C.A.I. *lendario* 2018

Club Alpino Italiano
Sezione di Spoleto
Fondata nel 1884

Monte Bianco dal Sentiero Balcone (Chamonix)

Gennaio

Cresta tra M. Bove Sud e M. Bicco (Sibillini)

GENNAIO 2018

1 L CAPODANNO	12 V	23 M
2 M	13 S	24 M
3 M	14 D S. PONZIANO Patrono di Spoleto	25 G
4 G	15 L	26 V
5 V	16 M	27 S
6 S EPIFANIA	17 M	28 D
7 D	18 G	29 L
8 L	19 V	30 M
9 M	20 S	31 M
10 M	21 D	
11 G	22 L	

Montagna in pillole...

L'uso di calzature idonee è assolutamente necessario... suola scolpita, robusta e tomaia fasciante la caviglia. Saranno sempre esclusi dalle escursioni i partecipanti ritenuti non sufficientemente equipaggiati.

ATTIVITÀ SEZIONALI E PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

21 **SICURI SULLA NEVE CON IL S.A.S.U.**
Dir.: P. Castellani - M. Di Lorenzo - A. Lanoce
G. Loreti / *P.a P.*

dal 27/01 al 03/02 **SETTIMANA PER CIASPOLATORI SULLA CATENA DEL LAGORAI (TRENTINO)** (EAI)
Dir.: E. Ansuini - S. Bocchini - C. Burani
P. Orfei / *P.a P.*

ALPINISMO GIOVANILE

6 **ESCURSIONE PER PRESEPI**
Dir.: M. Lupinelli

ATTIVITÀ SPELEOLOGICHE

A cura della Comm. Speleo

6 **DISCESA DELLA BEFANA DALLA TORRE CIVICA DI TREVI**

Tutti i fine settimana del 2018, il Gruppo Speleo effettuerà delle uscite di esplorazione e ricerca in grotte e forre dell'Appennino Umbro-Marchigiano.
(ved. "Note Importanti" a fondo programma sulle attività speleologiche).

Febbraio

Piani di Castelluccio (Sibillini)

2018

FEBBRAIO

1 G	12 L	23 V
2 V	13 M	24 S
3 S	14 M	25 D
4 D	15 G	26 L
5 L	16 V	27 M
6 M	17 S	28 M
7 M	18 D	
8 G	19 L	
9 V	20 M	
10 S	21 M	
11 D	22 G	

Montagna in pillole...

Durante le escursioni teniamo il contatto visivo con chi ci precede prestando particolare attenzione agli incroci nei quali dobbiamo attendere chi ci segue per indicargli il percorso. Non lasciare mai soli i tuoi compagni, se sono stanchi rallenta, se hanno dei problemi aiutali.

ATTIVITÀ SEZIONALI E PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

dal 27/01 al 03/02 **SETTIMANA PER CIASPOLATORI SULLA CATENA DEL LAGORAI (TRENTINO)** (EAI)
Dir.: E. Ansuini - S. Bocchini - C. Burani P. Orfei / *P.a P.*

10-11 **CIASPOLANDO A CASALE DEL PIANO** (EAI)
Dir.: S. Bocchini - P. Perini - S. Pezzola R. Morfei / *P.a P.*

17 **CAI CULTURA - ROMA MUSEI VATICANI E CAPPELLA SISTINA**
Dir.: C. Borgiani - P. Orfei - L. Turchi / *P.a P.*

dal 24/02 al 03/03 **SETTIMANA BIANCA - FOLGARIA (TRENTO)**
Dir.: L. Beltrammi - C. Borgiani - L. Turchi / *P.a P.*

ALPINISMO GIOVANILE

17 **CAI CULTURA - ROMA MUSEI VATICANI E CAPPELLA SISTINA**
Dir.: L. Frascarelli / *P.a P.*

SCUOLA DI ESCURSIONISMO

ATTIVITÀ DIDATTICO FORMATIVE RIVOLTE AI SOCI - *P. a P.*

SCUOLA DI ALPINISMO

LEZIONI IN AMBIENTE INNEVATO (in base alle condizioni nivologiche)
Scuola di Alpinismo Monteluco - *P. a P.*

ATTIVITÀ SPELEOLOGICHE

A cura della Comm. Speleo

18-25 **SETTIMANA DEL QUARANTENNALE DEL GRUPPO SPELEO CAI SPOLETO**
Mostre e dibattiti / *P.a P.*

Tutti i fine settimana del 2018, il Gruppo Speleo effettuerà delle uscite di esplorazione e ricerca in grotte e forre dell'Appennino Umbro-Marchigiano.
(ved. "Note Importanti" a fondo programma sulle attività speleologiche).

Pino Loricato (Pollino)

2018

MARZO

1 G	12 L	23 V
2 V	13 M	24 S
3 S	14 M	25 D
4 D	15 G	26 L
5 L	16 V	27 M
6 M	17 S	28 M
7 M	18 D	29 G
8 G	19 L	30 V
9 V	20 M	31 S
10 S	21 M	
11 D	22 G	

Montagna in pillole...

L'efficienza e l'allenamento fisico è fondamentale per affrontare la montagna con tranquillità, diversamente si rischia, al primo ostacolo, di non portare a termine l'escursione.

ATTIVITÀ SEZIONALI E PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

dal 24/02 al 03/03 **SETTIMANA BIANCA - FOLGARIA (TRENTO)**
Dir.: L. Beltrammi - C. Borgiani - L. Turchi / *P.a P.*

4 **ESCURSIONE D'APERTURA**
MONTAGNA SPOLETINA: SPOLETO-TORRICELLA-MEGGIANO (E)
Dir.: G. Luna - S. Pezzola

18 **SENTIERO DEGLI ULIVI: SASSOVIVO-BELFIORE-SPELLO (E)**
Dir.: S. Bocchini - P. Castellani - G. Luna

25 **LA VIA DEI CASTELLI: DA S. TERENZIANO A VIEPRI (T/E)**
Dir.: V. Caiello - M. Confortola- A. De Alexandris
L. Turchi

ALPINISMO GIOVANILE

4 **ESCURSIONE D'APERTURA**
MONTAGNA SPOLETINA: SPOLETO-TORRICELLA-MEGGIANO (E)
Dir.: F. Bellomo

SCUOLA DI ESCURSIONISMO

ATTIVITÀ DIDATTICO FORMATIVE RIVOLTE AI SOCI - *P. a P.*

SCUOLA DI ALPINISMO

LEZIONI IN AMBIENTE INNEVATO (in base alle condizioni nivologiche)
Scuola di Alpinismo Monteluco - *P. a P.*

CICLO-ESCURSIONISMO

25 **EX FERROVIA SPOLETO-NORCIA:**
DA S. ANATOLIA A BORGO CERRETO (TC)
Dir.: L. Donati - M. Silvioli

ATTIVITÀ SPELEOLOGICHE

A cura della Comm. Speleo

24-25 **V EDIZIONE "SPELEODAY"**

Tutti i fine settimana del 2018, il Gruppo Speleo effettuerà delle uscite di esplorazione e ricerca in grotte e forre dell'Appennino Umbro-Marchigiano.
(ved. "Note Importanti" a fondo programma sulle attività speleologiche).

C.A.I.*lendario* 2018

Aprile

Creste del Redentore dal Colle Le Cese (Sibillini)

2018

APRILE

1 D PASQUA	12 G	23 L
2 L LUNEDÌ DELL'ANGELO	13 V	24 M
3 M	14 S	25 M ANNIVERSARIO LIBERAZIONE
4 M	15 D	26 G
5 G	16 L	27 V
6 V	17 M	28 S
7 S	18 M	29 D
8 D	19 G	30 L
9 L	20 V	
10 M	21 S	
11 M	22 D	

Montagna in pillole...

Nel caso di smarrimento non prendere "scorciatoie" e non abbandonare mai strade, mulattiere e sentieri, anche se con ritardo vi porteranno sicuramente in luoghi noti.

ATTIVITÀ SEZIONALI E PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

2 **ABBAZIA DI FARFA** *(Pasquetta)* **(E)**
in collaborazione Cai Monterotondo
Dir.: E. Enrico - A. Lanoce

8 **MARCHE DA SCOPRIRE - GIRO DEL MONTE LETEGGE (E)**
Dir.: D. Damiani - L. Donati - M. Silvioli

15 **ANELLO DI MONTE SANTA MARIA TIBERINA (E)**
Intersez. CAI Potenza Picena
Dir.: L. Beltrammi - S. Bocchini - C. Vallini

22 **SPOLETO-EGGI TRA GLI ASPARAGI (E)**
Dir.: E. Ansuini - S. Bocchini - P. Orfei

dal 25/04 al 01/05 **TREKKING IN SARDEGNA: DA CALA GONONE A BAUNEI (E/EE)**
Dir.: C. Morocchi - F. Tordoni / *P.a P.*

29 **CONOSCIAMO IL NOSTRO TERRITORIO: DIGA D'AREZZO E DINTORNI (T/E)**
Dir.: E. Enrico - F. Pantanetti - P. Perini

NEPAL: LA VALLE DEL LANGTANG E L'HELAMBU
Dir.: S. Maturi / *P.a P.*

ALPINISMO GIOVANILE

15 **ESCURSIONE A CARSULAE**
Dir.: S. Massaruti

SCUOLA DI ALPINISMO

4 **CLIMBING DAY 2018**
Serata Propedeudica - Sede sezionale

7 **SPRING CLIMBING DAY 2018**
Palestra d'arrampicata Pillo Monini

CICLO-ESCURSIONISMO

15 **DA SPOLETO A MONTEBIBICO (MC)**
Dir.: M. Lancia - L. Scaliti

ATTIVITÀ SPELEOLOGICHE

A cura della Comm. Speleo

dal 07/04 al 06/05 **XXV CORSO D'INTRODUZIONE ALLA SPELEOLOGIA**

Tutti i fine settimana del 2018, il Gruppo Speleo effettuerà delle uscite di esplorazione e ricerca in grotte e forre dell'Appennino Umbro-Marchigiano.
(ved. "Note Importanti" a fondo programma sulle attività speleologiche).

Maggio

Montagna spoletina (Ospedalicchio)

2018

MAGGIO

1 M FESTA DEL LAVORO	12 S	23 M
2 M	13 D	24 G
3 G	14 L	25 V
4 V	15 M	26 S
5 S	16 M	27 D
6 D	17 G	28 L
7 L	18 V	29 M
8 M	19 S	30 M
9 M	20 D	31 G
10 G	21 L	
11 V	22 M	

Montagna in pillole...

Saper rinunciare a proseguire, se ti senti stanco, è sintomo di responsabilità verso te e verso i compagni, così come chiedere aiuto a chi è più esperto di te. Scegli sempre un percorso adatto alle tue capacità ed alle tue forze.

ATTIVITÀ SEZIONALI E PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

dal 25/04 al 01/05 **TREKKING IN SARDEGNA: DA CALA GONONE A BAUNEI** (E/EE)
Dir.: C. Morocchi - F. Tordoni / *P.a P.*

6 **SENTIERO DEGLI ULIVI: TREVI-ROVIGLIETO-SASSOVIVO** (E)
Dir.: G. Loreti - G. Luna - S.Pezzola

13 **MARCHE DA SCOPRIRE: OASI DI MONTE FIETONE** (E)
Dir.: D. Damiani - L. Donati - M. Silvioli

20 **RIPARTIAMO DAI SENTIERI: DA NORCIA A PRECI** (E)
Dir.: L.Cavadenti - S. Pezzola - F. Tordoni

27 **MONTE ACUTO (UMBERTIDE)** (E)
Dir.: L. Beltrammi - S. Bocchini - C. Burani

ALPINISMO GIOVANILE

20 **MINIERE DI MONTE BIRBONE**
Dir.: M. Ricciarelli

SCUOLA DI ALPINISMO

CORSO DI AGGIORNAMENTO AS 2018
Riservato all'organico della Scuola di Alpinismo Monteluco - *P. a P.*

CICLO-ESCURSIONISMO

20 **PARCO DI COLFIORITO** (Intersez. CAI Foligno) (MC)
Dir.: L. Donati - D. Mannaioli

ATTIVITÀ SPELEOLOGICHE

A cura della Comm. Speleo

dal 07/04 al 06/05 **XXV CORSO D'INTRODUZIONE ALLA SPELEOLOGIA**

17 **ESCURSIONE ALLA GROTTA DEL CHIOCCHIO CON GLI STUDENTI DELL'ISTITUTO D'ARTE DI SPOLETO**

Tutti i fine settimana del 2018, il Gruppo Speleo effettuerà delle uscite di esplorazione e ricerca in grotte e forre dell'Appennino Umbro-Marchigiano.
(ved. "Note Importanti" a fondo programma sulle attività speleologiche).

Giugno

Rododendri in Val d'Ultimo (Alto Adige)

2018

GIUGNO

1 V	12 M	23 S
2 S FESTA DELLA REPUBBLICA	13 M	24 D
3 D	14 G	25 L
4 L	15 V	26 M
5 M	16 S	27 M
6 M	17 D	28 G
7 G	18 L	29 V
8 V	19 M	30 S
9 S	20 M	
10 D	21 G	
11 L	22 V	

Montagna in pillole...

Far camminare insieme escursionisti esperti con frequentatori occasionali può ridurre molto il rischio di incidenti. In montagna l'esperienza è un patrimonio importante che deve essere trasmesso ai nuovi appassionati.

ATTIVITÀ SEZIONALI E PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

2-3 **LUCCA TORRE DEL LAGO E LAGO DI MASSACIUCCOLI (E)**
Dir.: E. Enrico - D. Pelli - L. Piernera Palmieri / *P.a P.*

10 **RADUNO REGIONALE** ***(a cura del CAI Gubbio)*** **(T/E)**
Dir.: S. Pezzola - D. Trombettoni - P. Vandone / *P.a P.*

10 **SALARIA 4 REGIONI SENZA CONFINI (E)**
(a cura del CAI Leonessa)
Dir.: S. Bocchini - P. Castellani - S. Gauzzi

16-17 **SPOLETO-CASALE DEL PIANO-ROCCA PORENA (E)**
Dir.: R. Morfei - P. Perini - S. Pezzola - D. Trombettoni

17 **SICURI SUL SENTIERO CON S.A.S.U.**
Dir.: M. Di Lorenzo - G. Loreti

24 **RIPARTIAMO DAI SENTIERI: POGGIODOMO-SCHEGGINO (E)**
Dir.: D. Brunelli - A. Lanoce - P. Vandone

dal 30/06 al 07/07 **ACCANTONAMENTO ESTIVO IN RIFUGIO VAL VARAITA-MONVISO (EE)**
Dir.: M. Andreoli - C. Burani - S. Pezzola - F. Revello / *P.a P.*

PROGETTO GIORNATE DI SOLIDARIETÀ CON L'AIAS

Dir.: E. Enrico, P. Perini, C. Vallini, L. Zannoli / *P. a P.*

ALPINISMO GIOVANILE

10 **RADUNO REGIONALE** ***(a cura del CAI Gubbio)***
Commiss. A.G. / *P.a P.*

23-24 **CAI BOYS** Interregionale Umbria-Marche
Commiss. A.G. / *P.a P.*

SCUOLA DI ALPINISMO

30 **SUMMER CLIMBING DAY 2018**
Palestra d'arrampicata Pillo Monini

ATTIVITÀ SPELEOLOGICHE

A cura della Comm. Speleo

Tutti i fine settimana del 2018, il Gruppo Speleo effettuerà delle uscite di esplorazione e ricerca in grotte e forre dell'Appennino Umbro-Marchigiano.

(ved. "Note Importanti" a fondo programma sulle attività speleologiche).

C.A.I.*lendario* 2018

Luglio

Monte Elefante (Terminillo)

2018

LUGLIO

1 D	12 G	23 L
2 L	13 V	24 M
3 M	14 S	25 M
4 M	15 D	26 G
5 G	16 L	27 V
6 V	17 M	28 S
7 S	18 M	29 D
8 D	19 G	30 L
9 L	20 V	31 M
10 M	21 S	
11 M	22 D	

Montagna in pillole...

I sentieri contrassegnati sono generalmente i percorsi più agevoli se si lascia il sentiero per scorciatoie atlernative si rovina il manto erboso favorendo il dilavamento, quindi l'erosione.

ATTIVITÀ SEZIONALI E PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

dal 30/06 al 07/07 **ACCANTONAMENTO ESTIVO IN RIFUGIO VAL VARAITA-MONVISO (EE)**
Dir.: M. Andreoli - C. Burani - S. Pezzola - F. Revello / *P.a P.*

1 **GIRO DEL MONTE BOVE (E/EE)**
Dir.: E. Ansuini - S. Bocchini - S. Gauzzi - P. Orfei

8 **F. DI PRESTA-RIF. ZILIOLI-LAGHI DI PILATO**
F. VIOLA-CASTELLUCCIO (E/EE)
Dir.: E. Ansuini - S. Bocchini - P. Castellani - P. Orfei

15 **FUOCHI DA SAN GIULIANO (E)**
Dir.: C. Borgiani - L. Cavadenti
P. Orfei - P. Rossi / *P.a P.*

22 **MARCHE DA SCOPRIRE: SASSOTETTO (E)**
Dir.: D. Damiani - L. Donati - M. Silvioli

29 **MONTI REATINI: MONTE DI CAMBIO (E)**
Dir.: C. Borgiani - G. Luna - L. Turchi

ALPINISMO GIOVANILE

28-29 **DUE GIORNI A MONTELUCO** (pernottamento in tenda)
Dir.: P. Cariani / *P.a P.*

CICLO-ESCURSIONISMO

8 **CAMPI-CASTELLUCCIO** (Intersez. CAI Foligno) **(BC)**
Dir.: F. Enrico - M. Lancia

ATTIVITÀ SPELEOLOGICHE

A cura della Comm. Speleo

Tutti i fine settimana del 2018, il Gruppo Speleo effettuerà delle uscite di esplorazione e ricerca in grotte e forre dell'Appennino Umbro-Marchigiano.
(ved. "Note Importanti" a fondo programma sulle attività speleologiche).

Agosto

Altipiano delle Pale
(San Martino di Castrozza)

AGOSTO 2018

1 M	12 D	23 G
2 G	13 L	24 V
3 V	14 M	25 S
4 S	15 M ASSUNZIONE DI MARIA VERGINE	26 D
5 D	16 G	27 L
6 L	17 V	28 M
7 M	18 S	29 M
8 M	19 D	30 G
9 G	20 L	31 V
10 V	21 M	
11 S	22 M	

Montagna in pillole...

È sempre importante rimanere sul sentiero individuato da indicazioni “segnavia” e da “ometti di pietre”... perdere il sentiero può succedere, ma perdere la testa non è consentito...

ATTIVITÀ SEZIONALI E PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

11 **GEOLOGIA, MUSICA, ASTRONOMIA A CASALE DEL PIANO (T/E)**
Dir.: R. Morfei - R. Giorgetti - P. Perini
L. Villani - L. Zannoli / *P. a P.*

17-25 **SETTIMANA VERDE A CHAMONIX (F)**
Consiglio Direttivo / *P. a P.*

ALPINISMO GIOVANILE

17-25 **SETTIMANA VERDE A CHAMONIX (F)**
Commiss. A.G. / *P. a P.*

ATTIVITÀ SPELEOLOGICHE

A cura della Comm. Speleo

Tutti i fine settimana del 2018, il Gruppo Speleo effettuerà delle uscite di esplorazione e ricerca in grotte e forre dell’Appennino Umbro-Marchigiano.
(ved. “Note Importanti” a fondo programma sulle attività speleologiche).

Settembre

Laghi di Pilato (settembre 2015)

2018

SETTEMBRE

1 S	12 M	23 D
2 D	13 G	24 L
3 L	14 V	25 M
4 M	15 S	26 M
5 M	16 D	27 G
6 G	17 L	28 V
7 V	18 M	29 S
8 S	19 M	30 D
9 D	20 G	
10 L	21 V	
11 M	22 S	

Montagna in pillole...

I bambini devono procedere sempre a monte del compagno esperto, sia in salita che in discesa ed in posizione ravvicinata.

ATTIVITÀ SEZIONALI E PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

2 **TORRECOLA-CESELLI** (E)
Dir.: P. Perini - A. Proietti - R. Morfei

9 **LA VALCIECA** (Mezza Giornata) (E)
Dir.: G. Luna - F. Pantanetti - C. Vallini

16 **PERIPLO DEL LAGO DI NEMI** (E)
Dir.: D. Brunelli - M. Lupinelli - N. Nitti

23 **COSTE DI TREVI-RASIGLIA** (E)
Dir.: A. Bruschini - M. Bruschini - P. Perini

30 **MARCHE DA SCOPRIRE: VALLE SCUROSA E MONTE I PIANCALI** (E)
Dir.: D. Damiani - L. Donati - M. Silvioli

MONTAGNE ROCCIOSE CANADESI (PARCHI NAZIONALI DI BANFF E JASPER)
Dir.: S. Bocchini - G. Luna / *P. a P.*

PROGETTO GIORNATE DI SOLIDARIETÀ CON L'AIAS
Dir.: E. Enrico, P. Perini, C. Vallini, L. Zannoli / *P. a P.*

ALPINISMO GIOVANILE

8-9 **DUE GIORNI A CASALE DEL PIANO**
Dir.: F. Bellomo / *P. a P.*

SCUOLA DI ALPINISMO

CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA AL1 - 2018
Direttore I.A.L.: S. Baldini

CICLO-ESCURSIONISMO

23 **LA MONTAGNA DI ESANATOGLIA** (MC)
Dir.: L. Donati - M. Silvioli

ATTIVITÀ SPELEOLOGICHE

A cura della Comm. Speleo

PULIZIA DELLE MURA URBICHE

Tutti i fine settimana del 2018, il Gruppo Speleo effettuerà delle uscite di esplorazione e ricerca in grotte e forre dell'Appennino Umbro-Marchigiano.
(ved. "Note Importanti" a fondo programma sulle attività speleologiche).

Ottobre

Appennino Tosco-Emiliano

2018

OTTOBRE

1 L	12 V	23 M
2 M	13 S	24 M
3 M	14 D	25 G
4 G	15 L	26 V
5 V	16 M	27 S
6 S	17 M	28 D
7 D	18 G	29 L
8 L	19 V	30 M
9 M	20 S	31 M
10 M	21 D	
11 G	22 L	

Montagna in pillole...

Un buon stato di nutrizione è la condizione indispensabile per permettere al fisico di sostenere gli sforzi dovuti all'attività fisica e quindi è un vantaggio per la sicurezza.

ATTIVITÀ SEZIONALI E PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

7 **LA STRADA DEL VINO: MADONNA DELLA STELLA-PIETRAUTA (E)**
Dir.: B. Bordoni - C. Borgiani - L. Turchi

14 **ANTICA VIA DELLA SPINA (E)**
Giornata Nazionale Cammina CAI 2018
Dir.: D. Damiani - S. Pezzola - F. Tordoni

20-21 **SENTIERI DELLO SPIRITO (E)**
Dir.: R. Cordella - S. Maturi - S. Pezzola / *P. a P.*

28 **VALLE DEL FIUME TREIA (E)**
Dir.: S. Gauzzi - A. Lanoce - N. Nitti

dal 31/10 al 04/11 **SENTIERO DELLE CASTAGNE DELLA VALLE ISARCO (TRENTINO ALTO ADIGE) (E)**
Dir.: C. Borgiani - M. Ceino - L. Turchi / *P. a P.*

ALPINISMO GIOVANILE

7 **ESCURSIONE AUTUNNALE** *Uscita interr. Marche-Umbria*
Commiss. Interr. A.G.

SCUOLA DI ALPINISMO

CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA AL1 - 2018
Direttore I.A.L.: S. Baldini

CICLO-ESCURSIONISMO

21 **MONTE IL CERCHIO (MONTI MARTANI) (MC)**
Dir.: F. Enrico - L. Scaliti

ATTIVITÀ SPELEOLOGICHE

A cura della Comm. Speleo

Tutti i fine settimana del 2018, il Gruppo Speleo effettuerà delle uscite di esplorazione e ricerca in grotte e forre dell'Appennino Umbro-Marchigiano.
(ved. "Note Importanti" a fondo programma sulle attività speleologiche).

Novembre

Larice d'autunno (Val Maira)
autore Bruno Rosano

2018

NOVEMBRE

1 G TUTTI I SANTI	12 L	23 V
2 V COMMEMORAZIONE DEI DEFUNTI	13 M	24 S
3 S	14 M	25 D
4 D	15 G	26 L
5 L	16 V	27 M
6 M	17 S	28 M
7 M	18 D	29 G
8 G	19 L	30 V
9 V	20 M	
10 S	21 M	
11 D	22 G	

Montagna in pillole...

Scegliere uno zaino dalle dimensioni non esagerate, ben fermo sulle spalle, senza oggetti penzolanti che rischiano di impigliarsi e sbilanciare il nostro cammino.

ATTIVITÀ SEZIONALI E PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

dal 31/10 al 04/11 **SENTIERO DELLE CASTAGNE DELLA VALLE ISARCO (TRENTINO ALTO ADIGE)** (E)
Dir.: C. Borgiani - M. Ceino - L. Turchi / *P. a P.*

11 **CASTAGNATA DI SAN MARTINO...** (T/E)
Dir.: T. Carciofi - M. Rocchi - A. Scozza

18 **GREEN WAY DEL NERA: SCHEGGINO-PIEDIPATERNO** (E)
Dir.: L. Cavadenti - M. De Santis - G. Luna

25 **SENTIERO DEGLI ULIVI: SPELLO-MONTE SUBASIO-ASSISI** (E)
Dir.: E. Enrico - G. Luna - D. Trombettoni

ALPINISMO GIOVANILE

11 **CASTAGNATA A TERZO SAN SEVERO**
Dir.: M. Lupinelli

ATTIVITÀ SPELEOLOGICHE

A cura della Comm. Speleo

Tutti i fine settimana del 2018, il Gruppo Speleo effettuerà delle uscite di esplorazione e ricerca in grotte e forre dell'Appennino Umbro-Marchigiano.
(ved. "Note Importanti" a fondo programma sulle attività speleologiche).

Dicembre

Le Odle (Cadore)

DICEMBRE 2018

1 S	12 M	23 D
2 D	13 G	24 L
3 L	14 V	25 M NATIVITÀ DI NOSTRO SIGNORE
4 M	15 S	26 M S. STEFANO
5 M	16 D	27 G
6 G	17 L	28 V
7 V	18 M	29 S
8 S IMMACOLATA CONCEZIONE	19 M	30 D
9 D	20 G	31 L
10 L	21 V	
11 M	22 S	

Montagna in pillole...

La sicurezza non può essere delegata ma va assunta come responsabilità individuale.

ATTIVITÀ SEZIONALI E PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

2 **CAI CULTURA: FIRENZE GALLERIA DEGLI UFFIZI**
Dir.: C. Borgiani - P. Orfei - L. Turchi

16 **ESCURSIONE DI CHIUSURA**
PRANZO SOCIALE DI FINE ANNO CON SCAMBIO DI AUGURI
Consiglio Direttivo - *P. a P.*

ALPINISMO GIOVANILE

16 **ESCURSIONE DI CHIUSURA E PRANZO SOCIALE**
Commissione A.G .

ATTIVITÀ SPELEOLOGICHE

A cura della Comm. Speleo

Tutti i fine settimana del 2018, il Gruppo Speleo effettuerà delle uscite di esplorazione e ricerca in grotte e forre dell'Appennino Umbro-Marchigiano.
(ved. "Note Importanti" a fondo programma sulle attività speleologiche).

C.A.I.lendario 2018

ATTIVITÀ SPELEOLOGICHE NOTE IMPORTANTI:

- Le attività sono rivolte ai Soci che abbiano superato un corso di introduzione alla Speleologia.
- Dove non specificato nel programma, la definizione del luogo e i direttori di escursione, verranno comunicati in Sezione entro il venerdì precedente l'attività.

MANUTENZIONE SENTIERI

L'attività di manutenzione sentieri è coordinata dalla Commissione Escursionistica.
Le date saranno comunicate con programma a parte.

SCUOLA DI ESCURSIONISMO

Attività didattico formative rivolte ai soci.

Le date e gli argomenti saranno comunicate con programma a parte.

IL CAI PER LA CITTÀ

Eventi culturali promossi nell'arco dell'anno verranno resi noti con programmi a parte.

SIMBOLOGIA

- Turistico **(T)**
- Escursionistico **(E)**
- Escursionisti esperti **(EE)**
- Escursionisti esperti con attrezzatura **(EEA)**
- Ciaspole **(EAI)**
- SCI
- Ciclo-escursionismo
- Diversamente abili

Hanno presieduto la Sezione:

- 1884: Adolfo Ferretti
- 1940: Gualtiero Biagioni
- 1941: Francesco Luparini
- 1975/77: Onello Maiolatesi
- 1978/80: Ubaldo Santi
- 1981/83: Ubaldo Santi
- 1984/86: Domenico Manna
- 1987/89: Enzo Cori
- 1990/92: Sergio Maturi
- 1993/95: Sergio Maturi
- 1996/98: Enzo Cori
- 1999/01: Gilberto Giasprini
- 2002/04: Gilberto Giasprini
- 2005/07: Enzo Cori
- 2008/10: Paolo Vandone
- 2011/13: Paolo Vandone
- 2014/16: Sergio Pezzola
- 2017/18: Sergio Pezzola

Si ringraziano i Soci che hanno messo a disposizione le immagini per la realizzazione del calendario

Stampa: Tipolitografia "Nuova Eliografica" Spoleto

Il C.A.I.lendario è stato stampato su carta ecologica GardaMatt

Sede:

Piazzale Polvani, 8 06049 - Spoleto (PG)
C.P. 52 Spoleto centro
tel. / fax 0743-22.04.33
Sito: www.caispoleto.it
(Webdesigner G.P. Fagotto)
email: caispoleto@tiscali.it

Rifugi:

Casal del Piano - Sant'Anatolia di Narco (PG)

Bacheca messaggi in Spoleto:

Piazzale Polvani, 8 (sede)
Corso Garibaldi, n. 71

Apertura Sezione:

tutti i venerdì dalle ore 18,00 - 20,00

Tesseramento:

Si ricorda che il versamento della quota associativa per l'anno 2018 deve essere effettuato presso la Sede sociale entro il 31 marzo 2018.

Quote sociali 2018:

- Socio ordinario: € 43,00
  (compreso l'abbonamento alla Rivista "Montagne 360°" e quota assicurativa per RCT ed Infortuni)
- Socio famigliare: € 22,00
  (compreso quota assicurativa per RCT ed Infortuni)
- Socio juniores (età 18-25): € 22,00
  (compreso l'abbonamento alla Rivista "Montagne 360°" e quota assicurativa per RCT ed Infortuni)
- Socio giovane: € 16,00
  (compreso quota assicurativa per RCT ed Infortuni)
- 2° Socio giovane e seguenti: € 9,00

Maggior costo tessera nuovi Soci: € 5,00

118 - IN CASO DI INCIDENTE - 118
Servizio Sanitario Nazionale

Numeri Soccorso Alpino e Speleologico

Servizio Regionale dell'Umbria:

333.5474180 - Mauro Guiducci (delegato)
334.3511179 - Matteo Moriconi (vice delegato)

In caso di incidente in montagna, forra, grotta o qualsiasi altro luogo impervio, al momento della chiamata al 118 richiedere esplicitamente l'intervento del Corpo Nazionale SoccorsoAlpino e Speleologico, anche se allertato diversamente.

CALENDARIO 2019

GENNAIO

1 M CAPODANNO	12 S	23 M
2 M	13 D	24 G
3 G	14 L S. PONZIANO Patrono di Spoleto	25 V
4 V	15 M	26 S
5 S	16 M	27 D
6 D EPIFANIA	17 G	28 L
7 L	18 V	29 M
8 M	19 S	30 M
9 M	20 D	31 G
10 G	21 L	
11 V	22 M	

FEBBRAIO

1 V	12 M	23 S
2 S	13 M	24 D
3 D	14 G	25 L
4 L	15 V	26 M
5 M	16 S	27 M
6 M	17 D	28 G
7 G	18 L	
8 V	19 M	
9 S	20 M	
10 D	21 G	
11 L	22 V	

MARZO

1 V	12 M	23 S
2 S	13 M	24 D
3 D	14 G	25 L
4 L	15 V	26 M
5 M	16 S	27 M
6 M	17 D	28 G
7 G	18 L	29 V
8 V	19 M	30 S
9 S	20 M	31 D
10 D	21 G	
11 L	22 V	

APRILE

1 L	12 V	23 M
2 M	13 S	24 M
3 M	14 D	25 G ANNIVERSARIO LIBERAZIONE
4 G	15 L	26 V
5 V	16 M	27 S
6 S	17 M	28 D
7 D	18 G	29 L
8 L	19 V	30 M
9 M	20 S	
10 M	21 D PASQUA	
11 G	22 L DELL'ANGELO	

MAGGIO

1 M FESTA DEL LAVORO	12 D	23 G
2 G	13 L	24 V
3 V	14 M	25 S
4 S	15 M	26 D
5 D	16 G	27 L
6 L	17 V	28 M
7 M	18 S	29 M
8 M	19 D	30 G
9 G	20 L	31 V
10 V	21 M	
11 S	22 M	

GIUGNO

1 S	12 M	23 D
2 D FESTA DELLA REPUBBLICA	13 G	24 L
3 L	14 V	25 M
4 M	15 S	26 M
5 M	16 D	27 G
6 G	17 L	28 V
7 V	18 M	29 S
8 S	19 M	30 D
9 D	20 G	
10 L	21 V	
11 M	22 S	

LUGLIO

1 L	12 V	23 M
2 M	13 S	24 M
3 M	14 D	25 G
4 G	15 L	26 V
5 V	16 M	27 S
6 S	17 M	28 D
7 D	18 G	29 L
8 L	19 V	30 M
9 M	20 S	31 M
10 M	21 D	
11 G	22 L	

AGOSTO

1 G	12 L	23 V
2 V	13 M	24 S
3 S	14 M	25 D
4 D	15 G ASSUNZ. DI MARIA VERGINE	26 L
5 L	16 V	27 M
6 M	17 S	28 M
7 M	18 D	29 G
8 G	19 L	30 V
9 V	20 M	31 S
10 S	21 M	
11 D	22 G	

SETTEMBRE

1 D	12 G	23 L
2 L	13 V	24 M
3 M	14 S	25 M
4 M	15 D	26 G
5 G	16 L	27 V
6 V	17 M	28 S
7 S	18 M	29 D
8 D	19 G	30 L
9 L	20 V	
10 M	21 S	
11 M	22 D	

OTTOBRE

1 M	12 S	23 M
2 M	13 D	24 G
3 G	14 L	25 V
4 V	15 M	26 S
5 S	16 M	27 D
6 D	17 G	28 L
7 L	18 V	29 M
8 M	19 S	30 M
9 M	20 D	31 G
10 G	21 L	
11 V	22 M	

NOVEMBRE

1 V TUTTI I SANTI	12 M	23 S
2 S COMMEM.NE DEFUNTI	13 M	24 D
3 D	14 G	25 L
4 L	15 V	26 M
5 M	16 S	27 M
6 M	17 D	28 G
7 G	18 L	29 V
8 V	19 M	30 S
9 S	20 M	
10 D	21 G	
11 L	22 V	

DICEMBRE

1 D	12 G	23 L
2 L	13 V	24 M
3 M	14 S	25 M NATIVITÀ DI N.S.
4 M	15 D	26 G S. STEFANO
5 G	16 L	27 V
6 V	17 M	28 S
7 S	18 M	29 D
8 D IMMACOLATA CONCEZ.	19 G	30 L
9 L	20 V	31 M
10 M	21 S	
11 M	22 D	

Pale di San Martino, salita al Passo di Ball