

Data	Date alt.	Gr. montuoso / regione	Vetta / meta	Percorso / altre info	Diff.	Disl. salita	Disl. discesa	Km	Ore	Mezzo	Accompagnatori	Note	Inserita il
giovedì 9 gennaio		Terminillo	Sella di Leonessa	Da Campoforogna (mt. 1675) alla Sella di Leonessa (mt. 1901)	EAI	250 m	250 m	12 km	5 ore	auto private	AE De Martino	escursione con le ciaspole	28/10/2024
giovedì 16 gennaio		Toscana	Porto Ercole	Giro ad anello dei Forti Spagnoli	E	330 m	330 m	12,5 km	5 ore	Auto private	AE De Martino		23/10/2024
giovedì 16 gennaio		Monti Simbruini	campo Buffone	Anello Campo dell'osso per valle Maura (Rientro per le Genzane)	EAI	200 m	200 m	9 km	6 ore	auto private	DdE De Gennaro	ciaspole	17/11/2024
giovedì 23 gennaio		Monti Carseolani	Cervia 1.438	Collegiove	E	450 m	450 m	11 km	4 ore	auto private	ASE Cateni ASE Rubini		28/10/2024
giovedì 30 gennaio		Umbria	Magione - M. Ruffiano	Magione (PG)	E	400 m	400 m	13 km	5 ore	auto proprie	ASE Quattrococchi		13/11/2024
giovedì 30 gennaio		Vellino	Rifugio Sebastiani	Da Campo Felice	EAI	650 m	650 m	15 km		auto private	AE De Martino		28/11/2024
martedì 4 febbraio		Macchia di Manziana	Esercizio di orienteering		E					auto private	Buno Papalia		29/11/2024
giovedì 6 febbraio		Monti Cimini	Monte Cimino (mt 1065)	Anello del Monte Cimino + terme	E	420 m	420 m	10,5 km	5 ore	auto private	AE De Martino		23/10/2024
giovedì 6 febbraio		Simbruini	M. Autore	Da Campo Dell'osso per Cannavacciarri al Monte Autore	EAI	530 m	530 m	9 km		auto private	DdE De Gennaro		28/11/2024
giovedì 13 febbraio		Monti Simbruini	Santa Chelidonia e la Morra Ferogna		E	500 m	500 m	8 km		auto private	DdE Calzini		15/10/2024
da domenica 16 febbraio a domenica 23 febbraio		Sila Grande	Settimana bianca con Ciaspole stanziale a Loricca (CS) 1.314 m.	Vari percorsi con le Ciaspole	EAI	max 600 m	max 600 m	max 10 km	max 5 ore	auto private	ASE Metelli DdE Porretta DdE De Gennaro	iscrizioni dal momento pubblicazione locandina; Riunione illustrativa martedì 3 dicembre 2024	30/10/2024
giovedì 20 febbraio		Tuscia	Pian del Vesovo	Anello da Blera	E	300 m		10 km	4 ore	auto private	ASE Cavalieri	Possibilita' di riunione conviviale a Blera	25/10/2024
giovedì 27 febbraio		Parco Regionale Monti Lucretili	Cascata del Rio Petescia	da Orvinio	E	300 m	300 m	10 km		auto private	DdE Calzini		15/10/2024
giovedì 27 febbraio		Monti Lucretili	Monte Serrapopolo	Anello dal Cimitero	E	700 m	700 m	12 km	5 ore	auto private	ASE Cavalieri		26/10/2024
giovedì 6 marzo		Tuscia Romana - Cerveteri	Anello Cascate di San Giuliano a Cerveteri	Nuovo di Cerveteri	E	250 m	250 m	12 km	5 ore	auto private	ASE Metelli		07/10/2024
giovedì 13 marzo		Monti Lepini	Gemma 1.457	Fonte Serena	E	450 m	450 m	9 km	4 ore	auto private	ASE Cateni ASE Rubini		28/10/2024
giovedì 13 marzo		Monti Simbruini	MONTE CALVO	CAMPAEGLI VALLONE DELLA LEPRE	EAI	400 m	400 m	12 km	5 ore	auto private	DdE De Gennaro	CIASPOLE	17/11/2024
giovedì 20 marzo		Soratte	Monte Soratte	Anello da sant'oreste	E	400 m	400 m	8 km	6 ore	auto private	ASE Cavalieri AdDE Sandro Strappaveccia		25/11/2024
giovedì 20 marzo		Gruppo M. Cairo	M. Cairo m.1669	Terelle 2° guerra mondiale Linea Gustav	E	750 m	750 m	13 km	5 ore	auto proprie	ASE Quattrococchi		13/11/2024
giovedì 27 marzo		SI Lazio senior 1ª tappa	Alvito mt 933	Da Alvito (mt 933) a Sora (mt 300)	E	160 m	800 m	13,5 km	5 ore	pullman	AE De Martino	Intersezionale	23/10/2024
giovedì 3 aprile		Monti Reatini	Cima D'Arme 1.678	Convento di San Giacomo	E	900 m	900 m	12 km	6 ore	auto private	ASE Cateni ASE Rubini		28/10/2024
giovedì 3 aprile		Riserva Naturale lago di Canterno	MONTE PORCIANO	Porciano (FR) - Santuario Madonna della Stella	E	500 m	500 m	12 km	5 ore	auto private	DdE De Gennaro		17/11/2024
giovedì 10 aprile		Subasio	Monte Subasio	Traversata da Assisi a Spello	E	700 m		11 km	6 ore	pullman	ASE Cavalieri	Intersezionale con senior Foligno possibile merenda al rifugio CAI di Madonna della Spella	25/10/2024
giovedì 17 aprile		Tuscia	Nepi: la Cascata del Picchio e i Cavoni		EE	400 m	400 m	11 km		auto private	DdE Calzini DdE Giovagnoli		15/10/2024
giovedì 17 aprile		Monti Sibillini	Lame Rosse	Da Fiastra	E	450 m	450 m	8 km	5 ore	auto private	ASE Cavalieri AdDE Sandro Strappaveccia		26/10/2024
giovedì 24 aprile da giovedì 24 aprile a domenica 27 aprile		Monti Lepini Campania	Monte Lupone	Da Campo di Segni	E	700 m	700 m	15 km	6 ore	auto private	ASE Cavalieri ASE Quattrococchi		18/11/2024
giovedì 8 maggio		Monti della Valnerina	Sentiero degli dei - Parco Nazionale del Vesuvio - Valle delle Ferriere	Percorsi vari	E	max 700 m	max 700 m	max 9 km	max 5 ore	auto private			13/11/2024
giovedì 8 maggio		Monti della Valnerina	Monte Aspra		E	700 m	700 m	13 km	6 ore	auto private	AE Menichino ASE Cavalieri		08/10/2024
giovedì 8 maggio		Monti Reatini	Monte Cabia - Partenza da Borbona	Anello	E	550 m	550 m	13 km	6 ore	auto private	DdE Piccioni ortam - onc Bracaglia		31/10/2024
giovedì 15 maggio		PNALM	Monte Turchio 1.898	da Rif. Passo del Diavolo 1.400	E	550 m	550 m	12 km	5 ore	auto private	ASE Metelli		07/10/2024
giovedì 15 maggio		Monti Carseolani	Navegna 1.508	Ascrea	E	950 m	950 m	14 km	5 ore	auto private	ASE Cateni ASE Rubini		28/10/2024
giovedì 22 maggio		Monti di Stroncone	Monte Macchialunga		E	700 m	700 m	15 km	7 ore	auto private	AE Menichino ASE Cavalieri	Dai Prati di Stroncone	08/10/2024

giovedì 22 maggio	Gran Sasso	San Pietro alla Jenca	Anello da Assergi a San Pietro alla Jenca	E	300 m	300 m	13 km	4 ore	auto private	DdE Piccioni	Percorso con guida storico artistica e visita nelle Chiese di San Pietro alla Jenca e di Chiesa di Santa Maria Assunta (Assergi) fondata nell'anno 1.150	08/11/2024
da mercoledì 28 maggio a giovedì 29 maggio	Toscana - Colline Metallifere	Le Cornate mt 1057	due percorsi ad anello 1. Le Biancane 2. Le Cornate	E	max 630 m	max 630 m	max 13 km	max 6 ore	auto private	AE De Martino		23/10/2024
giovedì 29 maggio	Monti Carseolani	Cima di Valleovona 1.818	Sante Maria dei Bisognosi	E	800 m	800 m	18 km	7 ore	auto private	ASE Cateni ASE Rubini		28/10/2024
giovedì 5 giugno	Gran	Pizzo Cefalone	Piazzale Campo Impertaore	EE	680 m	680 m	9 km	6 ore	auto private	DdE Piccioni ORTAM. ONC BRACAGLIA		31/10/2024
giovedì 5 giugno	Monti Tiburtini	M. Catillo	Anello da Tivoli - Visita alla Villa Gregoriana con guida FAI	E	450 m	450 m	11 km	4 ore	auto private	ASE Quattrococchi		14/11/2024
da mercoledì 11 giugno a venerdì 13 giugno	Monti Sibillini	Tre giorni di escursioni sui Sibillini	1°g-Anello Monte Sibilla 2.173 2°g-Gole Infernaccio e San Leonardo 3°g-da Altino a S. M. in Pantano	EE	max 650 m	max 650 m	max 12 km	max 5 ore	auto private	ASE Metelli		07/10/2024
giovedì 12 giugno	19/06/2025	Serra Lunga	Monte Breccioso (1974 m)	E	770 m	770 m	14 km	6 ore	auto private	DdE Guidotti ASE Cavalieri		12/10/2024
giovedì 19 giugno	Gransasso	Rifugio del Monte	Traversata da Prato Selva a Pietracamela	E	700 m	900 m	13 km	7 ore	pullman	ASE Cavalieri		26/10/2024
da sabato 21 giugno a venerdì 27 giugno	Cilento	Sentiero di S Nilo	Anello da Sapri	E	max 600 m	max 600 m	max 14 km	max 6/7 ore	auto private	ASE Cavalieri ASE Di Pietro	Trasporto bagagli .Giornata al mare con escursione da M. di Camerota a Baia degli Infreschi e ritorno in barca. Riunione illustrativa 19 febbraio. Iscrizioni entro 31 marzo. max 18	26/10/2024
giovedì 26 giugno	Monti Reatini	Monte Boragine (1824 m)	Corvatiello - Frazione Sant'Andra a Terzone	EE	880 m	880 m	13 km	5 ore	auto private	DdE Guidotti		12/10/2024
giovedì 26 giugno	CERTI	Anello Cascate Cerveteri	per via degli Inferi - cascate di Cerveteri	E	250 m	250 m	12 km	6 ore	auto private	DdE De Gennaro		17/11/2024
giovedì 3 luglio	26/06/2025	Velino-Sirente	Monte La Piaggia (1637 m) e Colle Pesciarolo (1749 m)	EE	820 m	820 m	13 km	6 ore	auto private	DdE Guidotti ASE Cavalieri	Percorso ad anello con ritorno in salita (210 m)	12/10/2024
giovedì 3 luglio	Abruzzo	Monte Offermo m. 1302	Anello da Bominaco	E	470 m	470 m	12 km	5 ore	auto private	ASE Quattrococchi		13/11/2024
giovedì 10 luglio	Monti della Duchessa	Lago della Duchessa	Da Cartore per la val di Fua e la Val di Teve	E	1000 m	1000 m	16 km	7 ore	auto private	ASE Cavalieri AdDE Sandro Strappaveccia		25/10/2024
da domenica 13 luglio a domenica 20 luglio	Alpi Carniche	Soggiorno a Sappada 1.284 con varie escursioni	Varie escursioni	E - EE	max 800 m	max 800 m	max 12 km	max 6 ore	auto private	ASE Metelli AE Menichino	iscrizioni dal momento pubblicazione locandina; Riunione illustrativa martedì 15 aprile 2025 ore 18	07/10/2024
giovedì 4 settembre	Riserva Naturale Lago di Vico	Monte Fogliano (965 m.)		E	500 m	500 m	13 km		auto private	DdE Calzini DdE Giovagnoli		15/10/2024
da mercoledì 10 settembre a giovedì 11 settembre	Maiella	Due giorni di escursioni in Majella	1°g-Grotta del Cavallone 1.475 e traversata a Lama dei Peligni 2°g- Anello Grotta Sant' Angelo da Alberese	EE	max 200 m	max 800 m	max 10 km	max 5 ore	auto private	ASE Metelli		07/10/2024
giovedì 11 settembre	Parco dell'Uccellina	San Rabano		E	300 m	300 m	12 km	6 ore	auto private	ASE Cavalieri	Bagno a mare spiaggia di Colletlungo	26/10/2024
giovedì 18 settembre	Monti Ruffi	Monte Cima Macchia	Traversata da Cerreto Laziale a Saracinesco	E	920 m	600 m	14 km	6 ore	pullman	ASE-S Di Pietro	Escursione richiesta dai soci.	15/11/2024
giovedì 25 settembre	PNALM	Cima dello Scalone - Cima Serra	Passo Godi	E	930 m	960 m	16 km	7 ore	auto private	ASE Quattrococchi		13/11/2024
giovedì 25 settembre	Velino-Sirente	MONTE ORSELLO	Traversata	E	720 m	520 m	11 km	6 ore	auto private	DdE De Gennaro	Traversata da "FORCHETTA MURITTU" (1369) a La Vecchia Miniera" località Campo Felice Lucoili (1.540)	17/11/2024
giovedì 2 ottobre	Mainarde	Obachelle 1466	Colle San Magno	E	930 m	930 m	13 km	7 ore	auto private	ASE Cateni ASE Rubini		28/10/2024
giovedì 2 ottobre	Monti Reatini	Mnte Terminiletto	Sentiero Marinelli	EE	575 m	555 m	8 km	6 ore	auto private	DdE De Gennaro		17/11/2024

da mercoledì 8 ottobre a giovedì 9 ottobre	Marsicani	PNALM	Forca Resuni (ANELLO)-EE Monte Marsixano (Pendici) (ANELLO)		max 850 m	max 850 m	max 13 km	max 6 ore	auto private	DdE Piccioni ORTAM - ONC BRACAGLIA	Bramito del Cervo nel Parco Nazionale d'Abruzzo	31/10/2024
giovedì 9 ottobre	Monti Sabini	Monte Vecchio (893 m)	Traversata da Sant'Ella Reatino a Scrocco ( Montenero Sabino)	E	700 m	650 m	19 km	6 ore	pullman	ASE-S Di Pietro	Lungo il sentiero Cai 350.	16/11/2024
giovedì 16 ottobre	SI Lazio Senior 2ª tappa	Fossa dell'Ortica mt 1623	Da Prato di Campoli (mt 1100 a Sora (fontana dell'Olmo (mt 650)	E	650 m	1000 m	13 km	6 ore	pullman	AE De Martino	intersezionale	23/10/2024
giovedì 23 ottobre	Parco Valle del fiume Treja	Mazzano Romano	Anello di Mazzano Romano dalle Cascate di Monte Gelato	E	200 m	200 m	10 km	4 ore	auto private	ASE Metelli		07/10/2024
giovedì 23 ottobre	Val Nerina	Gabbio e abbazia di San Pietro in Valle	Anello da Ferentillo	E	700 m	700 m	15 km	6.30 ore	auto private	ASE Cavalieri AdDE Sandro Strappaveccia		25/11/2024
giovedì 30 ottobre	Monti Martani	Monte Martano		E	700 m	700 m	14 km	7 ore	auto private	AE Menichino ASE Cavalieri	Da Massa Martana	08/10/2024
giovedì 30 ottobre	Viterbo	Monte Palanzana 802 m. Riserva Naturale dell'Arcionello	Anello da Stazione Porta Romana attraverso forra Fosso Luparo con antico acquedotto di Viterbo	E	440 m	440 m	11 km	4 ore	treno	ASE Metelli		16/10/2024
giovedì 6 novembre	Umbria	le Gole del Nera e visita a Narni sotterranea		T/E	350 m	350 m	11 km		auto private	DdE Calzini DdE Giovagnoli		15/10/2024
giovedì 6 novembre	Monti Ernici	Fossa di Susanna e Forca Palomba	da prato di campioli	E	550 m	550 m	13 km	6 ore	auto private	DdE De Gennaro		17/11/2024
giovedì 13 novembre	Monti Lucretili	Monte Cimite (1048 m)	Poggio Moiano (4 km su strada Licinese per Orvinio)	E	730 m	730 m	13,5 km	5 ore	auto private	DdE Guidotti ASE Cavalieri		12/10/2024
giovedì 13 novembre	Monti Sabini	Tancia 1.288	Osteria Tancia	E	750 m	750 m	13 km	5 ore	auto private	ASE Cateni ASE Rubini ASE Quattrococchi		28/10/2024
giovedì 20 novembre	Gran Sasso	M. Borsa m. 1927	Anello da Castel del Monte	E	770 m	770 m	11 km	5 ore	auto private	ASE Quattrococchi		13/11/2024
giovedì 27 novembre	Riserva del Lago di Vico	Monte Veneri con picnic sul Lago di Vico		E	400 m	400 m	10 km		auto private	DdE Calzini		15/10/2024
giovedì 27 novembre	Monti Ausoni	Monte delle Fate m. 1090	Sonnino	E	750 m	750 m	9 km	5 ore	auto private	ASE Quattrococchi		13/11/2024
giovedì 4 dicembre	Viterbese	Falerii novi	anello da Nepi	E	200 m		12 km	5 ore	auto private	ASE Cavalieri		25/10/2024
giovedì 4 dicembre	riserva naturale Cervia Navegna	Monte Navegna 1506	Anello da Vallecupola	450	450 m		7 km	6 ore	auto private a	DdE De Gennaro	ANELLO	17/11/2024
giovedì 11 dicembre	Monti Reatini	Greccio	Greccio, il bosco di San Francesco, il santuario e mercatino di Natale	E	650 m	650 m	12 km	6 ore	auto private	DdE Piccioni ORTAM/ONC aDdE Marina Bracaglia		20/11/2024
giovedì 11 dicembre	Monti Ernici	Monte Peccia m. 1568	Colleparado Certosa di Trisulti	E	750 m	750 m	12 km	5 ore	auto proprie	ASE Quattrococchi		13/11/2024
giovedì 18 dicembre	da decidere	da decidere							auto private	AE De Martino	Pranzo sociale	18/11/2024