



# CAI LAZIO

## Commissione Regionale di Alpinismo Giovanile



### *Programma attività Gruppi Sezionali 2010*

Per partecipare alle attività esposte nel presente programma, bisogna contattare direttamente le Sezioni organizzatrici, ai numeri sotto indicati:

- **Colleferro:** Via A. Nobel, mercoledì 17-19, tel. 3336911210, [www.caicolleferro.it](http://www.caicolleferro.it)  
**Responsabile Gruppo AG:** ASAG Vincenzina Colagiaco tel. 06 97305485
- **Frascati:** Via P. Togliatti 12, giovedì 19-21, tel. 3473471690, [www.caifrascati.it](http://www.caifrascati.it)  
**Responsabile Gruppo AG:** AAG Donatella Drago tel. 06 9424303 – tel. 3476606448, [donatella.drago@alice.it](mailto:donatella.drago@alice.it)
- **Rieti:** Via Porta Conca 12, merc-ven 19-20, tel. 0746 496055, [www.cairieti.it](http://www.cairieti.it)  
**Responsabile Gruppo AG:** AAG Fabio Desideri tel. 3934117315, [fabio@cairiati.it](mailto:fabio@cairiati.it)
- **Roma:** Via Galvani 10, lun-ven 16-20, tel. 06 57287143, [www.cairoma.it](http://www.cairoma.it)  
**Responsabile Gruppo AG:** AAG Livia Steve tel. 3803481383 – 3396309040, [livia.steve@libero.it](mailto:livia.steve@libero.it)
- **S. Donato Val di Comino:** Piazza Matteotti snc, per l'apertura della Sede rivolgersi a Marco Leone tel. 3408900435 o Crescenzo Salvucci tel. 3289770583, [www.caisandonato.it](http://www.caisandonato.it)  
**Responsabile Gruppo AG:** AAG Marco Leone tel. 3408900435
- **Tivoli:** Vicolo Palatini 11, martedì 19-20, venerdì 18-19, tel. 3349757603, [www.caitivoli.it](http://www.caitivoli.it)  
**Responsabile Gruppo AG:** AAG Nausica Fravili tel. 3339173083
- **Viterbo:** Via S. Pietro 70/a, mercoledì e venerdì 18-20, tel. 0761 333797 [www.caiviterbo.it](http://www.caiviterbo.it)  
**Responsabile Gruppo AG:** ASAG Simone Severini tel. 3204363629

MESE	GIORNI	ATTIVITA'	DIFF.	ETA'	SEZIONE
<b>Gennaio</b>	5-6	Monte Terminillo - Aspettando la befana al Rifugio	E		Rieti
	10	Monte Gennaro (1.271 m) da S. Polo dei Cavalieri - Salsicciata di inizio anno sociale	E		Tivoli
	17	Escursioni invernali con racchette da neve a Monte Livata (Simbruini)	EAI	7-17	Roma
	24	Monte Terminillo con le racchette da neve	EAI		Rieti
	31	Monte Scalambra	E		Colleferro
	31	Escursione con le racchette da neve	EAI	12-17	Frascati
<b>Febbraio</b>	7	Escursione in maschera a Canale Monterano (Tolfa)	E	7-17	Roma
	21	Escursione con il Parco Regionale dei Castelli Romani	E	6-13	Frascati
	20-21	Week-end Sci di Fondo a Macchiarvana (PNALM)		10-17	Frascati
	28	Monte Erdigheta	E		Colleferro
	28	Parco Regionale dei Monti Lucretili	E		Rieti
<b>Marzo</b>	14	Escursioni invernali con racchette da neve (piccozza e ramponi per i grandi) a Serra di Celano (Sirente)	EAI	7-17	Roma
	21	Monte delle Fate	E		Colleferro
	21	Escursione al Monte Pellecchia (Parco Regionale Monti Lucretili) con il CAI Tivoli	E	6-13	Frascati
	20-21	Week-end di Alpinismo invernale	AF	14-17	Frascati
	28	Configni - avventura in parete			Rieti
<b>Aprile</b>	4	Sorgenti dell'Aniene da Fiumata	E		Tivoli
	5	Mountain Bike: avvicinamento	F	8-13	S. Donato V. C.
	11	Sentiero "De Paolis"	E		Colleferro
	11	Gioco dell'arrampicata ai Massi delle Fate (Ausoni)		7-17	Roma
	11	Monte Palanzana (Viterbo)	E		Viterbo
	18	Monte Gemma	E		Colleferro
	18	Strada di Pomata e Colli di S. Stefano - Pranzo presso la Tenuta Rosati	E		Tivoli
	24-25	Week-end escursionistico a San Donato Val Comino (PNALM)	E	8-13	Frascati
	25	Val Canneto - Casone Bartolomucci con il CAI Frascati	E	8-10	S. Donato V. C.
	25	Val Canneto - Tre Confini con il CAI Frascati	E	11-13	S. Donato V. C.
	24-25	Monte Circeo da Torre Paola	E		Rieti
<b>Maggio</b>	1-2	Fine settimana con escursioni a Valcanneto o Villavallelonga (Parco Nazionale Lazio Abruzzo)	E	7-17	Roma

MESE	GIORNI	ATTIVITA'	DIFF.	ETA'	SEZIONE
<b>Maggio</b>	9	Festa della Montagna "Rifugio Pozzacone" con il Gruppo LH	E		Colleferro
	9	Antica via romana da Manziana (RM) a Oriolo Romano (In treno)	E		Viterbo
	16	Escursione al Monte Faito (Monti Lattari) con il CAI Napoli	E	12-17	Frascati
	22-23	Trekking del Parco	E/EE	8-13	S. Donato V. C.
	23	Cittaducale - Valle del Velino - escursione in treno-bike	E		Rieti
	29	Arrampicata con CNSAS di Cassino	F	11-13	S. Donato V. C.
	30	Escursione alle Gole di Celano	E	8-13	Frascati
<b>Giugno</b>	5	Val Fondillo in Mountain Bike	F	8-13	S. Donato V. C.
	6	Monte Terminillo e Vallonina (RI)	E		Viterbo
	12-13	Campo Catino - Vermicano - Colle Dell'Agnello con il Gruppo LH	E		Colleferro
	13	Escursione a Campo Catino - Gruppo LH (Monti Ernici)	E	6-12	Frascati
	13	Escursione al Murolungo (Riserva Naturale della Duchessa) con il CAI Alatri	EE	13-17	Frascati
	13	Escursioni e festa del CAI Roma a Campo Felice e Rifugio Sebastiani (Velino)	E	7-17	Roma
	19-20	Attendamento a Monte Gennaro (1.271 m)	E		Tivoli
	19-25	Campo estivo nel Casentino (Toscana)	E	7-17	Roma
	20	Monte Rotonaria	E		Colleferro
	26-27	Week-end speleo e canyoning nel Parco del Monte Cucco (PG)	M	13-17	Frascati
	26-27	Alpi Apuane	E		Rieti
	27	Escursione presso il Parco eolico di Viticuso	T	8-13	S. Donato V. C.
<b>Luglio</b>	3	Parco avventura (Parco regionale Riviera di Ulisse)	EEA	8-13	S. Donato V. C.
	3-4	Ferrata Ricci alla Vetta Orientale (PNGL)	EEA	14-17	Frascati
	4	Festa della Croce del Viglio	E		Colleferro
	4	Valle del Treja - Parco del Treja - Percorso naturalistico	E		Tivoli
	4-9	Campo estivo nel Parco del Monte Cucco (PG)	EE	9-13	Frascati
	11	Parco Gran Sasso-Laga: Monti della Laga	E		Rieti
	17-25	Campo estivo in Val Formazza (Piemonte)	EEA	14-17	Frascati
	18	Sentiero degli eremi e visita al Museo Paleontologico di Isernia	E/EE	8-13	S. Donato V. C.

MESE	GIORNI	ATTIVITA'	DIFF.	ETA'	SEZIONE
<b>Agosto</b>	1	Campo Imperatore	E/EE	8-13	S. Donato V. C.
	28-29	Gran Sasso - Rif. Franchetti-Vetta Corno Grande	EE		Rieti
<b>Settembre</b>	12	Oasi Bosco di Palo con il Gruppo LH	E		Colleferro
	12	Riserva Naturale Regionale Monterano (RM)	E		Viterbo
	19	Programma da definire		7-17	Roma
	19	Arrampicata con CNSAS di Cassino	F	11-13	S. Donato V. C.
	25-26	Pratoni di Campaegli - Gruppo dei Monti Simbruini	E		Tivoli
	26	Mountain Bike: Giro del Lago di Martignano	M	12-17	Frascati
	26	Monte Cambio - "Valle Lunare"	E		Rieti
	26	Don Bosco - Casa Lorda	EE	8-10	S. Donato V. C.
<b>Ottobre</b>	10	<b>Giornata nazionale dell'Ambiente: Raduno Regionale a Orvinio</b>	<b>E</b>		<b>Tivoli e CRAG</b>
	24	Carsoli - Grotte di Pietrasecca	F		Rieti
	24	Escursione al Monte Viglio (Monti Cantari) con il CAI Alatri	EE	13-17	Frascati
<b>Novembre</b>	13-14	Week-end di arrampicata in falesia	F/M	12-17	Frascati
	14	Escursioni in treno a Spoleto (Umbria)	E	7-17	Roma
	14	Avvicinamento all'arrampicata alle pareti di Guadagnolo	F		Tivoli
	28	Cammino di Francesco - Marmore - Piediluco - Labro	E		Rieti
<b>Dicembre</b>	12	Mountain bike nei Parchi di Roma	F	7-17	Roma
	19	Escursione e pranzo di fine anno con i genitori	E	6-17	Frascati
	19	Escursione e pranzo sociale Sezionale	E		Rieti
	27	Ciaspolata di fine anno al Terminillo (RI) - Monte Elefante (da confermare)	EAI		Viterbo

#### Legenda difficoltà:

**AF:** Alpinistica Facile – **E:** Escursionistica – **EE:** Escursionistica Esperti – **EEA:** Escursionistica Esperti con Attrezzatura – **EAI:** Escursionistica Ambiente Innevato – **F:** Facile **M:** Media – **PD:** Alpinistica Poco Difficile