti in montagna”: una campagna di utilità sociale (dalla newsletter del Cai Centrale Cai News)

A fronte del susseguirsi degli incidenti in montagna, il Club Alpino Italiano ha ritenuto necessario promuovere, ed è in corso dall'inizio di quest'anno, una “Campagna permanente per la prevenzione degli incidenti in montagna” supportando il progetto “Sicuri in Montagna” (www.sicurinmontagna.it) del Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico del CAI (C.N.S.A.S.) per una diffusione sempre maggiore della cultura della prevenzione nei vari campi specifici della frequentazione dell'ambiente montano e all'adozione di adeguate e opportune misure preventive.

E' necessario proseguire su questa strada con nuovi sforzi, nuove disposizioni, nuovi slanci puntando sull'informazione e formazione per portare la cultura della prevenzione a livello di ogni singolo individuo, fruitore di questo ambiente affascinante, in un'ottica di auto-responsabilità per contribuire all'auspicato abbattimento del fenomeno infortunistico.

Affermare la cultura della prevenzione è un imperativo categorico senza il quale è ben difficile poter pensare di medicare e porre un freno alla drammatica piaga degli incidenti in montagna.

A tal fine si invitano i Gruppi Regionali e le Sezioni del Club Alpino Italiano a perseguire l'obiettivo di contribuire alla diffusione sul territorio di questa campagna di utilità sociale.

Prossimi appuntamenti

(per esigenze di spazio e per facilitare la lettura abbiamo ridotto all'essenziale le informazioni. suggeriamo, per i dettagli, di consultare il sito www.cairoma.it o di recarsi in Sezione)

- Escursioni

· Sabato 19 settembre

Gruppo del Gran Sasso – M. Prena (2561 m.), da Piani di Campo Imperatore (1550 m), per la via Magg. Cieri e il M. Infornace (2469 m). Difficoltà EE. Dislivello in salita e discesa m. 900 ca. Escursione in auto private.

Accompagnano Luca Teodori, Cristina Cimagalli e Elisabetta Moffa.

>> <http://www.cairoma.it/?p=1622>

- Sabato 19 e domenica 20 settembre
M. Terminillo (2216 m), M. Elefante (2015 m) e M. il Brecciaro (1954 m) - difficoltà EE. Dislivello in salita e discesa m. 650/g. Escursione in auto private.
Accompagnano Silvano Ciavaglia, Fiorella Nicolini e Francesca Brunamonte.
>> <http://www.cairoma.it/?p=1623>
- Domenica 20 settembre
Gruppo del Gran Sasso – Giro del Monte Intermesoli. Difficoltà EE. Dislivello in salita e discesa m. 1.100. Escursione in pullman.
Accompagnano Cesare De Martino e Silvia Tognoloni.
>> <http://www.cairoma.it/?p=1618>
- Domenica 20 settembre
Parco Regionale Velino-Sirente - M. Sirente (2349 m). difficoltà EE. Dislivello in salita e discesa m. 1.200. Escursione in auto private.
Accompagnano Fiorangela Bellotti, Claudio Bulgarelli e Glauco Fiori.
>> <http://www.cairoma.it/?p=1620>
- Sabato 26 e domenica 27 settembre
M. Ceresa (App. Marchigiano) - Pizzo dell' Arco (1011 m) e Grotta delle Sorprese (700 m) - difficoltà E. Dislivello in salita e discesa m. 650/g. Escursione in auto private.
Accompagnano Silvano Ciavaglia e Fiorella Nicolini.
>> <http://www.cairoma.it/?p=1627>
- Da sabato 3 ottobre 2009 a domenica 4 ottobre
Monti Sibillini, Gole del Fiastrone - Valle del Farnio - Pizzo tre Vescovi (m 2092). Difficoltà E. Dislivello in salita e in discesa 950/1050 m. Escursione in auto private.
Accompagnano Cesare De Martino, Stefano Passarini e Sandro Metelli.
>> <http://www.cairoma.it/?p=1617>
- **Gruppo senior**
- Giovedì 17 settembre
Simbruini, Monte Tarino (1951 m), da Campo Staffi a (1779 m) a Filettino (1037 m). Difficoltà E. Dislivello 450 – 1.000. Escursione in auto private.
Accompagnano Matteo di Glionda e Glauco Fiori.
- Giovedì 24 settembre
Monti Reatini, da Valle Ravara ai Cinque Confini (1574 m.). Difficoltà E. Dislivello 650 – 1.074. Escursione in auto private.
Accompagna Sandro Metelli.
- **Trekking**
- da venerdì 2 a lunedì 5 ottobre
Isole Egadi: Marettimo - percorsi vari. Escursione con mezzi pubblici (aereo e aliscafo).
Accompagnatori: Riccardo Ortolani e Gianfranco Cateni.
>> <http://www.cairoma.it/?p=972>

- **CicloCAI**

- Domenica 20 settembre
Val de Varri - Giro del Monte Sant'Angelo. Difficoltà: BC. Dislivello in salita: 800 m. Lunghezza: 48 km. Escursione in auto private.
Accompagnano Paolo Antonini, Francesco Bedeschi e Stefano Frigeri.
>> <http://www.cairoma.it/?p=1621>

Corsi

- **X Corso Base di Escursionismo (29 settembre - 15 novembre 2009)**
L'obiettivo del corso è quello di fornire le nozioni di base per una frequentazione consapevole della montagna.
Sono previste 7 lezioni teoriche (dalle ore 20.00 alle ore 22.00) e 6 escursioni in montagna nel corso delle quali verranno approfonditi gli argomenti trattati in aula.
>> <http://www.cairoma.it/?p=1561>
- **Stage di avvicinamento alla mountain bike (dal 1° al 6 ottobre 2009)**
Lo stage si propone di avvicinare i meno esperti alla pratica della Mountain Bike. È suggerito a coloro che iniziano da zero. previsto dal 1 al 6 ottobre 2009.
>> <http://www.cairoma.it/?p=1568>
- **Corso di mountain bike (dal 22 ottobre al 10 dicembre 2009)**
Il corso si propone la diffusione e la pratica della bici da montagna nel rispetto delle finalità perseguite dal Club Alpino Italiano; si rivolge a tutti coloro che desiderano apprendere le tecniche elementari e le nozioni di base relative all'uso della mountain bike in ambiente montano, con particolare attenzione alla sicurezza.
Iscrizioni giovedì 22 ottobre dalle 19.00 alle 20.00. E' necessario contattare preventivamente gli organizzatori oppure effettuare la preiscrizione on-line dal sito www.ciclocairoma.it
>> <http://www.cairoma.it/?p=1597>
- **Corso Base di Arrampicata - Scuola di Alpinismo "Paolo Consiglio"**
Il corso comprende 12 Lezioni teoriche (in sede, a via Galvani 10 dalle 20.00 alle 22.00), alcune uscite pratiche e 5 incontri in palestra indoor.
Sarà possibile iscriversi in sede mercoledì 16 e giovedì 17 settembre, dalle 18.30 alle 20.00.
>> <http://www.cairoma.it/?p=1553>
- **Introduzione alla Speleologia (39° Corso di I livello) Gruppo Speleologico C.A.I. Roma con la Commissione Nazionale Scuole di Speleologia della Società Speleologica Italiana**
Il corso si terrà dal 1 ottobre al 19 novembre 2009. Prevede lezioni teoriche il giovedì sera in sede, 3 uscite pratiche il fine settimana, 1 uscita di fine corso di 2 giorni.
>> <http://www.cairoma.it/?p=1591>

oo

Per approfondimenti ed ulteriori aggiornamenti consulta il sito www.cairoma.it

Redazione (segreteria@cairoma.net):

Elisabetta Moffa
Luca Teodori
Fausto Tibaldi
Andrea Gasparoni

Progetto grafico:

Fedora Blasco
Elisabetta Moffa