



Corno Grande dal centenario, Foto: Niels van Bemmelen

PROGRAMMA ATTIVITÀ

2025



GENNAIO 2025

BEFANA A SANT'OMERO.

Gruppo Grotte e Forre.

Domenica 5

I BOSCHI DEL CEPPLO.

Escursione in Ambiente Innevato (EAI), Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores.

Giovedì 9

NEVE E CONSAPEVOLEZZA

Modulo teorico.

Scuola del Piceno.

**Sabato 11 e
domenica 12**

ARCO DEL DIAVOLO.

Escursione esplorativa.

Gruppo Grotte e Forre.

Domenica 19

PIETRACAMELA – CUSCIANO.

Escursione in Ambiente Innevato (EAI), Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga

ASE Niels van Bemmelen

Domenica 19

PRATO CAPITO E RIFUGIO SAN ROCCO.

Escursione in Ambiente Innevato (EAI), Parco Regionale Sirente - Velino.

Gruppo Seniores.

Giovedì 23

CORSO DI SCI ALPINISMO AVANZATO (SA2)

1° Modulo

Scuola del Piceno

**Da venerdì
24 gennaio a
domenica 16
febbraio**

FEBBRAIO 2025

CIASPOLATA AL VOLTIGNO.

Domenica 2

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[CAI Giovani](#)

GROTTA A MALE.

Domenica 2

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Grotte e Forre](#)

SCANNO: RIFUGIO STAZZO DEL CAMPO E MONTE NAVETTA.

Domenica 2

Escursione in Ambiente Innevato (EAI), Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

[Verdiana Laudando.](#)

ALTOPIANO DEL VOLTIGNO.

Giovedì 6

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores.](#)

I BOSCHI DEL CEPPO: LAGO DELL'ORSO - STORNA.

Domenica 9

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Antonio Di Donato e Daniele Piccioni.](#)

FANTASTICA LAGA: SULLE TRACCE AGRO-PASTORALI.

Giovedì 13

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

EREMO INTERFOCI: DA CASTEL MANFRINO A RIPE.

Domenica 16

Monti Gemelli, Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

FEBBRAIO 2025

LA CLASSICA: CAMPOTOSTO - FRATTOLI. Domenica 16

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione Escursionismo.](#)

I MONTI SUL LAGO DI CAMPOTOSTO. Giovedì 20

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

INTERSEZIONALE CON CAI ARSITA. Domenica 23

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione Escursionismo.](#)

SKIALP TERAMO: IL GORZANO DA CESACASTINA. Domenica 23

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

VALLE DEL VASTO. Giovedì 27

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

CORSO DI ESCURSIONISMO BASE (E1). Date da definire

[Commissione Corsi.](#)

MARZO 2025

MONTE CRISTO. Domenica 2

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Antonio Di Donato e Daniele Piccioni.](#)

FANTASTICA LAGA: RIANO - PADULA PER LA CASCATA DELLA CAVATA. Giovedì 6

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores.](#)

MARZO 2025

CORSO DI SCI ALPINISMO AVANZATO (SA2)

2° Modulo

Scuola Intersezionale Piceno

da venerdì
7 marzo a
domenica
3 maggio

GROTTA LE PRAIE. LETTOMANOPPELLO.

Parco Nazionale della Maiella.

Gruppo Grotte e Forre.

Domenica 9

IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO TRA I DUE REGNI.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Commissione Escursionismo

Domenica 9

CAMPO IMPERATORE.

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores.

Giovedì 13

LA CLASSICA: CAMPOTOSTO - FRATTOLI.

Escursione in Ambiente Innevato (EAI). Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Commissione Escursionismo.

Domenica 16

1A TAPPA DEL CAMMINO I CONFINI DEI 2 REGNI.

Parco Nazionale del Gran Sasso e i Monti della Laga.

Gruppo Seniores

Giovedì 20

MONTE META DA PIANORO CAMPITELLI.

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

Verdiana Laudando

Domenica 23

MONTAGNE DIMENTICATE: JU TABELLÒ 'MT LE QUARTORE'.

Gruppo Seniores

Giovedì 27

MARZO 2025

ANELLO DEL RIFUGIO DI TERRAEGNA.

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

Gino Di Cesare e Giorgio D'Egidio

**Sabato 29 e
Domenica 30**

GROTTA DELL'EREMITA, FARINDOLA.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Grotte e Forre.

Domenica 30

APRILE 2025

L'ACQUA DOLCE: I LAGHETTI DI PANNICCARO.

Parco Nazionale del Gran Sasso e i Monti della Laga.

Gruppo Seniores.

Giovedì 3

IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO STRADA MAESTRA.

Uscita Escursionistica E, Parco Nazionale del Gran Sasso e i Monti della Laga.

Niels van Bemmelen

Domenica 6

L'ACQUA DOLCE: LA CASCATA DELLA REGINA.

Parco Nazionale del Gran Sasso e i Monti della Laga.

Gruppo Seniores.

Giovedì 10

GROTTA LUNGA. ACQUASANTA TERME.

Parco Nazionale del Gran Sasso e i Monti della Laga.

Gruppo Grotte e Forre

Domenica 13

MONTE MUROLUNGO DA CARTORE:

Montagne della Duchessa. Parco Regionale Sirente-Velino.

Gino Di Cesare.

Domenica 13

L'ACQUA DOLCE: ANELLO DEL MALVESE.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores

Giovedì 17

APRILE 2025

PASQUA **Domenica 20**
LUNEDÌ DELL'ANGELO

ANELLO BASSO DEI CASALI **Domenica 20**
Montagna dei Fiori. Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.
[Antonio Di Donato e Daniele Piccioni.](#)

FESTA DELLA LIBERAZIONE **Venerdì 25**

FESTA DELLA LIBERAZIONE: LA BATTAGLIA DI BOSCO MARTESE. **Venerdì 25**
Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.
[Commissione Escursionismo.](#)

CAI AISM. **Domenica 27**
Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.
[Commissione Escursionismo](#)

ARCHEOLOGIA INDUSTRIALE DELLA MAJELLA. **Domenica 27**
Parco Nazionale della Maiella.
[Gruppo Grotte e Forre.](#)

MAGGIO 2025

FESTA DEL LAVORO **Giovedì 1**

IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO CASCATE E BOSCHI. **Sabato 3**
Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.
[Commissione Escursionismo.](#)

MAGGIO 2025

PERNOTTO AL RIFUGIO TARÌ E ALTARE DELLO STINCONE.

Sabato 3

Parco Nazionale della Maiella.

[CAI Giovani](#)

IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO CASCATE E BOSCHI.

Domenica 4

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione Escursionismo.](#)

PERNOTTO AL RIFUGIO TARÌ E ALTARE DELLO STINCONE.

Domenica 4

Parco Nazionale della Maiella.

[CAI Giovani](#)

L'ACQUA SALATA: COSTA DEI TRABOCCHI E LA LECCETA DI TORINO DI SANGRO.

Giovedì 8

Riserva Naturale Regionale Lecceta di Torino di Sangro

[Gruppo Seniores](#)

I NOSTRI PRIMI 50 ANNI

Sabato 10

Mostra fotografica e celebrazione anniversario

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

GIORNATA ECOLOGICA: LUNGOFIUME TORDINO PADULA.

Sabato 10

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Paola Casati](#)

IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO GRANDI ABBAZIE.

Domenica 11

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[CAI Farindola.](#)

MONTAGNE DIMENTICATE: MONTE NAVEGNA E MONTE CERVIA E GOLE DELL'OBITO.

Giovedì 15

Riserva Naturale Regionale Monte Navegna e Monte Cervia

[Gruppo Seniores](#)

MAGGIO 2025

DECATHLON DAY.

Family CAI.

Domenica 18

ANELLO DA ROCCA DI CAMBIO: MONTI CAGNO, OCRE E CEFALONE.

Intersezionale CAI Rascino. Parco Regionale Sirente-Velino.

Giovanni Ciangoli.

Domenica 18

MONTAGNE DIMENTICATE: PIZZO BARETE E MONTE SAN LORENZO.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores

Giovedì 22

SKIALP TERAMO: IL CALDERONE.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Domenica 25

TRAVERSATA DELLE MAINARDE.

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

CAI Giovani

Domenica 25

IL PICENO: GAS (GRANDE ANELLO DEI SIBILLINI).

Parco Nazionale dei Monti Sibillini.

Gruppo Seniores

Giovedì 29

GIUGNO 2025

IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO ALTA VALLE DELL'ATERNO.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

CAI Alta Valle dell'Aterno.

Domenica 1

FESTA DELLA REPUBBLICA.

Lunedì 2

GIUGNO 2025

PPÈ LA MAJELLA: ANELLO DEGLI EREMI DA SANTO SPIRITO.

Giovedì 5

Parco Nazionale della Maiella.

Gruppo Seniores

SPELEO BIMBO.

Domenica 8

Gruppo Grotte e Forre.

MONTE VETTORE E LAGHI DI PILATO.

Domenica 8

Parco Nazionale dei Monti Sibillini.

CAI Giovani

IN CAMMINO NEI PARCHI / IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO TERRE DELLA BARONIA.

Domenica 8

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

CAI L'Aquila

CORSO SCI ALPINISMO AVANZATO (SA2)

**Da venerdì 13
giugno a
domenica 22
giugno**

3° Modulo

Scuola Intersezionale Piceno.

GROTTA DI FRASASSI.

Domenica 15

Gruppo Grotte e Forre

MONTE AMARO DI OPI DALLA VAL FONDILLO.

Domenica 15

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

Giovanni Ciangoli

PANORAMI IN QUOTA: PUNTA UCCETTU, MONTE MORRONE E CIMA ZIS.

Giovedì 19

Parco Regionale Sirente-Velino.

Gruppo Seniores

GIUGNO 2025

SENTIERO ITALIA CAI IV^a EDIZ.:
Q12 SAN PIETRO AVELLANA - RIVISONDOLI.

Domenica 22

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

[GR Abruzzo](#)

PANORAMI IN QUOTA: CIMA MALECOSTE.

Giovedì 26

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

MANUTENZIONE S.I.

Sabato 28

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione SOSEC.](#)

ABISSO FANTINI.

**Sabato 28 e
domenica 29**

Intersezionale CAI Modena

[Gruppo Grotte e Forre](#)

**MONTE PRENA: VIA NORMALE DA CAMPO
IMPERATORE CON PASSAGGIO BIVACCO
DESIATI (EX LUBRANO).**

Domenica 29

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Antonio Di Donato e Franco Di Michele.](#)

LUGLIO 2025

**MONTAGNE DIMENTICATE: CIMA DI
VALLINFANTE, CIMA DI CANNAFAUSTO E CIMA
DI PASSO CATTIVO.**

Giovedì 3

Parco Nazionale dei Monti Sibillini.

[Gruppo Seniores](#)

TRAVERSATA FALVATERRA.

Sabato 5

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

LUGLIO 2025

NOTTURNA AL MONTE GIRELLA. Sabato 5

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Daniele Piccioni e Antonio Di Donato.](#)

CORNO GRANDE: LA DIRETTISSIMA. Domenica 6

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Giovanni Ciangoli e Giorgio D'Egidio.](#)

PANORAMI IN QUOTA: DA PIANO DEL FIUME AL BRANCASTELLO. Giovedì 10

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

SOTTO LE STELLE DEL PARCO. Sabato 12

Intersezionale con CAI Arsita. Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione Escursionismo.](#)

I NOSTRI PRIMI 50 ANNI: GROTTA FREDDA AL RIO GARRAFO. Domenica 13

Escursione Sezionale. Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

PANORAMI IN QUOTA: PELONE MERIDIONALE DAL LAGO DELL'ORSO. Giovedì 17

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO VALLE DEL TIRINO. Sabato 19

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[CAI Popoli](#)

MONTE CAMICIA. Domenica 20

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[CAI Giovani.](#)

LUGLIO 2025

PPÈ LA MAJELLA: MONTE PESCOFALCONE E MONTE RAPINA.

Parco Nazionale della Maiella.

Gruppo Seniores

Giovedì 24

GROTTA BUSO DELLA RANA VICENZA.

Gruppo Grotte e Forre.

Sabato 26 e domenica 27

1975 - 2025: 50° ANNIVERSARIO MARCIA DEI TRE PRATI.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Commissione Escursionismo.

Domenica 27



"In Cammino nei Parchi" nel territorio del Montagnone, 9 giugno 2024. Foto Arnaldo Pilotti

AGOSTO 2025

SAN FRANCO DAL RIFUGIO PANEPUCCI.

Domenica 3

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Mauro Di Dionisio e Verdiana Laudando.](#)

PIZZO INTERMESOLI.

Domenica 3

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Antonio Di Donato e Franco Di Michele](#)

PANORAMI IN QUOTA: IL MONTE SIRENTE DA ROVERE.

Mercoledì 6

Parco Regionale Sirente-Velino.

[Gruppo Seniores](#)

ESPLORAZIONE DI SUPERFICIE. ISOLA DEL GRAN SASSO.

Sabato 9

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

NOTTURNA AL BRANCASTELLO.

Sabato 9

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Antonio Di Donato e Franco Di Michele](#)

NOTTURNA AL MONTE AMARO DAL RIFUGIO POMILIO.

Sabato 9

Parco Nazionale della Maiella.

[CAI Giovani](#)

ESPLORAZIONE DI SUPERFICIE. ISOLA DEL GRAN SASSO.

Domenica 10

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

IL CORNO PICCOLO DA CAMPO IMPERATORE ATTRAVERSO LE FERRATE GINEPRI E DANESI.

Domenica 10

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Raffaele Di Cesare](#)

AGOSTO 2025

NOTTURNA AL MONTE AMARO DAL RIFUGIO POMILIO. Domenica 10

Parco Nazionale della Maiella.

[CAI Giovani](#)

FERRAGOSTO / ASSUNZIONE Venerdì 15

GROTTE CIVITELLA. VAL DÈ VARRI (RI). Domenica 24

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

PPÈ LA MAJELLA: ANFITEATRO DELLE MURELLE DAL RIFUGIO POMILIO. Giovedì 28

Parco Nazionale della Maiella.

[Gruppo Seniores](#)

CORNO GRANDE DA PRATI DI TIVO: Sabato 30

Intersezionale CAI Roccarainola. Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Commissione Escursionismo.](#)

SETTEMBRE 2025

PANORAMI IN QUOTA: MONTE BOLZA. Giovedì 4

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

MONTE AMARO DAL RIFUGIO POMILIO. Sabato 6

Parco Nazionale della Maiella.

[Antonio Di Donato e Mauro Di Dionisio](#)

MONTE CORVO DA PRATO SELVA. Domenica 7

Uscita Escursionistica (EE), Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[ASE Niels van Bemmelen](#)

SETTEMBRE 2025

ANELLO DEL MONTE MAGNOLA.

Parco Regionale Sirente-Velino.

Gino Di Cesare

Domenica 7

MONTAGNE DIMENTICATE: I MONTI DELL'ALTOPIANO DI CASCINA.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores

Giovedì 11

MONTE VETTORE DA FORCA DI PRESTA.

Parco Nazionale dei Monti Sibillini.

Antonio Di Donato e Daniele Piccioni

Sabato 13

40° CORSO D'INTRODUZIONE ALLA SPELEOLOGIA.

Gruppo Grotte e Forre.

**Da domenica
14 settembre
a domenica
12 ottobre**

IL MONTE SIRENTE DALLA VALLE LUPARA.

Parco Regionale Sirente-Velino.

Raffaele Di Cesare ...

Domenica 14

MONTAGNE DIMENTICATE: MONTE ORSELLO.

Parco Regionale Sirente-Velino.

Gruppo Seniores

Giovedì 18

FORESTA DEMANIALE DI ROCCARAINOLA.

Commissione Escursionismo

**Venerdì 19 e
sabato 20**

IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: "IL DISTRETTO ALTE VETTE.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga

CAI L'Aquila.

Domenica 21

IL PICENO: GAD (GRANDE ANELLO DI ARQUATA).

Parco Nazionale dei Monti Sibillini.

Gruppo Seniores

Giovedì 25

SETTEMBRE 2025

ANELLO TRA DUE VALLI.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Paola Casati.

**Sabato 27 e
domenica 28**

I BOSCHI DI CERQUETO E PRATI DI TIVO.

Uscita Escursionistica (E), Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Niels van Bemmelen

Domenica 28

OTTOBRE 2025

2A TAPPA DEL CAMMINO I CONFINI DEI DUE REGNI.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores

Giovedì 2

MANUTENZIONE SENTIERO ITALIA.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Commissione SOSEC

Sabato 4

ANELLO DEI BORGHI SULLA TERRA DEL BRIGANTE PICCIONI.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Antonio Di Donato e Daniele Piccioni

Domenica 5

PANORAMI IN QUOTA: ANELLO DELLE VETICOLE.

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

Gruppo Seniores.

Giovedì 9

OTTOBRE 2025

**RIFUGIO DI FORCA RESUNI E LA VALLE
IANNANGHERA DA CIVITELLA ALFEDENA.**

Domenica 12

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

[Verdiana Laudando e Mauro Di Dionisio.](#)

**IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO
VALLE SICILIANA.**

Domenica 19

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[CAI Arsita.](#)

**IL PICENO: MULATTIERE DI ACQUASANTA
TERME.**

Giovedì 23

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

**PIZZO DETA E MONTE PASSEGGIO DA
RENDINARA.**

Domenica 26

Intersezionale CAI Rascino, Parco Naturale Regionale Monti
Simbruini.

[Commissione Escursionismo.](#)

RADUNO SPELEOLOGICO.

Venerdì 31

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

NOVEMBRE 2025

TUTTI I SANTI

Sabato 1

RADUNO SPELEOLOGICO.

**Sabato 1 e
domenica 2**

[Gruppo Grotte e Forre.](#)

NOVEMBRE 2025

IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO VIA DEL SALE. Domenica 2

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.
[CAI Ascoli.](#)

I SENTIERI VICINO CASA: TUTTE LE STRADE PORTANO AL FOLTRONE. Giovedì 6

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.
[Gruppo Seniores](#)

CASTAGNATA CON CAI CASTELLI. Domenica 9

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.
[Commissione Escursionismo.](#)

FOLIAGE A FORCA D'ACERO. Domenica 16

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.
[CAI Giovani](#)

IL PARCO COMPIE TRENT'ANNI: IL DISTRETTO SORGENTI DEL TRONTO. Domenica 16

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga
[A.P.E. Roma](#)

I SENTIERI VICINO CASA: CAMMINIAMO SUL FIUME TORDINO. Giovedì 20

[Gruppo Seniores](#)

MT GIANO DALLA MADONNA DELLE GROTTI Domenica 23

Uscita Escursionistica (E), Antrodoco, Monti Reatini.
[Niels van Bemmelen](#)

CITTÀREALE. Domenica 23

Monti Reatini.
[Gruppo Grotte e Forre](#)

MONTE DELLA SCINDARELLA DALLA VALLE FREDDA. Domenica 30

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.
[Gino Di Cesare.](#)



DICEMBRE 2025

VALLE DEGLI SCOIATTOLI DA BATTAGLIA. **domenica 7**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Antonio Di Donato e Franco di Michele](#)

IMMACOLATA **Lunedì 8**

L'ACQUA SALATA **giovedì 11**

Parco Naturale Regionale del Conero.

[Gruppo Seniores](#)

CENA SOCIALE DI FINE ANNO. **venerdì 12**

I SENTIERI VICINO CASA: IL MONTE DELLA FARINA E I BORGHİ DIMENTICATI. **domenica 14**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

POZZO PICHINI, ACQUASANTA TERME. **domenica 14**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Grotte e Forre](#)

NATALE **Mercoledì 25**

SANTO STEFANO **Giovedì 26**

AUGURI E BRINDISI DI FINE ANNO SULLA MADONNINA. **domenica 28**

Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga.

[Gruppo Seniores](#)

CAPODANNO DA LUPI. RIFUGIO LA CICERANA. **Da martedì 30 dicembre a giovedì 1 gennaio**

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

[Raffaele Di Cesare, Verdiana Laudando.](#)

DICEMBRE 2025

SAN SILVESTRO

Mercoledì 31

...E ALTRO ANCORA:

- CORSO ORIENTAMENTO AVANZATO E CARTOGRAFIA DIGITALE.
- CORSO MANUTENZIONE SENTIERI.
- CORSO DI PRIMO SOCCORSO IN MONTAGNA.



REGOLAMENTO DI PARTECIPAZIONE

- 1) Con l'iscrizione si accettano il presente regolamento, la conduzione dell'accompagnatore e le direttive da questa impartite ed alle quali occorre attenersi.
- 2) L'idoneità alla partecipazione è a giudizio insindacabile dell'accompagnatore, che valuta la preparazione fisica dei partecipanti.
- 3) L'attrezzatura indicata è a carico del partecipante.
- 4) Al verificarsi di condizioni avverse o altro a giudizio dell'accompagnatore (meteo, condizioni fisiche dei partecipanti, ecc.), l'escursione (in corso) può essere annullata/o o variare nei percorsi.
- 5) Ogni partecipante deve attenersi alle disposizioni dell'accompagnatore ed è tenuto a partecipare all'escursione con il materiale richiesto.
- 6) Il materiale tecnico/attrezzatura personale deve essere in buono stato e adatto alle esigenze dell'escursione.
- 7) Per le escursioni è obbligatoria l'iscrizione e deve avvenire entro i termini previsti dalla pubblicazione.
- 8) A dipendenza dell'escursione (difficoltà, pernottamento in rifugio, ecc.) il numero dei partecipanti può essere limitato. Farà stato l'ordine d'iscrizione e la partecipazione ad altre escursioni.
- 9) Chi partecipa è consapevole che le attività svolte in montagna e in natura presentano caratteristiche di un certo rischio. È pertanto cosciente dell'esposizione a tale rischio e alle possibili conseguenze che ne potrebbero derivare, esonerando da ogni responsabilità l'accompagnatore per eventi accaduti al di fuori dell'accompagnamento o verificatisi in spregio alle direttive impartite.
- 10) È essenziale che il partecipante alle escursioni valuti le proprie capacità tecniche e fisiche al fine di non intralciarne il regolare svolgimento. L'accompagnatore si riserva comunque la facoltà, a proprio insindacabile giudizio di escludere comunque il partecipante.
- 11) Tutti i partecipanti godono di copertura assicurativa RC, valida solo sotto la conduzione dell'accompagnatore medesimo. Eventi che si verificano al di fuori delle direttive impartite e al di fuori dell'accompagnamento, sono sotto la personale responsabilità del partecipante.
- 12) I minori sono sotto la responsabilità del genitore presente o dei genitori presenti.
- 13) L'accompagnatore non si assume alcuna responsabilità per coloro che non rispettano il suddetto regolamento e le proprie direttive.

Il termine accompagnatore, per le uscite escursionistiche e alpine, si riferisce ai capi gita nominati e ai titolari AE, ASE, ANE e altri titoli rilevanti come descritti nella 2° edizione del Regolamento degli Accompagnatori dell'escursionismo del CAI, entrato in vigore il 01 gennaio 2010. Per le escursioni speleologiche il termine accompagnatore si riferisce ai titolari ISS, IS e ISN del Gruppo Grotte e Forre del CAI Teramo.

SCALA DIFFICOLTA' ESCURSIONI IN GROTTA

L1 = LIVELLO 1 = FACILE: Percorso in ambiente con basso grado di pericoli oggettivi anche di origine meteorica, nessuna difficoltà tecnica oltre le normali attenzioni di progressione escursionistica, nessuna strettoia o restringimento, tempo di visita contenuto entro le 3 ore (compreso l'avvicinamento). Grotte orizzontali accessibili a tutti se accompagnati.

L2 = LIVELLO 2 = IMPEGNATIVO: Percorso con basso grado di pericoli oggettivi anche di origine meteorica, difficoltà tecniche facili e discontinue, strettoie brevi e comode, tempo di visita contenuto entro le 6 ore (compreso l'avvicinamento).

L3 = LIVELLO 3 = DIFFICILE: Percorso con pericoli oggettivi individuati, difficoltà sostenute che richiedono l'uso di tecniche di progressione su corda, strettoie anche lunghe e disagiati, tempo di visita contenuto entro le 12 ore (compreso l'avvicinamento).

L4 = LIVELLO 4 = ESTREMO: Percorsi con caratteristiche di pericolo e difficoltà tecnica oltre le caratteristiche precedenti.

SCALA DIFFICOLTA' ESCURSIONISTICHE

T = TURISTICO = Itinerari su stradine, mulattiere o larghi sentieri, con percorsi non lunghi, ben evidenti che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Si svolgono di solito sotto i 2000 metri. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.

E = ESCURSIONISTICO = Itinerari che si svolgono su terreni di ogni genere, oppure su evidenti tracce su terreno vario (pascoli, pietraie, detriti), di solito con segnalazioni. Possono esservi brevi tratti pianeggianti o lievemente inclinati di neve residua dove, in caso di caduta, la scivolata si arresta in breve spazio e senza pericoli. Si sviluppano a volte su terreni aperti, senza sentieri ma non problematici, sempre con segnalazioni adeguate. Possono svolgersi su pendii ripidi, dove tuttavia i tratti esposti sono in genere protetti o assicurati. Possono avere singoli passaggi, o tratti brevi su roccia, non esposti, non faticosi né impegnativi, grazie alla presenza di attrezzature (cavi, scalette, pioli) che però non richiedono l'uso di equipaggiamento specifico (imbragatura, ecc.). Richiedono un certo senso d'orientamento, una certa conoscenza e esperienza di ambiente alpino, allenamento alla camminata, calzature ed equipaggiamento adeguati.

EE = ESCURSIONISTICI ESPERTI = Itinerari generalmente segnalati ma che richiedono capacità di muoversi su terreni particolari. Sentieri o tracce su terreno impervi e infido (pendii ripidi, scivolosi di erba, misti di rocce ed erba, roccia, detriti). Terreno vario, a quote relativamente elevate (pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento, ecc.). Tratti rocciosi, con lievi difficoltà tecniche (percorsi attrezzati, vie ferrate fra quelle di minor impegno). Restano esclusi i percorsi su ghiacciai, anche se pianeggianti e/o all'apparenza senza crepacci. Necessitano di esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente alpino; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguati. Per i percorsi attrezzati è inoltre necessario conoscere l'uso dei dispositivi di autoassicurazione (moschettoni, dissipatore, imbrago, ecc).

EEA = ESCURSIONISTI ESPERTI CON ATTREZZATURA = Si tratta di percorsi attrezzati o vie ferrate. Si usa questa sigla al fine di avvertire l'escursionista che l'itinerario richiede l'uso dei dispositivi di autoassicurazione.

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 di accesso, di fondo valle o in zone boschive non impervie o su crinali aperti e poco esposti, con dislivelli e difficoltà.

EEAG = ESCURSIONISTI ESPERTI ATTREZZATI GHIACCIO = Caratteristiche simili all'EEA ma con utilizzo di attrezzature da ghiaccio (ramponi, piccozza, corda, etc.) oltre alla conoscenza delle relative manovre di assicurazione.

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

Sito Web

www.caiteramo.it



Pagina Facebook

www.facebook.com/caiteramo.gransasso



Canale Telegram

<https://t.me/caiteramo>

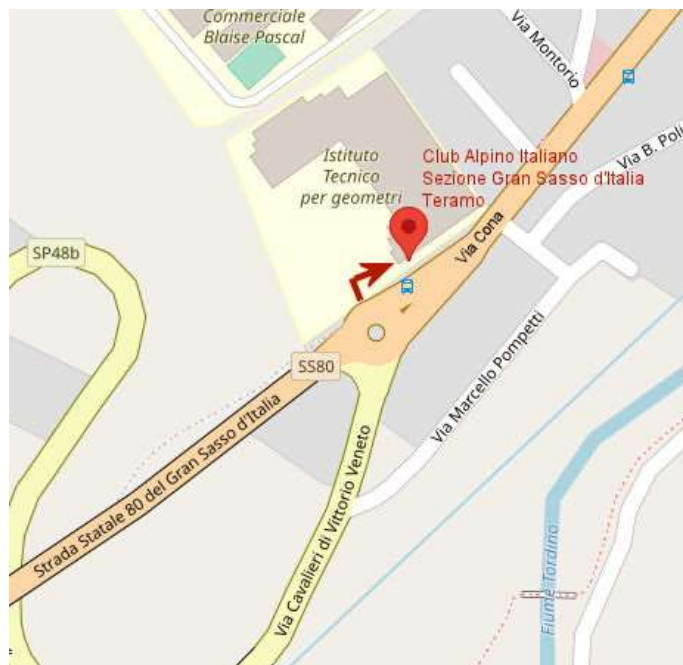


O Vieni In Sede:

Venerdì sera dalle 21:00 alle 23:00

Via Cona, 180

**Ingresso Ist. Tecnico per Geometri
64100 Teramo**



Pagina Instagram

https://www.instagram.com/cai_teramo/



Telefono

+39 347 376 7682