



## CAIROMA INFORMA

**Numero 5**  
**2 ottobre 2009**

---

*Cari amici,*

*oltre alle prossime escursioni vi segnaliamo in questo numero, tra l'altro, l'iniziativa che chiuderà il Congresso annuale delle Scuole di alpinismo, sci alpinismo e arrampicata libera del CMI, il 17 ottobre, presso l'Aula Magna della Pontificia Università Salesiana (proiezione dei film "Oltre la parete" sulla salita della Torre Centrale del Paine del 2008, "I colori delle Emozioni" di Elio Orlandi, "Uk Muz" sulla Spedizione in Turchia del 2005, "Aguglia di Goloritzè" Storie e leggende sull'obelisco più bello del Mediterraneo).*

*In primo piano vi ricordiamo ancora l'impegno della Sezione per la salvaguardia del Terminillo, con la sottoscrizione di un 'appello per il rispetto della nostra montagna.*

*Vi ricordiamo che tutti i dettagli sui programmi sono disponibili sul sito [www.cairoma.it](http://www.cairoma.it).*

*La Redazione*

---

### In questo numero:

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

---

### Primo piano

#### **X Corso Base di escursionismo**

E' iniziato martedì 29 il X corso base di escursionismo.

Gli iscritti sono 45. Sono previste 7 lezioni teoriche e 6 escursioni.

L'obiettivo del corso è quello di fornire le nozioni di base per una frequentazione consapevole della montagna.

Il corso terminerà il 15 novembre.

>> <http://www.cairoma.it/?p=1561>

### **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](http://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".

>> <http://www.cairoma.it/?p=1630>

### **Pubblicato sul sito [www.cairoma.it](http://www.cairoma.it) il decalogo dei soci**

Si tratta di alcune semplici regole di comportamento da osservare se si vuole partecipare alle escursioni organizzate dal CAI.

>> [http://www.cairoma.it/?page\\_id=1636](http://www.cairoma.it/?page_id=1636)

---

### **Prossimi appuntamenti**

*(per esigenze di spazio e per facilitare la lettura abbiamo ridotto all'essenziale le informazioni. Sugeriamo, per i dettagli, di consultare il sito [www.cairoma.it](http://www.cairoma.it) o di recarsi in Sezione)*

#### **Congresso annuale delle Scuole di alpinismo, sci alpinismo e arrampicata libera del CMI - Proiezione di 4 film**

Il 17 ottobre, alle ore 20.30, le Scuole di alpinismo, sci alpinismo e arrampicata libera del CMI, al termine del loro Congresso annuale, organizzano presso l'Aula Magna della Pontificia Università Salesiana in Piazza dell'Ateneo Salesiano n.1 00139 Roma (Zona Nuovo Salario/Roma Nord) una proiezione con successivo dibattito, aperta ai congressisti, ai loro familiari e a tutti i soci, a cura degli Accademici Rolando Larcher e Maurizio Oviglia. L'ingresso è gratuito.

Saranno proiettati i Film:

- "Oltre la parete" sulla salita della Torre Centrale del Paine del 2008
- "I colori delle Emozioni" di Elio Orlandi
- "Uk Muz" sulla Spedizione in Turchia del 2005
- "Aguglia di Goloritzè" Storie e leggende sull'obelisco più bello del Mediterraneo

>> <http://www.cairoma.it/?p=1667>

### **Escursioni**

- Sabato 10 ottobre  
Monti della Laga - M. Gorzano (2458 m).  
Anello dal Sacro Cuore (1381 m) per la Sella di Solagna e lo Stazzo di Gorzano. Difficoltà EE. Dislivello 1180 m. Escursione in auto private.  
Accompagnano Gaspare Arditi di Castelvetere, Cristina Cimagalli e Fausto Tibaldi.

>> <http://www.cairoma.it/?p=1683>

- Da sabato 10 ottobre 2009 a domenica 11 ottobre  
Monti della Valnerina - M. Petano (1262m) e M. La Pelosa (1637m). Difficoltà E. Dislivello in salita e in discesa 500 m. Escursione in auto private. Intersezionale con il CAI di Terni. Accompagna Roberto Bernardi.  
>> <http://www.cairoma.it/?p=1635>
- Domenica 11 ottobre  
Gruppo del Gran Sasso – Pizzo Camarda (2332 m).  
Anello da S.Pietro per la Sella delle Malecoste e la cresta Est. Discesa per il Piano di Camada e Le Veci. Difficoltà E+. Dislivello 1255 m. Escursione in pullman.  
Accompagnano Elisabetta Moffa e Silvia Tognoloni.
- Da sabato 17 ottobre 2009 a domenica 18 ottobre  
Monte Conero - Escursioni nel Parco del Conero, in pullman. Difficoltà: E. Dislivello in salita 300 m ca. al giorno. Dislivello in discesa 500 m ca. al giorno. Accompagnano Walter Berniet, Paola Tommasini e Mario Faraone.  
>> <http://www.cairoma.it/?p=1616>
- Domenica 18 ottobre  
Monti Marsicani - M. Cornacchia (2003 m), da Villavallelonga. Escursione in pullman. Difficoltà: E. Dislivello 900 m.  
Accompagnano Cesare De Martino e Stefano Passarini.  
>> <http://www.cairoma.it/?p=1692>

### **Gruppo senior**

- Giovedì 8 ottobre  
Gruppo Velino Sirente – Monte Ocre (2204 m)  
da Campo Felice a Casamaina. Difficoltà E. Dislivello 700 m. Escursione in auto private.  
Accompagnano di Glionda, Bellotti e Cateni.
- Giovedì 15 ottobre  
Parco Nazionale d'Abruzzo – Monte Serrone (1974 m)  
da Prati d'Angro di Villavallelonga (1173 m). Difficoltà E. Dislivello 800 m. Escursione in auto private.  
Accompagnano Metelli e Cateni.

### **CicloCAI**

- Da sabato 17 a domenica 18 ottobre  
2° Convegno Nazionale C.A.I. di Cicloescursionismo – Trieste  
Escursione in treno. Difficoltà BC. Accompagnano Roberto Bernardi e Sestilio Lombardo.  
>> <http://www.cairoma.it/?p=1596>

---

## Corsi

- 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.ciclocairoma.it)  
>> <http://www.cairoma.it/?p=1597>

---

*Per approfondimenti ed ulteriori aggiornamenti consulta il sito [www.cairoma.it](http://www.cairoma.it)*

**Redazione ([redazione@cairoma.net](mailto:redazione@cairoma.net)):**

*Elisabetta Moffa*

*Luca Teodori*

*Fausto Tibaldi*

*Andrea Gasparoni*

**Progetto grafico:**

*Fedora Blasco*

*Elisabetta Moffa*