

N. 31 - Giugno 2024

Il Ginepro

Il magazine della Sezione CAI Monterotondo



Sezione di Monterotondo



Il camminare presuppone che a ogni passo il mondo cambi in qualche suo aspetto e che qualcosa cambi in noi (Italo Calvino)

IL GINEPRO È NOSTRO!

PARTECIPA ANCHE TU!!



Proponi una Rubrica o un Articolo:

- ✓ Scegli temi legati all'ambiente e al nostro territorio;
- ✓ L'articolo non deve superare le 2 pagine, meglio se corredato di foto;
- ✓ Nell'inviare l'articolo accetti che possa essere modificato/corretto nella forma;
- ✓ L'articolo viene pubblicato se perviene entro il 20 del mese pari, oppure sarà pubblicato nel numero successivo. Inviarlo agli indirizzi in redazione.

HANNO COLLABORATO IN QUESTO NUMERO:

PAOLO GENTILI
FAUSTO BORSATO
ALDO MANCINI
ROMINA ORICCHIO
NADIA PROCESI
LOREDANA CONTI
ALDO VOLPE

In Redazione

Aldo (aldo2346@gmail.com)

Fausto (fausto.borsato@libero.it)

Paolo (pgentili@informaticaoggi.com)

Per informazioni: www.caimonterotondo.it info@caimonterotondo.it

SOMMARIO

04 Editoriale

Comunicazioni dalla Sezione

- 06 Iscrizione della Sezione al Registro Unico Entri del Terzo Settore
- 08 Assemblea Nazionale dei Delegati 2024 Assisi
- 15 Primo corso per Operatore Naturalistico Culturale del Lazio
- 17 Corso di Escursionismo Avanzato E2 CAI Monterotondo

Impressione dei soci

- 19 Escursione nella Valle dell'Orfento (PN Majella)
- 22 Giornata nazionale "In Cammino nei Parchi". Escursione ai Lagustelli di Percile
- 26 Avvicinamenti alla scoperta dei vigneti della Valle Isarco
- 30 Piante e fiori dell'Appennino: Le Conifere
- 35 Festa della Sezione 2024 - 9° Anniversario
- 37 Le parole del camminare: Paesaggio

I Trekking CAI

- 38 Passi nella natura: Il mio primo Cammino terza parte

Pillole CAI

- 40 Acronimi del CAI
- 42 Etica ed Ecologia

Oltre il CAI

- 45 Il LIBRO: La Montagna sacra
- 46 La Fotografia: Scatti d'Altura. La Fotografia di Montagna nel Club Alpino Italiano
- 50 ZAPPING
- 51 Prossime Escursioni: Luglio e Agosto 2024

Copertina: Coccinella su fiore di ginestra. Foto scattata in occasione del "In Cammino nei Parchi 2024", nel Parco Naturale Regionale dei Monti Lucretili, verso i laghetti di Percile (Rm): "Lagustelli".

Foto: *Paolo Gentili 2024*

Socie e soci carissimi,

la montagna ha sempre esercitato un fascino particolare sull'animo umano, un richiamo primordiale che ci spinge a lasciare le comodità della vita quotidiana per immergerci nella sua maestosità. Che si tratti di scalare vette innevate, percorrere sentieri boscosi o semplicemente ammirare panorami mozzafiato, ognuno di noi ha una motivazione personale che lo porta a esplorare questi ambienti affascinanti e selvaggi.

Come disse lo scrittore naturalista John Muir, uno dei pionieri del movimento per la conservazione della natura: "Le montagne chiamano e io devo andare", e ancora: "In ogni passeggiata nella natura l'uomo riceve molto più di ciò che cerca". Queste citazioni, tanto semplici quanto potenti, racchiudono il sentimento di irresistibile attrazione che molti di noi provano nei confronti delle montagne.

Anche Walter Bonatti, leggendario alpinista italiano, ha espresso un pensiero che risuona profondamente con l'anima di ogni amante della montagna: "Chi più in alto sale, più lontano vede; chi più lontano vede, più a lungo sogna." Questa frase ci ricorda che la montagna non è solo una sfida fisica, ma anche un viaggio interiore, un'occasione per scoprire nuove prospettive e alimentare i nostri sogni.

E ancora, dallo scrittore Henry David Thoreau: "Ho fatto una passeggiata nel bosco e sono uscito più alto degli alberi." Thoreau ci ricorda che l'esperienza della natura, e in particolare della montagna, ci arricchisce e ci trasforma, elevandoci sopra le nostre preoccupazioni quotidiane e facendoci sentire più vivi e consapevoli. E potremmo andare avanti con altre citazioni ancora per molto.

La montagna, con la sua bellezza selvaggia e incontaminata, offre un rifugio dall'affanno della vita moderna, un porto sicuro, un luogo dove ritrovare sé stessi e riscoprire il senso di meraviglia. Per alcuni è un'avventura, per altri una meditazione, ma per tutti rappresenta molto probabilmente un ritorno alle radici della nostra esistenza.

È con questa consapevolezza, unita a un pizzico di curiosità, che il 30 giugno scorso, durante il pranzo per la festa che celebrava il nono anniversario della nostra sezione (diventata nel 2015 a valere dal 2016 una delle 19 sezioni del Lazio del Club Alpino Italiano), ho raccolto le testimonianze dei soci presenti che si sono resi disponibili a dare la loro personale risposta alla domanda:

Perché vado in montagna?

Le motivazioni sono state diverse, ma tutte riflettono la varietà delle esperienze e delle emozioni che la montagna suscita in ciascuno di noi.

Ecco alcune delle risposte ricevute dai soci che vi invito a leggere, sperando possano ispirarvi a trovare la vostra motivazione personale per esplorare questi magnifici paesaggi naturali:

Antonio *Esorcizzare la paura.*

- Aldo *Perché probabilmente risveglia ricordi nascosti nel mio DNA, e ciò mi rende felice.*
- Guelfo *Per me la montagna è gioia di vivere, fra natura e libertà, nel rispetto dell'ambiente e la sua fragilità.*
- Paolo *Vado in montagna perché più si sale e più aumenta il silenzio e apprezzo la bellezza dell'ambiente montano. Ma soprattutto perché salendo man mano spariscono confini, barriere, limiti e ostacoli, insomma vado incontro alla totale libertà di esplorare.*
- Giuseppe *La montagna mi illumina di immensità col pieno sole o con nuvole incerte. Mi piace la montagna come il mare del mio paese! La montagna è verde, è bianca è luminosa come il nostro destino. A me piace vivere così tra mille colori fino alla fine (spero più lontana possibile, oltre l'orizzonte).*
- Loredana *In montagna vado per sgambettare, ed ogni cosa dall'alto ammirare! Paesaggi d'incanto mi trovo ad osservare, e con nuovi amici a ridere e scherzare!*
- Daniela *Andare in montagna è un'esperienza che ti apre la mente, il cuore. E' un bisogno di trovare uno spazio tutto tuo, dove lasciare andare i pensieri, dimenticare i problemi e liberare l'anima.*
- Luisa *Vado in montagna per me, pe stare con me lontano dalla vetta e vicino alla vetta.*
- Enrica *La montagna fa tante cose ... io sto bene con la montagna, sono serena, ritrovo sempre un "equilibrio". La montagna fa bene alla mia anima e al corpo. In montagna sono in solitudine e se voglio in compagnia.*
- Daniela *Vado in montagna ... perché ad ogni passo che compio sul sentiero, mi sembra di compiere un passo ulteriore verso me stessa.*
- Roberto *Antico canto dei nativi americani Sioux: "Salite sulla cima di una montagna e piangendo cercate una visione".*
- Catello *Vado in montagna per coccolare l'anima.*

Excelsior!

Paolo Gentili



Iscrizione al Registro Unico degli Enti del Terzo Settore (RUNTS) della sezione CAI di Monterotondo con la denominazione:

CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI MONTEROTONDO APS -ETS.

Paolo Gentili

REGIONE LAZIO



Direzione: INCLUSIONE SOCIALE

Area:

DETERMINAZIONE (con firma digitale)

N. G08562 del 26/06/2024

Proposta n. 23957 del 25/06/2024

Oggetto:

Provvedimento di iscrizione CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MONTEROTONDO - APS -ETS (rep. n. 135216, CF 97368600587) nella sezione ASSOCIAZIONI DI PROMOZIONE SOCIALE del Registro Unico Nazionale del Terzo Settore ai sensi dell'articolo 22 del D. Lgs. del 3 luglio 2017 n. 117 e dell'articolo 17 del Decreto Ministeriale n. 106 del 15/09/2020.

26 giugno 2024, con l'avvenuta iscrizione al Registro Unico (RUNTS) degli Enti del Terzo Settore (ETS), la sezione di Monterotondo completa un impegnativo percorso iniziato solo a febbraio di quest'anno. Durante l'Assemblea dei Soci del 16 marzo, sono state adottate e approvate le modifiche richieste allo Statuto della sezione, necessarie ed essenziali per soddisfare i dettami del Sodalizio e delle nuove normative introdotte.

L'iscrizione al RUNTS, con la denominazione di Associazione di Promozione Sociale (APS) ed Ente del Terzo Settore (ETS) e con annesso riconoscimento della personalità giuridica, ci proietta in una nuova veste sociale, offrendoci molti vantaggi, garanzie ed ulteriori possibilità di sviluppo per la nostra sezione.

COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE

Il Terzo Settore è l'insieme delle organizzazioni della società civile che svolgono attività solidali di utilità sociale in svariati campi, diverse dal Primo Settore (Stato e Pubblica Amministrazione) e dal Secondo Settore (società commerciali).

Alla data del 4 luglio 2024, il numero degli enti registrati ha superato i 127.000, dimostrando il rilevante peso che il mondo no-profit sta dando alla riforma del Terzo Settore.

Ma quali sono i principali vantaggi per la sezione derivanti dall'iscrizione al RUNTS e dall'acquisizione della personalità giuridica, a fronte di alcuni adempimenti di natura organizzativa e fiscale in più richiesti?

Il vantaggio dell'acquisto della personalità giuridica è rilevante, in quanto permette la separazione tra il patrimonio dell'associazione (accantonamento minimo garantito di € 15.000,00) e quello degli amministratori della stessa, proteggendo in tal modo il Presidente e i membri del Consiglio Direttivo da obbligazioni o debiti eventualmente gravanti sull'associazione.

Poi ci sono vantaggi di natura fiscale, come:

- La possibilità per le APS e le ODV di beneficiare di un regime forfettario sulle eventuali entrate commerciali conseguite nell'anno fiscale e una defiscalizzazione delle attività istituzionali svolte nei confronti dei propri associati a fronte del pagamento di corrispettivi specifici.
- L'esenzione da imposte di successione, donazione, ipotecarie e catastali sui trasferimenti a titolo gratuito effettuati in loro favore.
- L'esenzione da imposta di bollo per atti, documenti, istanze, contratti, copie conformi, estratti, certificazioni, dichiarazioni, attestazioni e ogni altro documento cartaceo o informatico.

C'è poi una novità rilevante introdotta dalla riforma del Terzo Settore sul riparto del 5 per mille (DPCM 23 luglio 2020), dove sono ricompresi tra i beneficiari del 5 per mille gli enti del Terzo Settore iscritti nel RUNTS, gli enti della ricerca scientifica e dell'università, gli enti della ricerca sanitaria, le attività sociali svolte dai Comuni e le associazioni sportive dilettantistiche che svolgono attività sociali. Vengono dunque esclusi dal 5 per mille gli enti diversi da quelli citati, con la conseguenza che la mancata iscrizione al RUNTS significherà per molte associazioni l'esclusione dalla possibilità di beneficiare di tale importante agevolazione.

Altri sensibili vantaggi sono previsti anche in caso di ricezione di erogazioni liberali dall'ETS.

Non da ultimo, ci sono vantaggi nei rapporti con le Pubbliche Amministrazioni. Il Codice del Terzo Settore prevede che le Pubbliche Amministrazioni, nell'esercizio delle proprie funzioni di programmazione e organizzazione degli interventi nei settori di attività di interesse generale previsti dalla riforma, debbano assicurare il coinvolgimento attivo degli enti del Terzo Settore, attraverso forme di co-programmazione, co-progettazione e accreditamento. In altri termini, l'iscrizione al RUNTS creerà sicuramente un canale privilegiato nei rapporti tra gli enti del Terzo Settore e gli Enti Locali, e ciò varrà anche ai fini dell'istituzione di bandi per l'assegnazione di progetti e l'erogazione di risorse da parte delle Pubbliche Amministrazioni.

Anche per questo viene previsto che lo Stato, le Regioni, le Province, i Comuni e gli Enti Locali possano concedere in comodato gratuito agli enti del Terzo Settore beni mobili e immobili di proprietà pubblica per una durata fino a 30 anni.

In conclusione, con la riforma del Terzo Settore si dovrebbe anche aprire una nuova fase della cosiddetta "Finanza Sociale", con misure agevolative di finanziamento per i progetti e le attività promosse dagli enti del Terzo Settore iscritti nel RUNTS.

Assemblea Nazionale dei Delegati CAI

ASSISI, 25-26 MAGGIO 2024

Paolo Gentili



L'Assemblea nazionale dei Delegati del CAI quest'anno si è svolta il 25 e 26 maggio 2024 presso il Teatro Lyrick a Santa Maria degli Angeli di Assisi, nella verde Umbria, regione definita nei saluti di apertura: mitica, mistica e autentica.

I lavori sono iniziati dopo la nomina a Presidente dell'Assemblea della neoeletta presidente regionale dell'Umbria, Maria Luisa Spantini, la quale ha salutato da parte sua e a nome del Gruppo Regionale Umbria i delegati e i numerosi ospiti presenti.

Al tavolo dell'Assemblea erano presenti, da sinistra: Mauro Penasa, Presidente Generale CAAI (Club Alpino Accademico Italiano); Laura Colombo, Vice Presidente Generale; Matteo Canali, Direttore; Maria Luisa Spantini, Presidente dell'Assemblea; Antonio Montani, Presidente Generale; Giacomo Benedetti, Vicepresidente Generale; Manlio Pellizon, Vice Presidente Generale; Angelo Schena, componente del CDC (Comitato Direttivo Centrale); Massimo Vegni, coordinatore del CC (Comitato Centrale Indirizzo e Controllo).

COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE

Ma vediamo di seguito i punti salienti che hanno contraddistinto la due giorni di Assisi:

Dopo altri saluti di coordinatori, di un assessore umbro e di un generale di truppe alpine, è arrivato il video messaggio del Ministro del Turismo Santanchè, che prima di confermare il rinnovo del protocollo d'intesa che aveva già portato al CAI uno stanziamento di 5 milioni di euro, ha salutato la platea e ricordato alcuni progetti principali in corso del CAI, come "Acqua Sorgente" e Georesq (l'app sviluppata dal CAI con il Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico (CNSAS) per la geolocalizzazione e l'inoltro automatico delle richieste di soccorso).

Si è poi proceduto all'approvazione del verbale della precedente Assemblea di Biella dello scorso anno, all'Illustrazione del Bilancio d'esercizio 2023 (già approvato dalla Commissione Centrale) e della relazione dei Revisori dei conti da parte del Direttore Matteo Canali. A seguire la votazione per l'elezione di un Vicepresidente Generale tra: la candidata di Città di Castello (PG), Fabiola Fiorucci, past President CAI Umbria (prima donna presidente nella storia del Gruppo regionale) e già coordinatrice della commissione del CAI "Uguaglianza di genere", e il candidato per la riconferma l'attuale Vice Presidente Generale, Manlio Pellizon, iscritto alla Sezione XXX Ottobre di Trieste. L'esito del voto ha poi riconfermato quest'ultimo.

Sono poi intervenuti:

- Piergiorgio Oliveti (Cittaslow), delegato dalla Presidenza Generale, che ha evidenziato le aperture sempre più consolidate del CAI con l'estero, l'UIAA (Unione internazionale delle associazioni di arrampicata e alpinismo), e l'EUMA (European Mountaineering Association), di cui Antonio Montani è stato eletto vicepresidente il 16 maggio scorso. Ha menzionato il progetto tramite la SOSEC (Struttura Operativa Sentieri e Cartografia) in Kosovo e un progetto con lo stato dell'OMAN per promuovere e incentivare l'attività escursionistica in quel paese;
- Umberto Martini, Past Presidente Generale, che ha esortato il candidato vicepresidente non eletto a continuare a lavorare per i suoi progetti;
- Mario Vaccarella, Past President CAI Sicilia e Delegato CAI alle Attività Ambientali, egli invece ha evidenziato che con la presidenza Montani, le tematiche ambientali hanno ripreso vigore e attenzione, con numerose iniziative intraprese;
- Massimo Vegni, Comitato Centrale di Indirizzo e di Controllo. Il quale ha elencato le attività svolte, quali le approvazioni degli statuti delle sezioni e dei Gruppi Regionali, i pareri preventivi e i rapporti con gli uffici degli Enti del terzo settore, le costituzioni e gli scioglimenti delle sezioni, l'approvazione dei programmi degli Organi tecnici e dei bilanci, e gli accordi quadro con varie istituzioni;
- Il Presidente generale Antonio Montani il quale ha sollevato il problema della circolazione dei mezzi a motore sui sentieri umbri, un emendamento approvato lo scorso dicembre, che consente in sostanza ovunque non è presente il divieto, l'accesso ai mezzi motore. Definisce questa azione come un marcato controsenso per una regione che si definisce Cuore verde d'Italia", ed ha pertanto invitato tutti i presenti ad Assisi in Piazza del Comune per un flashmob di protesta del CAI con lo slogan: "RISPETTO! NO MOTO SUI SENTIERI";
- Il consigliere centrale del CAI, Bruno Roberti che ha letto la nomina a socio onorario per il novantenne Andrea Mellano, uno dei più grandi alpinisti della sua generazione. il primo italiano a salire le tre "terribili" pareti nord delle Grandes Jorasses, dell'Eiger e del Cervino, è anche l'uomo che ha precorso i tempi, passando dalla nord dell'Eiger alle gare di arrampicata, da lui possiamo dire inventate. La sala ha risposto con un lungo e commosso applauso.

COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE

Arriva così il momento della presentazione dei progetti da parte dei relatori componenti del CDC:

- Il Vice Presidente Laura Colombo ha illustrato la nuova struttura operativa “SODAS” per l’Accompagnamento solidale e l’escursionismo adattato, per un CAI che cammina al fianco di tutti senza lasciare dietro nessuno (prossimo evento Bologna 23/24-11-2024), servendosi in un video di parole quali: ambiente, autonomia, condivisione, inclusione, appartenenza, armonia, avventura, rispetto, speranza, storia, amicizia, accompagnamento, solidarietà.

- Segue, il progetto “Acqua Sorgente”, fotografia che fra 10 anni non potrà essere più replicata. Progetto di scienza diffusa, per l’identificazione e classificazione delle sorgenti d’acqua, tramite l’utilizzo di uno strumento portatile “Conduittmetro” messo a disposizione delle sezioni, e di un’apposita app, con l’aggiunta di foto e georeferenziazione del sito, allo scopo di censire tutte le sorgenti d’Italia.

- Angelo Schena, illustra il progetto CAI CULTURA, dove esperti nel nostro sodalizio nel campo del Cinema, Teatro, Libri, Fotografia, Storia, Mappe di memoria, Stampa sociale ... si occupano di promuovere la cultura nel Club Alpino Italiano. In particolare nel Cinema grazie anche a partecipazioni e collaborazioni con Festival di settore (vedi ultimamente Monte Corno), con il Trento Film Festival, o nell’editoria, con le edizioni CAI, partecipando al salone del Libro di Torino, Biblioteche, fino a Musei della Montagna e Coralità: cultura@cai.it

- Manlio Pellizon ha invece introdotto l’Osservatorio degli incidenti in montagna (ONIM), un database degli incidenti e loro cause, allo scopo di migliorare prevenzione e formazione. Le strutture coinvolte sono CNSAS, Carabinieri e Guardia di Finanza, a tal proposito Montani osserva che in queste circostanze sarebbe più opportuna un’indagine per prevenire e non solo per giudicare.

- Giacomo Benedetti, illustra il progetto CAI SCUOLA. Un vero cambio di paradigma, che porta i ragazzi al centro del progetto. La montagna insegna ed unisce, con la natura, la sostenibilità, la condivisione, l’inclusione, un’occasione straordinaria. È on line un nuovo sito, con archivio progetti educativi, formazione per insegnanti, e indicazioni sul PCTO (percorso per le competenze trasversali e orientamento. LA MONTAGNA CAMMIN FACENDO. caiscuola.cai.it

- Il presidente Montani illustra la piattaforma di prenotazione on line prenotarifugi.cai.it, dove si potrà prenotare il pernottamento nei rifugi del Club Alpino, in quelli privati ma anche nelle foresterie. In fase di completamento, una volta a regime come un potente motore di ricerca, sarà un valido strumento per gli escursionisti come per i rifugisti.

- Laura Colombo, evidenzia le politiche sociali sulle uguaglianze di genere, sia come soci che come dirigenza. Menziona il questionario di 21 domande precedentemente inviato che ha fotografato la situazione in essere, rispetto all’obiettivo 5 dell’agenda ONU 2030.

- Il Presidente Montani pensa al ritorno delle spedizioni, come il momento migliore per far conoscere il Club Alpino Italiano! E poi fa una battuta: bisogna pur smetterla di farci confondere ancora con gli Alpini! Avanti quindi grazie anche a Matteo Della Bordella, con spedizioni in Nepal, Patagonia, K2 cordata femminile 70°. Pensa anche ad un “Climbing Team”, guardando con interesse al mondo delle competizioni per parlare ai giovani. E’ allo studio un progetto di società sportiva del CAI che si occupi di competizioni, sono così stati selezionati 6 ragazzi e 4 ragazze che incarnando tutte le caratteristiche dell’associato, possono essere un’alternativa al mondo sportivo militare, unica dimensione al momento esistente. Il CAI potrebbe essere insomma anche un “Trade Union” tra il mondo delle gare e i giovani (pensiamo ad esempio all’arrampicata sportiva). Ha poi illustrato il progetto “OMAN HIKING” alla presenza di delegati del paese arabo, per incentivarne l’attività di sentieristica e outdoor. L’Oman è un paese che a differenza di altri della penisola arabica è maggiormente aperto al progresso, e forse anche per questo ha tra i più bassi indici di

COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE

atti criminosi al mondo. Ma quello che poi ci inorgoglisce dice Montani, è che abbia scelto il CAI per aiutarlo ad incentivare l'attività di sentieristica e outdoor, riconoscendo la nostra competenza per contribuire alla formazione e crescita di questo paese.

Siamo quasi al termine della prima giornata, con il relatore Mauro Penasa (Presidente CAAI) che ha illustrato le motivazioni per l'attribuzione del riconoscimento Paolo Consiglio 2024 a due spedizioni in Pakistan e India. Il Club Alpino Accademico Italiano ha premiato ex aequo la spedizione alla Trango Nameless Tower di Mirco Grasso e Giacomo Mauri e quella in Miyar Valley di Alessandro Baù, Lorenzo D'Addario, Jérôme Perruquet e Francesco Ratti, che hanno illustrato le loro imprese con video e racconti.

Al termine dei lavori, il Presidente Montani ha dato appuntamento in Piazza del Comune ad Assisi per il Flashmob "RISPETTO! NO MOTO SUI SENTIERI". La partecipazione dei delegati e funzionari presenti del CAI è stata totale, la piazza era piena. La protesta evidenziata grazie all'utilizzo di ogni partecipante di un fazzoletto bianco da sventolare, composta e moderata, senza rumore, è



stata ripresa da stampa e media. Così ha sottolineato il presidente generale del Cai, Antonio Montani: “”Con questo striscione, il Cai ha chiesto l'abolizione della contestata legge regionale dell'Umbria, che permette alle moto di percorrere i sentieri di montagna. Una situazione che, oltre a rovinare il terreno, costituisce un indubbio motivo di pericolo per gli escursionisti. Insomma vanifica il lavoro di migliaia di volontari che provvedono alla manutenzione di un bene collettivo come la

rete sentieristica, la prima e fondamentale infrastruttura leggera che consente il turismo sostenibile nei territori montani. Da Assisi vogliamo lanciare un messaggio simbolico, ma chiaro: è inaccettabile avere sentieri che vengono costantemente rovinati dal passaggio dei mezzi motorizzati. Invitiamo ancora una volta la Regione a rivedere una norma che compromette, a beneficio di un numero limitato di persone, un bene che è di tutti e per tutti.””

La mattina di domenica 26 maggio, dopo un sentito ricordo dei soci scomparsi nell'ultimo anno, alla ripresa dei lavori, si illustrano altri importanti progetti:

- il presidente del Gruppo Regionale Umbria presenta l'innovativo progetto “Umbria Green Holidays” creato da una rete di imprese per la promozione di un turismo consapevole e sostenibile. 95 aree esistenti Natura 2000 (rete di siti di interesse comunitario, zone di protezione speciale creata dall'Unione europea per la protezione e la conservazione della biodiversità) su 92 comuni, 30 aziende agrituristiche con produttori di vini e oli, sentieri CAI ben segnati e percorribili con annesso aree da proteggere come ruderi, pievi, santuari ... convenzioni con guide escursionistiche, tutto questo per offrire un Turismo esperienziale completo. Progetto replicabile nelle regioni vicine, per un turismo sostenibile con spina dorsale il Sentiero Italia CAI.

COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE

- il presidente regionale CAI Veneto Renato Frigo, illustra la 25a “Settimana Internazionale dell’Escursionismo” ad Auronzo di Cadore nell’alto Bellunese, cuore delle Dolomiti, presso la “La Gregoriana”, dall’11 al 15 settembre 2024. Dove preannuncia escursioni libere ed accompagnate anche con la SODAS, all’insegna della socialità, dello scambio, della compagnia.

- Mauro Guiducci Vice Presidente Nazionale CNSAS annuncia per quest’anno la presenza del corpo nel 70° della fondazione, alla Parata del 2 Giugno. Invita anch’esso alla diffusione dell’utilizzo dell’app GEORESQ come strumento importante. Illustra alcuni dati statistici sulle attività di soccorso e ricerca svolte nel 2023: 8569 interventi svolti in ambiente montano e oltre 1000 ricerche di persone disperse. Evidenzia che di questi, 3160 incidenti sono stati dovuti soprattutto ad incapacità, tanta gente frequenta la montagna pur senza esperienza senza essere accompagnata, senza aver frequentato corsi, e oltretutto senza adeguato vestiario ed equipaggiamento.

Arriviamo all’atteso momento della Relazione annuale del Presidente generale Antonio Montani:

il Presidente Antonio Montani ringrazia l’alta partecipazione all’assemblea, per poi proseguire con una lunga carrellata di menzioni di eventi e progetti svolti e in cantiere, illustrandone e condividendone i risultati raggiunti e i prossimi obiettivi dell’attuale direttivo. Direttivo che ringrazia ancora una volta per la grande mole di lavoro che con lui ha condiviso in quest’ultimo anno, ringraziando particolarmente consiglieri entranti ed uscenti.

Ricorda l’intervento della Ministra Santanché che ha firmato il rinnovo del protocollo d’intesa con il Ministero del Turismo, sottolineando tuttavia che per i tanti volontari del CAI, con o senza finanziamento i soldi si sarebbero trovati. Rileva che il 54% delle sezioni ha fatto richiesta dei bandi, ma c’è un 46% che non lo ha fatto, per cui si sta decidendo di ridividere in base al numero di escursioni fatte nell’anno e relativi soci partecipanti, un residuo/bando di circa 300.000 €, fra tutte le sezioni.

Sottolinea l’importanza dei giovani e il loro coinvolgimento nella vita dell’associazione, il rilancio della centralità dell’alpinismo e l’accreditamento internazionale erano e sono l’obiettivo primario, lo dimostrano le principali attività avviate concretamente a beneficio del prossimo futuro del Cai. Rivendica attività per dare un’immagine più appetibile ai giovani, obiettivo centrato con il progetto “Eagle Team” pensato per alpiniste e alpinisti del futuro, progetto a cui si vuol dare certamente seguito, riducendo anche la fascia di età dei partecipanti, in una sorta di accademia. Montani dice che non c’è niente di meglio che guardare il volto di questi ragazzi dell’Eagle Team” per capire che si sta andando verso la direzione giusta, e di questo ne è molto orgoglioso. Nel 2022 c’erano 26 gruppi Juniores, oggi sono diventati 97. L’ottica è quella di dare un’immagine del CAI che parli di spedizioni, di Alpinismo, per interessare i giovani, pur senza dimenticare i grandi numeri della base dell’associazione: l’escursionismo. Il CAI non diventerà mai di certo una associazione sportiva, tuttavia al suo fianco può creare dei luoghi di promozione dello sport, come in una palestra di arrampicata sportiva.

Prosegue poi, evidenziando che non tutti notano che il CAI ha ben 17 commissioni, contro le 3-4 degli altri CLUB, come il CLUB Tedesco DAV, pur avendo esso circa il doppio dei soci CAI. Con esso c’è stato recentemente un incontro specchio, per valutare similitudini ed eventuali affinità. Ci si sta interrogando per rendere tutto omogeneo con l’Alpinismo Giovanile, Family Cai, AG, CAI Scuola, aprire ai giovani le scuole di alpinismo e scialpinismo.

Elenca ancora importanti partecipazioni, una su tutte quella di sole 2 settimane fa in Croazia per l’Assemblea Generale dell’EUMA (European Mountaineers, organizzazione, istituita nel 2017, che riunisce 33 associazioni alpinistiche ed escursionistiche di diversi Paesi europei (tra cui il Cai) e rappresenta i loro interessi comuni, relativi alla frequentazione della montagna, alla tutela

COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE

dell'ambiente e all'educazione ambientale, presso l'Unione Europea) dove Antonio Montani è stato eletto Vice Presidente (prima volta di un italiano in un ruolo così importante), e lui stesso sottolinea il grande riconoscimento dell'impegno profuso dal nostro Sodalizio e della nostra reputazione in ambito internazionale. E ancora, altre progettualità in corso, come la spedizione alpinistica femminile italo-pakistana "K2-70", e la sua insita progettualità sociale. Infatti pensando alle difficoltà che vivono le donne in alcune parti del mondo, è allo studio un progetto di insegnamento all'accompagnamento alle donne pakistane, per dare loro una possibilità diversa.

Insomma, c'è un crescente coinvolgimento e riconoscimento delle competenze del Club alpino italiano in materia di sentieristica, formazione e frequentazione responsabile da parte delle istituzioni italiane ed estere e delle associazioni alpinistiche internazionali (oggi come 70 anni fa, dove l'Italia ottenne un forte riscatto sulla Comunità Internazionale).

Sottoscrive ciò che il past President Umberto Martini, e cioè che siamo molto bravi a fare bene, ma assai meno bravi a farlo sapere, per cui, ci sarà l'aiuto di Massimiliano Ossini, il noto conduttore RAI, con dei programmi in cui si farà conoscere l'operato del Club alpino Italiano. Montani quindi chiude così questo passaggio: "così tanto alpinismo non si era mai visto prima d'ora nelle assemblee del CAI".



Passa poi ad illustrare il nuovo progetto di Bivacco firmato CAI (la struttura era presente all'esterno del Teatro), esalta la sua facilità di trasporto con soli 2 voli di elicottero in quota per il montaggio. Guarda con immensa gratitudine all'operato instancabile e giornaliero dei nostri volontari, manutentori di sentieri, a cui presto arriveranno dei gilet logati CAI.

Menziona ancora il progetto "Acqua Sorgente", primo vero progetto CAI di scienza partecipata, come anche la piattaforma di prenotazione on line dei rifugi, di cui per entrambi se ne è già parlato ampiamente.

Il Presidente ha infine sottolineato l'importanza di continuare a vigilare sulle politiche ambientali e sociali per la montagna, al fine di contribuire alla loro salvaguardia e sviluppo sostenibile. Con una montagna in rapido cambiamento, e quotidiane azioni scellerate da parte della politica, siamo quindi chiamati a vigilare su questo uso e consumo dell'ambiente montano.

COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE

Per questo non più tardi di due mesi fa, il CAI è riuscito a riunire intorno ad un tavolo FASI e Guide alpine nella sua sede di via Petrella a Milano, a seguito di questa positiva esperienza si farà una sorta di Stati Generali dell'Escursionismo e Turismo Sostenibile, per portare avanti strategie comuni, come quella ultima di contrastare le moto sui sentieri in Umbria. "Il sodalizio ha nell'ambientalismo il suo punto di forza, e vedo un Cai in salute che dimostra, grazie ai suoi volontari, il proprio costante impegno per il bene della montagna". Così ha concluso il suo intervento Antonio Montani. Invitando poi i delegati ad intervenire. La Relazione è stata votata dall'assemblea ed approvata.

Si passa a questo punto alla parola ai Delegati, con alcuni interessanti e costruttivi interventi, come quello del giovanissimo presidente (28 anni) del Cai Bergamo Dario Nisoli, il quale chiede al CC di continuare a promuovere iniziative per il Cai Giovanile e Juniores. Invita contestualmente i giovani a rendersi partecipi e disponibili ad entrare negli Organi centrali.

Siamo quasi in chiusura dei lavori.

Prima di dare l'esito delle votazioni, si dà comunicazione della sede della prossima Assemblea dei Delegati 2025, con relativo video e presentazione da parte del Gruppo Sicilia, poiché la sede dell'assemblea del prossimo anno sarà Catania il 24 e 25 maggio 2025.

A questo punto, si è conclusa l'assemblea annuale del CAI, un evento a cui è impossibile mancare. Questa occasione offre l'inestimabile opportunità di condividere con il Direttivo Centrale e la platea di delegati provenienti da tutta Italia un resoconto dettagliato dei lavori svolti. Inoltre, permette di conoscere e discutere la direzione da seguire, i progetti in corso e quelli in fase di studio, offrendo la possibilità di partecipare attivamente e contribuire ai contenuti e agli obiettivi preposti. Come ogni anno, si torna a casa con un ricco bagaglio di scambi culturali e relazionali. Sono state molte le conversazioni sane e costruttive con i membri del Direttivo Centrale, con i delegati di diverse regioni e altre figure importanti del passato e del presente del CAI. Si ritrovano e si coltivano amicizie che superano i confini regionali, con la promessa di futuri appuntamenti per escursioni interregionali e altre partecipazioni a eventi vari.

In definitiva, questa assemblea rappresenta una straordinaria opportunità per arricchire il proprio bagaglio culturale ed esperienziale, consolidando legami e alimentando sempre di più la passione per la montagna.



“Paesaggi - Percorsi di lettura”

1° Taccuino a cura degli ONC del CSR Lazio

Fausto Borsato

Il Comitato Scientifico in seno al CAI si è costituito a livello Regionale solamente nel 2022 e questo corso aveva lo scopo di formare i primi ONC (Operatore Naturalistico Culturale) di primo livello del Lazio.



Il corso si è sviluppato in 100 ore di lezioni teoriche e sul campo, trattando argomenti vari, dall'Agenda 2030 a come esporre un argomento in pubblico, dai metodi per impostare una ricerca scientifica alla storia dell'esplorazione dell'Appennino, dalla topografia, orientamento e sicurezza individuale e di gruppo a come interessare e condurre una scolaresca in una escursione, dalla progettazione e realizzazione di un 'Cammino' fino alla esplorazione di un settore montano particolarmente ostile. Tutto il corso ha trovato nel territorio dei Monti Prenestini l'area ideale per lo sviluppo in quanto ricca di diversi ambienti montani e di una ricca rete museale di prestigio sia archeologica che geologica che naturalistica. Le lezioni teoriche sono state tenute da personale specializzato sia del Club Alpino Italiano che di ambiente universitario.

Le escursioni in ambiente hanno permesso di studiare e confrontare aree diverse per geologia, storia e vegetazione, con l'apporto di appassionati esperti di ciascun settore.

COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE

A conclusione del corso è stata prodotta, da ciascun partecipante, una tesina descrittiva di paesaggi della regione, che è stata discussa di fronte alla commissione esaminatrice.

In effetti l'esame era composto da più moduli (test a risposta multipla, conduzione in ambiente con lettura del paesaggio, tesina e discussione della stessa), la somma dei risultati dei quali andava a determinare l'esito complessivo.

Dopo un attento lavoro di formattazione è stato presentato, il 14 giugno c.a. a Palestrina presso la Biblioteca Comunale Fantoniana, ai Presidenti delle Sezioni Cai del Lazio e agli appassionati, il libro contenente i lavori svolti. E' stato chiamato 'Taccuino' con l'intenzione che possa costituire il primo lavoro a cui ne seguiranno altri di studio e ricerca naturalistico-culturali sulle montagne del Lazio e oltre.



Per suo statuto il Comitato Scientifico ha il compito di *'condurre attività di ricerca e divulgazione scientifica in ambiente montano e ipogeo'* e il risultato di queste ricerche viene pubblicato sugli organi del CS dopo attento esame (referaggio) da parte di esperti.

Club Alpino Italiano
COMITATO SCIENTIFICO REGIONALE LAZIO
1° CORSO ONC 2023

PRESENTA
1° TACCUINO A CURA DEGLI ONC DEL CSR LAZIO

"PAESAGGI"
PERCORSI DI LETTURA

PAESAGGI

VENERDI 14 GIUGNO 2024
ORE 18:00

PRESSO LA
BIBLIOTECA COMUNALE FANTONIANA DI PALESTRINA
EX MATTATOIO, VIA MADONNA DELL'AQUILA

Non è stato il nostro caso. Qui si trattava di presentare un percorso di lettura del paesaggio, visto con occhi di semplici frequentatori che hanno completato la loro tesi con impressioni sul campo ma anche con ricerche bibliografiche e sitografiche.

Non potendo presentare tutte e tredici i lavori ne sono stati scelti tre che comprendevano alcuni settori geograficamente distinti: i Monti della Tolfa e la Dorsale Tiberina, le vie d'acqua di Roma e i Colli Albani e il Monte Terminillo, squisitamente montano. Il convegno è stato interessante e gratificante per i corsisti.

Un ringraziamento va a tutti per l'impegno profuso, ai qualificati docenti ma soprattutto al Direttore del corso e Operatore Naturalistico Culturale Nazionale e Presidente del CSR Lazio Vincenzo Abbate.

Corso di Escursionismo Avanzato E2 2024 CAI Monterotondo



Paolo Gentili

Iniziato il 20 aprile con lezioni teoriche in aula e pratiche in ambiente secondo le linee guida del CAI, il Corso di Escursionismo Avanzato E2 si è concluso sabato 15 e domenica 16 giugno nella splendida cornice del massiccio del Terminillo. Durante il corso sono stati trattati tutti gli aspetti teorico-pratici riguardanti l'attività escursionistica nel suo complesso: abbigliamento e attrezzatura, preparazione fisica, alimentazione, geologia, fauna e flora, cartografia e orientamento, meteorologia, sentieristica, primo soccorso, nonché la storia del CAI, della montagna e la tutela ambientale.



Grazie a questo corso avanzato, i partecipanti hanno potuto acquisire una preparazione mirata per seguire con profitto le attività sezionali e praticare l'escursionismo in autonomia su percorsi fino a difficoltà EE, inclusi itinerari di più giorni. Inoltre, hanno consolidato le conoscenze culturali, tecniche e pratiche necessarie per organizzare con competenza escursioni in ambiente

montano, in condizioni di ragionevole sicurezza, apprezzandone così appieno le bellezze.

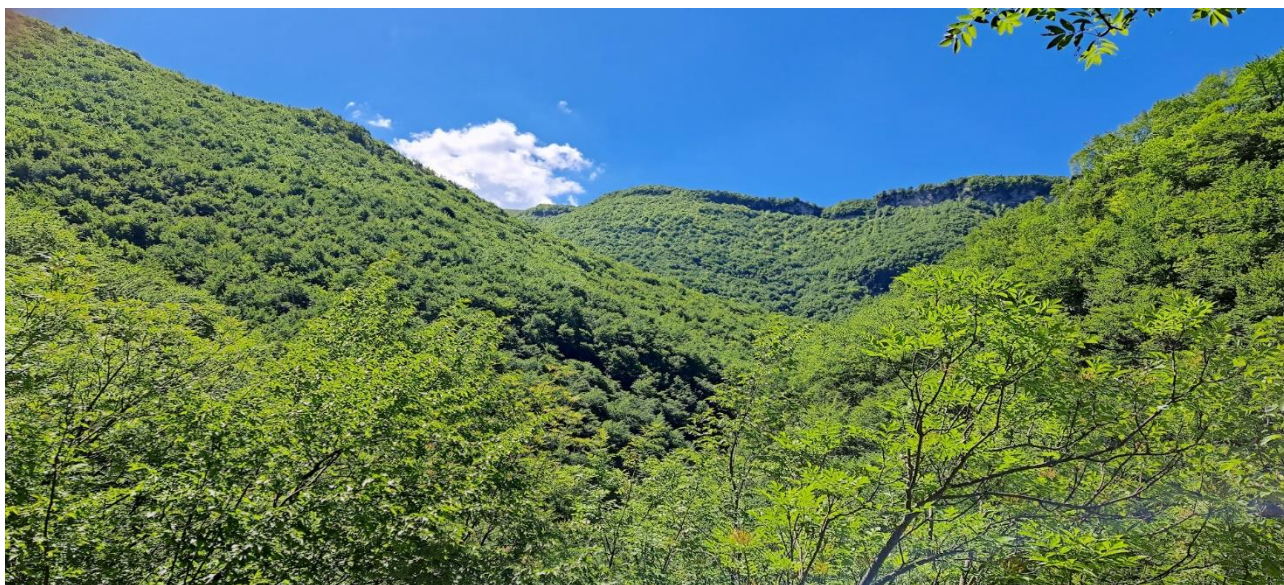
Un plauso ai corsisti che hanno portato a termine questo percorso con impegno e profitto, con l'augurio che esso rappresenti non un punto di arrivo, ma un nuovo inizio per arricchire il proprio bagaglio tecnico-culturale nel campo dell'escursionismo e all'interno del CAI.

COMUNICAZIONI DALLA SEZIONE



Escursione nella Valle dell'Orfento (Parco nazionale della Majella)

Fausto Borsato



Valle dell'Orfento (Parco Nazionale della Majella)

Ho sentito parlare della Valle dell'Orfento nei primi anni '80 del secolo scorso. Provenivo da altra regione e da altri rilievi montuosi. Per me non c'era null'altro di significativo oltre le Dolomiti e, a malapena, il Monte Bianco, il Rosa e il Cervino. Certo conoscevo anche il Monviso da cui nasce il Po, ma il Centro della penisola italiana era per me una landa sconosciuta. Poi ho scoperto, mediante il Cai, che l'Appennino è costituito di montagne alte, severe, affascinanti, piene di boschi, di rocce, di pareti. E soprattutto erano o erano state il luogo di ritiro di numerosi anacoreti ed eremiti che nel passato, sfruttando le numerosissime grotte che il paesaggio offriva, vi si erano ritirati in meditazione e preghiera. Erano stati loro a tracciare i primi sentieri che, già in precedenza percorsi da pastori e cacciatori, permettevano il passaggio e il raggiungimento di ricoveri situati all'interno di scoscesi e dirupati valloni. E sempre i primi eremiti avevano modificato gli antri esposti al vento e alle intemperie adattandoli a ricoveri, pur sempre di fortuna, ma capaci di ospitare anche più persone e permettendo loro di dar vita a comunità cenobitiche. Cosa li spingesse verso una vita di stenti, privazioni e difficoltà così grandi, seppure spesso da loro documentato attraverso scritti e le memorie di chi li ha conosciuti e frequentati, resta per noi uomini del XXI secolo un assoluto mistero. Certamente la fede in un Dio trascendente e la speranza in una vita futura possono in parte spiegare le loro rinunce, ma, forse il nostro ormai acquisito e dominante pragmatismo ci fa pensare ad altre motivazioni, che solo la ancora sconosciuta analisi psicologica avrebbe permesso di indagare.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Questi pensieri mi frullavano per la testa mentre risalivo il Vallone dell'Orfento, che da est si insinua profondamente tra i contrafforti della Majella. E riflettevo su quanti individui e quanti animali avevano nel passato risalito quelle valli. Fin dalla preistoria individui provenienti da nord e da sud avevano popolato quei luoghi, distinguendosi poi in varie tribù e differenziandosi per costumi, per religione, per il modo di seppellire i loro morti, per manufatti, ma instaurando stretti rapporti con le popolazioni vicine, magari rapporti non sempre pacifici come quelli con i Romani, di fronte ai quali dovettero soccombere.

Il Medioevo fu il periodo in cui maggiormente le cavità naturali della Valle furono occupate e abitate. Ma mentre alcune sono ancora frequentate e visitabili, la maggior parte di esse non sono più accessibili. La storia però si è riservata il privilegio di tramandare il loro uso da parte di personaggi illustri quale Pietro da Morrone, diventato poi Celestino V.

L'escursionista moderno che si inoltra nel profondo vallone, rimane colpito dalla profondità del canyon scavato dal fiume Orfento e dalla fitta vegetazione che ricopre i versanti della valle. Ma oltre alla vegetazione tipica del luogo, desta interrogativi la presenza di specie alloctone ed invasive di cui andrebbe analizzata la provenienza.

Ho notato infatti che, per un lungo tratto, risalendo il torrente, sono presenti sia la Robinia (*Robinia pseudoacacia*) che l'Albero del Paradiso (*Ailanthus altissima*). Le due specie, considerate invasive, sono diffuse soprattutto nelle zone abbandonate e lungo le scarpate. Trovarle in questo ambiente è per lo meno difficile da spiegare. La Robinia in particolare, originaria del Nord America, è stata importata in Europa nel 1600 e piantata a Parigi, dove quel primo esemplare è tuttora vivo e vegeto. La sua propagazione, oltre alla facilità delle sue radici di emettere nuovi germogli, avviene per trasporto dei semi da parte di animali, del vento,

dell'acqua. Lo stesso avviene per i semi dell'Ailanto che sono ancor più anemofori. Anche quest'ultimo albero proviene da lontano, nella fattispecie dall'estremo oriente, dalla Cina e dalle isole Molucche. È stato introdotto in Occidente per la caratteristica di crescere in fretta e consolidare così scarpate ferroviarie e zone abbandonate.

L'Orfento, man mano che si sale verso l'interno e si guadagna di quota offre una vegetazione autoctona fatta di querce, aceri, frassini che poi più in alto lasciano il posto a estese faggete. Insomma dopo un iniziale sconcerto il paesaggio ritorna ad essere quello che l'escursionista appenninico si aspetta da un ambiente così specifico. L'acqua, abbondante verso valle per l'apporto dei torrenti che scendono dal Monte Pesco Falcone, man mano che la quota aumenta diminuisce di quantità probabilmente per il mancato apporto nevoso invernale, i contrafforti lasciano scoperte ampie pareti scavate dall'acqua e dal vento, i faggi ormai ricoprono l'intero versante.



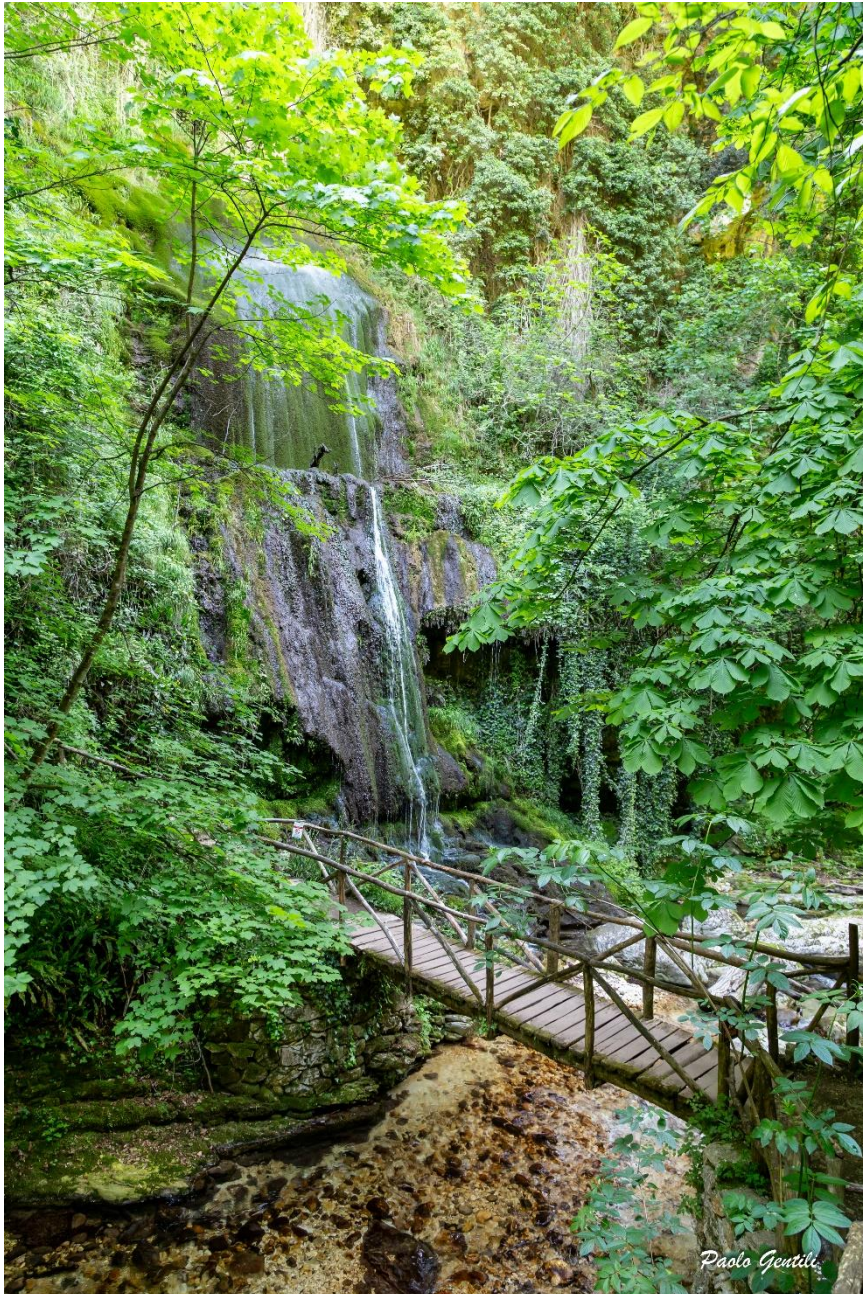
Adattamento di pianta di Orniello (*Fraxinus ornus*)



IMPRESSIONI DEI SOCI

Ai piedi delle pareti si accumulano i detriti che i versanti rocciosi scaricano a valle. E in queste zone aride e assolate è facile incontrare una pianta alta da 2 a 3 metri, al momento del nostro passaggio non ancora fiorita ma che spicca per il suo lungo stelo. Si tratta della *Ferula communis*, pianta usata per il legno del suo fusto ma che contiene un principio attivo di una certa tossicità e che, nel momento del suo primo sviluppo floreale in primavera può essere confusa con il finocchio selvatico, tanto che è volgarmente conosciuta come “finocchiaccio”. Nelle zone alte sulla valle dell’Orfento è piuttosto frequente.

Il sentiero cammina alto sul torrente e poi scende fino alle sue rive. Qualche corda fissa serve da mancorrente per superare i tratti più esposti. L’acqua si è scavato il passaggio tra rocce calcaree



formatesi per sedimentazione di microrganismi marini molti milioni di anni fa, formando un profondo canyon che noi superiamo agevolmente con ponti di legno e gradini appositamente scavati (le “Scalelle”). La notevole umidità ha favorito lo sviluppo di grandi piante di *Asplenium trichomanes* e altri numerosi tipi di felci. Prima di giungere sotto il poderoso ponte che scavalca la statale, una grande cascata scende dall’alto e i raggi del sole la attraversano creando una spettacolare pioggia iridescente. Risaliamo faticosamente al parcheggio ma soddisfatti del bell’ambiente che ci lasciamo alle spalle e ribadiamo il proposito di tornare e continuare l’esplorazione.

I Lagustelli di Percile: zone umide di importanza internazionale in terra Sabina.

Aldo Volpe e Loredana Conti

Domenica 9 giugno 2024, in occasione della dodicesima edizione della giornata nazionale “In cammino nei Parchi” promossa da Club Alpino Italiano e Federparchi per far conoscere territori, popolazioni e tradizioni attraverso i sentieri delle Aree Protette, la Commissione Regionale Tutela



Ambiente Montano (CRTAM) del Lazio ha organizzato un evento nel Parco Naturale Regionale dei Monti Lucretili ai “Lagustelli di Percile”. La giornata ha avuto il patrocinio del Parco e la disponibilità del Comune di Percile che insieme hanno organizzato una accoglienza speciale ai partecipanti provenienti da molte sezioni del Lazio offrendo una deliziosa colazione con dolci tipici locali.

Hanno partecipato alla manifestazione 115 soci provenienti dalle sezioni CAI di Roma, Monterotondo, Colleferro, Rieti, Antrodoco, Leonessa, Viterbo, Palestrina, San Donato Val Comino, Esperia, Latina ed Aprilia.

La giornata ha avuto inizio dalla Piazza G. Garibaldi di questo incantevole borgo, con i saluti istituzionali del Commissario del Parco Marco Piergotti, del Sindaco di Percile Claudio Giustini, della Presidente CRTAM Monica Festuccia e con una breve introduzione al significato e all’organizzazione della giornata da parte dei Referenti CRTAM Alessandro Ferrante e Aldo Volpe.

Dopo la colazione è iniziato il cammino verso i

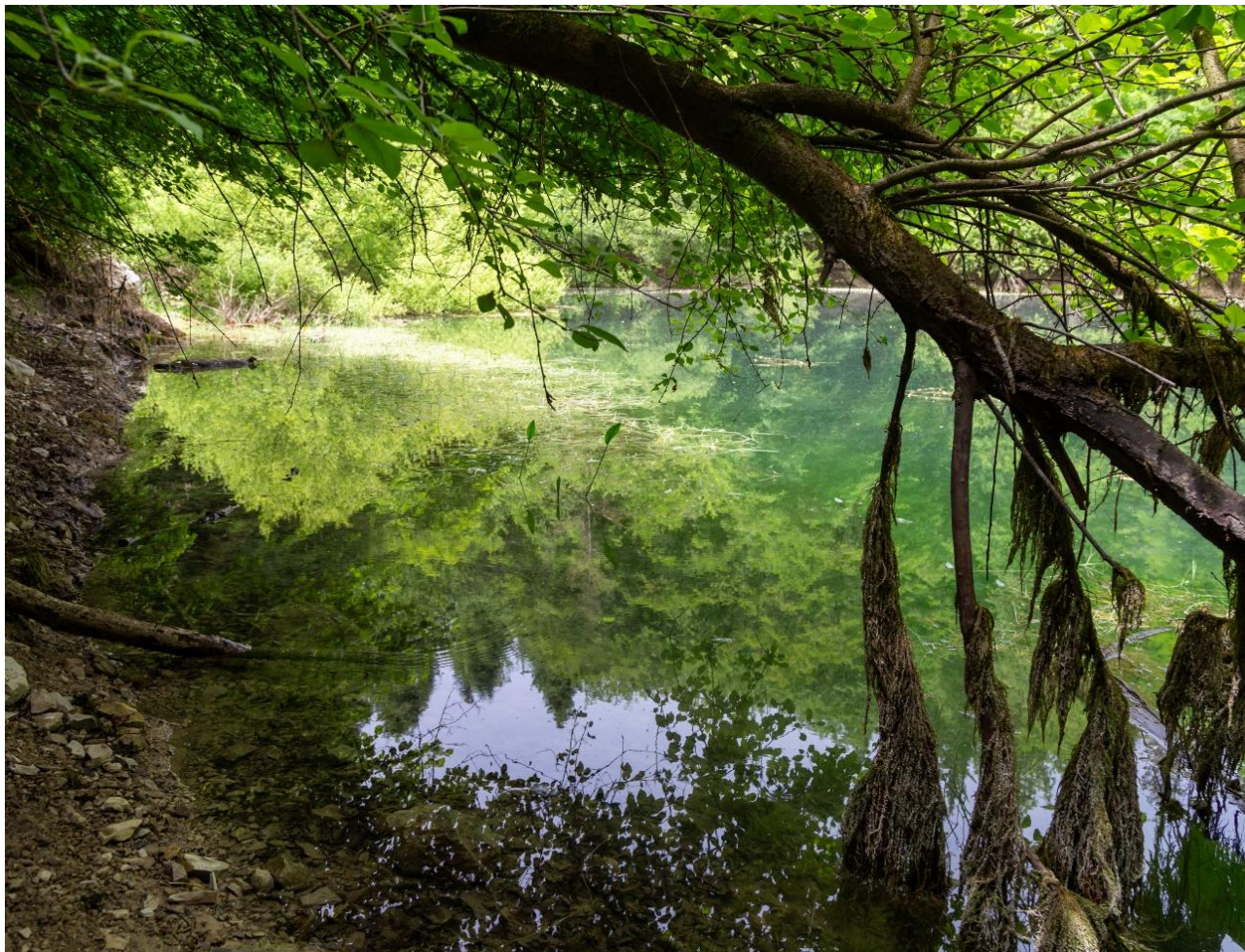
Lagustelli accompagnati dal personale del Parco, Giuseppina Lodovisi e Giuliano Santoboni che hanno condiviso con il gruppo tutta la giornata con grande disponibilità e professionalità.

Da Percile il gruppo ha percorso la strada sterrata (sentiero 307) che porta ai Lagustelli evitando così un eccessivo impatto per il numero di persone che si ha in queste occasioni e fermandosi di tanto in tanto per le indicazioni sul territorio e sull’ambiente da parte del personale del Parco.



IMPRESSIONI DEI SOCI

Arrivati ai “Lagustelli di Percile” i partecipanti si sono divisi in gruppi per visitare le sponde dei due invasi. Il laghetto più piccolo, denominato “Marraone” è posto ad un livello inferiore rispetto



all'altro ed è profondo circa 40 mt con un diametro di 80 mt. Il lago maggiore è il “Fraturno”, di forma leggermente ellittica (misura 118 x 96 mt) ed ha una profondità di 16 mt. Una delle sponde è percorribile a piedi e quella opposta è ricoperta da un fitto bosco di querce, abeti e cipressi.

I Lagustelli hanno un'origine di natura carsica dovuta a crolli successivi all'interno di doline e a tutto il gruppo, riunito sulla sponda, Leonardo Romboli, geologo e socio della sezione di Collesferro ne ha descritto la loro natura e probabile formazione.

I Laghetti sono poco trasparenti e mantengono un livello pressochè costante dell'acqua nell'intero ciclo stagionale. I due Lagustelli non hanno emissari, il Marraone è alimentato da una sorgente posta sopra il livello massimo dell'acqua, che deriva dal lago Fraturno, il quale invece si ritiene riceva apporti idrici sotto la superficie dell'acqua.

L'area presenta specie di flora particolari o rare e vegetazione caratteristica delle zone umide della propria regione biogeografica.

I “Lagustelli di Percile” sono stati dichiarati nel 2008, dal Ministero dell'Ambiente, “Zona Umida di importanza Internazionale” in base ai criteri della Convenzione di Ramsar.

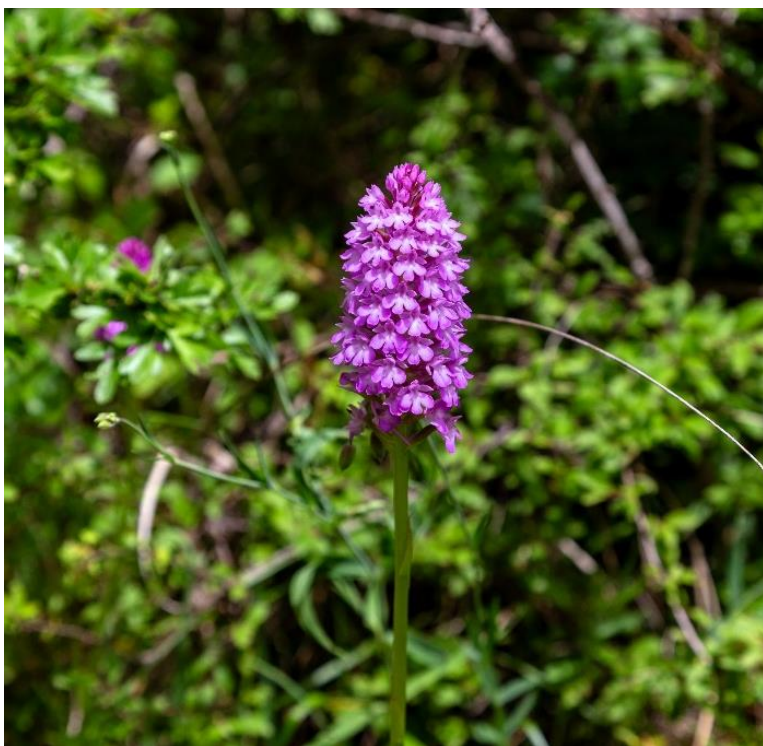
Al termine dell'escursione è stato possibile visitare il Museo Preistorico Naturalistico di Percile, inaugurato dal Parco qualche anno fa ed ora in fase di nuovo allestimento; naturalmente è stata anche l'occasione per una visita a questo piccolo borgo di origine romana, con i suoi palazzi e chiese antiche: Palazzo Borghese, oggi sede del Municipio, la chiesa di S. Lucia, patrona del paese, e dove sono raccolte le spoglie e la chiesa seicentesca di S. Anatolia.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Due sono state le piante che più di altre ci hanno accompagnato durante il trekking, la ginestra e l'orchidea piramidale. La prima ci ha avvolto con il suo profumo ed il colore giallo brillante dei suoi fiori, è questa infatti la stagione in cui la ginestra, il cui nome scientifico è *Spartium Junceum*, fiorisce. Dal punto di vista botanico, anche se non si direbbe la ginestra appartiene alla famiglia delle Leguminosae la stessa di piante come piselli, fave, fagiolini. A differenza di quest'ultime però i frutti della ginestra non sono commestibili, anzi, tutte le parti della pianta sono tossiche per l'uomo se ingerite. Una curiosità il nome "spartium" deriva dal greco *spartos* = corda. Fin dall'antichità infatti i lunghi arbusti, flessibili, della ginestra sono stati impiegati per eseguire tessiture ed intrecci, pensiamo solo ai canestri, ai cesti, alle gerle o all'utilizzo degli arbusti della pianta nella 'legatura della vigna' pratica che si faceva anche a Monterotondo non molto tempo fa.



Quanto all'orchidea piramidale, questa è stata una vera protagonista della giornata! In Italia si contano circa 120 specie di orchidee, la metà delle quali è stata segnalata nel Parco dei Monti Lucretili. L'*Anacamptis Pyramidalis*, nome scientifico della nostra orchidea, è una specie di orchidea selvatica, che si distingue per la sua incredibile forma a piramide e per i suoi fiori spettacolari dal colore rosa cangiante fino al viola. Si tratta di una pianta rara che è presente in queste zone del Parco dei Monti Lucretili in quanto particolarmente umide, da qui l'importanza della classificazione di questi territori all'interno della convenzione di Ramsar.



Da ultimo, vale la pena ricordare che nel Parco esiste il sentiero n. 309C, denominato appunto giardino delle orchidee.

IMPRESSIONI DEI SOCI



AVVICINAMENTI

Alla scoperta dei Vini delle Terre Alte

Romina Oricchio

Questa rubrica nasce con l'intento di condurre il lettore ad intraprendere un viaggio tra le regioni italiane coniugando il piacere di "camminare" tra i vigneti di montagna e la "sete" di conoscenza. Scopriremo insieme il binomio montagna-viticultura, percorreremo il territorio italiano lungo quella immaginaria linea di confine che costringe l'essere umano a deporre il suo aratro e lasciar spazio alla natura incontaminata, laddove l'opera dell'uomo non è più in grado di modellare il paesaggio e le vette dominano incontrastate, custodi e guardiani dell'integrità del paesaggio.

In bici dal Brennero a Bolzano passando per Bressanone attraverso i vigneti della Valle Isarco



IMPRESSIONI DEI SOCI

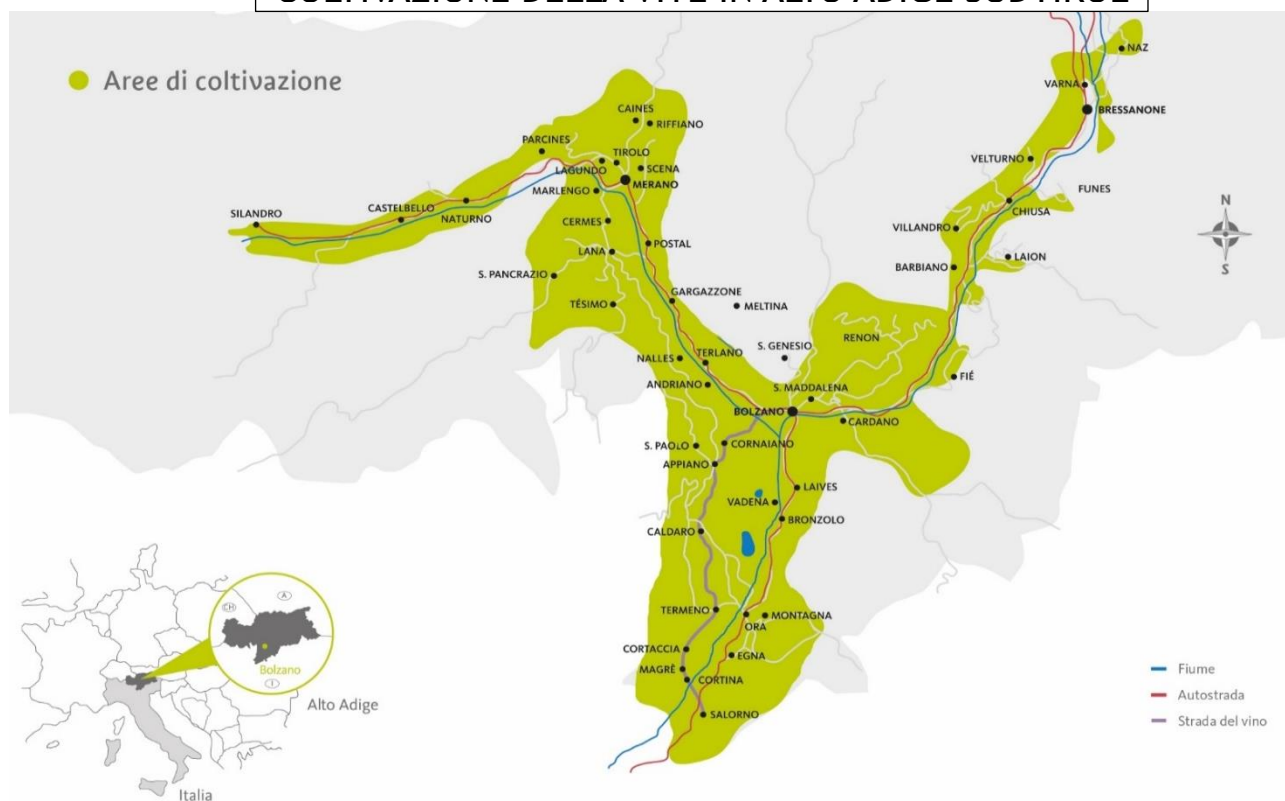
Si avvicina l'estate, le giornate si allungano, il caldo inizia a diventare torrido e l'escursionista inizia a desiderare sempre più avidamente le alte vette dove cercare sollievo per il corpo e lo spirito. Si programmano le ferie e una volta scelta la destinazione si iniziano a pianificare le escursioni e il trekking più adatto alle proprie esigenze.

Tra le mete più ambite per gli amanti della montagna e della natura di sicuro c'è l'Alto Adige - Südtirol, un vero e proprio "parco-giochi" per l'infinita varietà di offerta turistica che propone, in grado di soddisfare qualsiasi desiderio.

Dalle passeggiate lungo i sentieri di montagna alle vie ferrate, dalle piste ciclabili alle forre, dai fiabeschi laghi e boschi ai maestosi ghiacciai, dalle sorgenti d'acqua termale alle attività più adrenaliniche. Insomma non c'è che l'imbarazzo della scelta. Non starò qui ad elencare le innumerevoli attività che si possono fare in questa meravigliosa Regione, piuttosto vorrei soffermare l'attenzione su un aspetto più materiale e godereccio che questa terra riesce ad offrire.

In un contesto geografico costituito prevalentemente da massicci montuosi, in quest'area il vigneto ha saputo ritagliarsi piccoli spazi di grande vocazione. Il tratto più produttivo del vigneto altoatesino segue il corso di due fiumi: l'Adige e il suo affluente, il fiume Isarco.

COLTIVAZIONE DELLA VITE IN ALTO ADIGE SÜDTIROL



Il fiume Adige scorre da Nord-Ovest verso Sud attraversa la Val Venosta, Merano e la Val d'Adige dove si coltivano prevalentemente vitigni a bacca rossa: *Schiava*, *Lagrein* e *Pinot nero*. L'area più interessante a livello vitivinicolo è, però, rappresentata dalla **Valle Isarco** o *Eisacktläer*, un fazzoletto di terra attraversata dall'omonimo fiume che abbraccia la valle che collega Bressanone a Bolzano, la più estrema tra le zone vitivinicole dell'Italia settentrionale, in cui i vitigni a bacca bianca occupano il 95% degli ettari vitati, sfidano l'ambiente e sfruttano le forti escursioni termiche e i terreni sedimentari di mica e quarzo per regalare vini intensi e dotati di grande freschezza.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Lungo la Valle Isarco gli amanti della biciletta possono trovare un vero e proprio eldorado: una pista di quasi 100 km che parte dal passo del Brennero e termina a Bolzano. Corre in direzione Vipiteno lungo la strada della vecchia ferrovia, continua verso Fortezza e il Lago di Varna e, passando per l'Abbazia di Novacella, conclude la prima tappa a Bressanone. Attraversando i vigneti della Valle Isarco si arriva a Ponte Gardena. A questo punto il fondo valle si restringe e si è circondati da imponenti massicci montuosi fino a Bolzano, punto di arrivo della ciclabile.

Testimonianza di quanto il vino sia da sempre prodotto in quest'area è proprio l'Abbazia di Novacella, una cantina attualmente ancora attiva e tra le più antiche al mondo nonché tra i più famosi "monasteri del vino" italiano.



L'abbazia di Novacella e i suoi vigneti

Fondata nel 1142 dal beato Hartmann, vescovo di Bressanone, fin dalla sua nascita è stata un importante centro culturale di impronta romanico-medievale, e già all'epoca della sua fondazione, contava svariati vigneti, oltre che masi agricoli e terreni, riconosciuti da Papa Alessandro III. A seguito di donazioni, lasciti, acquisti e permuta, l'Abbazia andò impossessandosi di un cospicuo patrimonio di vigneti tra i quali è ancora incastonata, e che si estendono su pendii dai 600 metri di quota del Convento fino ai 900 m s.l.m., tipici della Valle Isarco. A testimoniare le dure fatiche affrontate dagli Agostiniani per la messa a dimora dei vigneti sono ancor oggi i muretti a secco che li terrazzano, mitigandone la pendenza. Nel Medioevo si coltivavano principalmente varietà di vitigni a bacca rossa, anche se con scarsi risultati. Intorno al Novecento ci si rese conto che la zona meglio si prestava alla coltivazione delle uve a bacca bianca.

Oggi le varietà coltivate sono: **Sylvaner**, vitigno dai profumi di fiori di montagna, pesca bianca, pera, timo e maggiorana; il **Müller-Thurgau** e il **Grüner Veltliner**: che esprimono le loro deliziose doti fruttate e floreali, sentori agrumati e di erbe aromatiche dando vini di buona struttura e acidità, il **Kerner**, piccola perla che regala versioni secche e passite. Nato dall'incrocio di Schiava e Riesling, è particolarmente resistente al freddo e si distingue per una stuzzicante speziatura di noce moscata, che si fonde con rinfrescanti note di erbe aromatiche, tè verde e frutti a polpa bianca. Sentori che si arricchiscono di splendide note più dolci nella versione passita.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Infine si coltivano vitigni internazionali come *Pinot Grigio*, *Riesling*, *Sauvignon Blanc* e **Gewürztraminer**. Quest'ultimo è un vitigno aromatico che deve il suo nome al comune di Termeno o *Tramin*. Il suffisso *gewürz-*, letteralmente *speziato*, sottolinea la grande esuberanza olfattiva di questa varietà aromatica, che nel vino si manifesta con un intrigante bouquet di rose e fiori di acacia, litchi e pesca, mango e papaia, agrumi e zenzero, noce moscata e cannella. L'assaggio si dispone su un'avvolgente morbidezza e decisa nota alcolica che rendono il vino accattivante e molto femminile.

La magia di questi vini e la loro qualità gustativa è data sicuramente dagli elementi naturali che consentono alla vite di crescere nell'ambiente migliore: la composizione del suolo della Valle Isarco, caratterizzato da una miscela di ardesia, gneiss, granito e terreni morenici ghiaiosi e sabbiosi; il microclima tipicamente di montagna che alterna estati fresche a inverni rigidi, ma soprattutto le forti escursioni termiche giornaliere durante il periodo estivo che creano le condizioni ideali per lo straordinario arricchimento degli aromi negli acini delle uve. Altri elementi naturali contribuiscono, inoltre, a favorire lo sviluppo della vite: in primis le Alpi, che a settentrione creano una barriera naturale a protezione dei venti gelidi del Nord; a seguire le quasi 2000 ore di sole annue; le precipitazioni frequenti ma di moderata entità e infine lo spirare del Fohn.

Questa sinergia delle forze della natura è la dimostrazione di quanto il contesto geografico sia importante per la coltivazione della vite e per ottenere vini di altissima qualità. Tutto questo è ciò che chiamiamo "*terroir*" un concetto di cui fa parte anche l'uomo che, con il suo intervento, rispettoso della natura, contribuisce ad ammaestrare una pianta che altrimenti diventerebbe ingestibile e a farla vivere anche nei luoghi più impervi, quelli che in apparenza sembrano meno vocati alla coltivazione della vite, ma che, se gestiti in maniera ottimale, sanno donare le migliori espressioni di tipicità del territorio.

Sull'esempio dell'Abbazia di Novacella, in Valle Isarco, si sono cimentati nella viticoltura anche altri produttori che con il loro impegno, dedizione, passione e tenacia sono in grado di realizzare vini dotati di decisa mineralità e struttura bilanciate da rinfrescante acidità e sapidità.

Non resta allora che assaggiare queste perle enologiche, magari a fine trekking, o anche dopo o durante una bella pedalata, abbinati a qualche piatto tipico del Südtirol per la delizia del palato e del corpo.

Oltre all'**Abbazia di Novacella** che produce vini di altissima qualità soprattutto nella linea *Praepositus*, vorrei suggerire anche alcuni piccoli produttori che si trovano nella stessa area:

- **Pacherhof**: uno dei pionieri del vino in quest'area, tra i primi a intuire le potenzialità delle varietà a bacca bianca
- **Tenuta Strasserhof**: poco più di 6 ettari, con vigneti oltre i 700 metri slm riesce a produrre vini fini ed eleganti, quasi minimalisti che però riflettono completamente le caratteristiche del territorio
- **Köfererhof**: la qualità in vigna e in cantina di questo produttore si esprimono egregiamente in modo particolare nel Kerner e Pinot Grigio
- **Tasherlof**: Inizialmente conferiva le sue uve all'Abbazia di Novacella, poi dal 2000 ha iniziato a vinificare in maniera indipendente ottenendo grandissime espressioni di Sylvaner e Riesling
- **Cantina Valle Isarco**: Cantina Cooperativa nata nel 1961 e grazie alla guida di Riccardo Cotarella sta ricevendo sempre più riconoscimenti per la qualità di produzione.

Piante e fiori dell'Appennino

Fausto Borsato

Iniziamo con questo numero una rubrica volta a far conoscere, senza pretese di approfondimenti botanici, alcune piante che solitamente incontriamo nel nostro andar per monti.

Riconoscere le piante è un modo per comprendere le rocce che costituiscono il substrato e quindi la loro origine, serve a capire se abbiamo di fronte piante autoctone - originarie del luogo - o alloctone - native di altre zone e portate qui dall'uomo, segnando la traccia nel tempo del suo vagare. Le piante contribuiscono, col loro apparato radicale, alla stabilità del terreno su cui prosperano. Ci comunicano come è stata la stagione passata e il grado di piovosità. Mantengono la temperatura del suolo mediamente molto più bassa di altra area non boscata, evitano quindi incendi improvvisi se non dovuti a cause accidentali quali un fulmine o la mano dell'uomo. Naturalmente producono ossigeno e assorbono anidride carbonica contribuendo a ridurre l'effetto serra. Sono la base della piramide alimentare costituendo cibo per gli erbivori. Insomma sono delle perfette spie dell'andamento meteorologico, della sicurezza del suolo, del variare del clima, della qualità del sentiero o percorso che si snoda al loro interno, della biodiversità dell'ambiente.

Ecco perché è assolutamente fondamentale la loro conoscenza.

Ma prima di addentrarci nell'immenso mondo delle specie vegetali tipiche dell'ambiente montano o submontano chiariamo il concetto di **Nomenclatura binomiale**.



Conifere miste in ambiente urbano

Si tratta di una modalità, introdotta da Linneo (scienziato svedese del '700 che si dedicò soprattutto allo studio delle piante) che identifica una pianta, ma anche un animale o qualsiasi essere vivente, con due nomi: il primo riconosce un gruppo da alcuni caratteri comuni (Genere), il secondo identifica la specie come unica.

Esempio: ***Abies alba***. Parliamo dell'Abete bianco. Il nome *Abies* identifica il Genere che comprende anche altre specie, e *alba* la specie. Il Genere va scritto con la prima lettera maiuscola, la specie va scritta tutta minuscola ed entrambi in carattere corsivo.

Questo modo di classificare gli elementi viventi fa capo alla disciplina chiamata "tassonomia" (dal greco taxis=ordinamento e nomos=regola). Va anche ricordato che tale scienza non è fissa ma in

IMPRESSIONI DEI SOCI

divenire secondo le conoscenze che man mano vengono acquisite. Lo studio delle specie attraverso il loro patrimonio genetico ha determinato, in qualche caso, una conoscenza più approfondita della posizione tassonomica di specie molto simili che da caratteri superficiali erano state classificate diversamente. Per cui una specie può avere delle varianti dovute al suolo in cui cresce, all'ambiente e qualche volta all'ibridazione. Nascono e vengono così identificate delle sottospecie.



Bosco di Pino laricio (*Pinus nigra laricio*) nella Riserva Naturale I Giganti della Sila

Cominciamo a riconoscere il gruppo di piante che molto spesso ci inducono in errore e che comunemente chiamiamo “PINI”. Parliamo delle

Conifere

Con questo nome, si definiscono quelle piante, quasi tutte alberi, che incontriamo più spesso nella regione alpina ma che sono molto presenti anche sulle nostre montagne.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Dal punto di vista tassonomico le Conifere, o meglio la Divisione definita **Pinophyta** contiene la sola classe chiamata **Pinopsida**, che a sua volta comprende l'ordine delle Pinales (tutte le conifere) nella quale è inserita la famiglia delle Pinacee. Tutte le conifere che ci interessano appartengono a questa ultima famiglia e comprendono i generi *Abies* (*Abies alba* = Abete bianco), *Picea* (*Picea abies* = Abete rosso), *Cedrus*, *Larix*, *Pinus*, *Taxus* e altri che non sono presenti da noi se non in qualche giardino. Ciascun Genere comprende moltissime specie.

La caratteristica principale che le rende facilmente riconoscibili è quella di avere le foglie a forma di aghi e, proprietà per cui vengono definite “conifere”, sono portatori di “coni”, tecnicamente chiamati “strobili”, strutture a forma di cono, appunto, formate da particolari foglie trasformate (“brattee”) che a loro volta contengono i semi.

Naturalmente le dimensioni, le forme, la posizione dei coni differiscono da specie a specie.

Sono piante sempreverdi ad eccezione, alle nostre latitudini, del Larice (*Larix decidua*), che perde gli aghi in autunno.

Gli alberi sono prevalentemente a forma piramidale, anche di dimensioni notevoli o addirittura colossali, ma possono essere globosi o ad ombrello.

Ciò che dobbiamo analizzare per identificare una conifera sono alcuni caratteri facilmente osservabili e tipici della specie:

forma delle foglie (aghi)

forma dei coni: fiori e frutti

tipo di corteccia

dimensioni dell'albero

disposizione dei rami

ambiente: altitudine, latitudine, temperatura

Tra i tanti generi delle Pinacee, quello che più frequentemente incontriamo in Appennino è certamente il genere *Pinus*. Come abbiamo chiarito questo genere comprende moltissime specie che vegetano tra i monti, ma altre numerose ne incontriamo nelle fasce litoranee, di cui daremo una superficiale definizione perché sono tra le specie più comunemente confuse.

Pino nero (*Pinus nigra*)

Salendo a Campo Imperatore o percorrendo il sentiero che da sud sale al Velino, si incontrano vasti rimboschimenti di Pino nero (*Pinus nigra*).

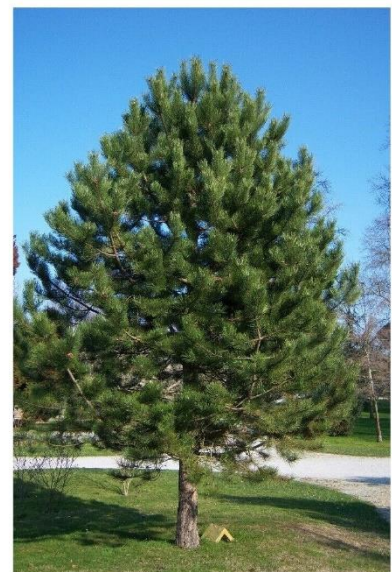
Questa specie, oltre ad avere un accrescimento piuttosto rapido si trova già in aree dell'Appennino centrale (PNLAM) e si riconosce dai seguenti caratteri:

foglie: sono aghi riuniti in mazzetti di due, lunghi dai 10 ai 20 centimetri;

strobili (coni): sono lunghi circa 12 cm e larghi 2-3 cm;

portamento: grossolanamente conico ma può avere una forma più espansa e forma boschi piuttosto fitti dove non è facile districarsi;

dimensioni: può raggiungere i 30 metri e più;



IMPRESSIONI DEI SOCI

habitat: ama i terreni asciutti, di tipi calcareo e lo possiamo trovare dalla collina fino ai 1500 metri s.l.m.

Una sottospecie del *Pinus nigra* è quello che vive sull'altopiano Silano, in particolare nella Riserva Naturale del Fallistro, che ospita "I Giganti della Sila". Si tratta di una varietà di pini che si è distinta in tempi remoti e chiamata



Pino laricio (*Pinus nigra laricio*), con esemplari ultracentenari che si innalzano fino a 45 metri.

Pino silvestre (*Pinus silvestris*)

È un albero molto diffuso nelle nostre montagne soprattutto al nord. Si differenzia da altre Pinacee per:

foglie: sono aghi riuniti in mazzetti di due e sono piuttosto corti, fino circa 5 cm. Hanno una forma ritorta che li rende inconfondibili;

strobili: sono delle pigne della lunghezza di 3-7 cm che, spesso in gruppi di due, pendono dagli steli con un corto picciolo. Si sviluppano dai fiori femminili di colore rossastro;

portamento: è un albero dalle dimensioni ragguardevoli, fino a 40 metri;

corteccia: alla base del tronco si presenta di colore rossastro.

Pino loricato (*Pinus leucodermis*)



Pini loricati sul Pollino

Vive in varie zone della penisola balcanica, ma è il simbolo del Parco del Pollino, dove prospera sulle creste dei monti anche sopra i 2000 metri. Gli esemplari di questo albero hanno una corteccia a placche che ricorda la 'lorica', corazza dei legionari romani. Sono alberi molto longevi e resistenti, per cui acquisiscono forme contorte deformate dal vento.

foglie: sono aghi lunghi circa 10 cm, riuniti in mazzetti di due;

strobili: di forma ovale, a grappoli di due, lunghi 7-9 cm;

portamento: grossolanamente piramidale ma molto contorto con l'età;

corteccia: a placche biancastre.

IMPRESSIONI DEI SOCI

Altri alberi del genere *Pinus*, pur non vivendo in zone elevate, sono molto frequenti anche nelle città e nelle zone litoranee. Si tratta del **Pino domestico (*Pinus pinea*)** e del **Pino marittimo (*Pinus pinaster*)**.

Il **Pino domestico** forma estese pinete litoranee, ha fusto corto ed estesa chioma vagamente ad ombrello. I rami, a differenza che nel pino marittimo, si staccano dal fusto ad angolo acuto. Gli aghi sono uniti in coppie e lunghi circa 20 cm. Gli strobili (pigne) rimangono attaccati al ramo fino a 36 mesi e si aprono a maturazione rilasciando i classici 'pinoli'.

Il **Pino marittimo** ha portamento più piramidale, con tronchi che nella parte bassa perdono gli aghi ma rimangono attaccati al fusto. I rami si biforcano dal tronco ad angolo retto. Ha aghi uniti in coppia e pigne coniche allungate, prima verdi poi marrone. È specie probabilmente non autoctona e molti impianti sono di origine umana anche se avvenuti in tempi molto remoti.

Pino cembro (*Pinus cembra*)

Quando andiamo in montagna, in particolare quando prendiamo una seggiovia che ci porta velocemente in alto, notiamo le diverse specie di alberi che crescono secondo l'altitudine. Nelle Dolomiti incontriamo dapprima il Peccio o Abete rosso (*Picea abies*), e in alto, prima delle praterie di altitudine incontriamo il Larice (*Larix decidua*). Nel mezzo troviamo il Pino cembro o Cirmolo (*Pinus cembra*). È l'unico rappresentante del genere *Pinus* che ha gli aghi, lunghi circa 5-8 cm, riuniti in mazzetti di 5. Le pigne, strobili di origine femminile, sono compatte e contengono i semi che la nocciolaia (*Nucifraga caryocatactes*) estrae e disperde lontano dove, se il terreno è adatto, germogliano.

Caratteristico è il suo legno profumato e molto utilizzati per lavori di intaglio e scultura.

Nel prossimo appuntamento descriveremo le caratteristiche di altre conifere di primaria importanza quali l'abete, il cedro, il larice e il cipresso.



Festa della Sezione

9° anniversario

Paolo Gentili

Domenica 30 giugno 2024, dopo una piccola escursione ad anello: Palombara-Castiglione-Strada di Casoli-Palombara, un nutrito gruppo di soci si è ritrovato a pranzo in agriturismo per festeggiare il nono anniversario della sezione di Monterotondo, la più giovane delle 19 nel Lazio e la terza per numero di iscritti, dopo Roma e Rieti, che hanno celebrato lo scorso anno rispettivamente 150 e 90 anni. Le ore sono trascorse in allegria tra sane conversazioni ai tavoli e vari intermezzi istituzionali.



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI MONTEROTONDO

FESTA DELLA SEZIONE 2024
NONO ANNIVERSARIO



DOMENICA 30 GIUGNO 2024
PRANZO NELL'AGRITURISMO IL MELOGRANO
VIA PALOMBARRESE 33 PALOMBARA SABINA (RM)

ATTIVITÀ PREVISTE
ESCURSIONE MOSTRA FOTOGRAFICA PROIEZIONE FOTO VIDEO KARAOKE



PRENOTAZIONI A MEZZO MODULO RICEVUTO VIA MAIL
INFO@CAIMONTEROTONDO.IT WWW.CAIMONTEROTONDO.IT

Uno degli intermezzi è stato un gioco in cui era in palio il libro “Montagne da vivere, Montagne da conoscere” pubblicato dal CAI. I partecipanti dovevano rispondere alla domanda: “Vado in montagna perché: ...”, condividendo pensieri e motivazioni del tutto personali e interessanti. Il libro se lo è aggiudicato Loredana, con il suo pensiero espresso in rima.

È stato poi il momento di apprezzare una piccola mostra fotografica con la presentazione di foto a tema libero inerenti all’ambiente montano, e un’esposizione di gadget artigianali “Segnali magnetici” opera del nostro socio Carlo.

La torta ha accompagnato la chiusura del pranzo, ma non della giornata, che si è protratta fino al pomeriggio sera a suon di musica e canto.

Arrivederci al prossimo anno, quando festeggeremo il decimo anniversario!

IMPRESSIONI DEI SOCI



Le Parole del Camminare

*Parole e pensieri in libertà,
evocati da un'escursione.*

“quando siete felici, fateci caso”
Titolo di un libro di Kurt Vonnegut

Quando penso al Camminare mi vengono in mente tante sensazioni, pensieri, riflessioni: insomma tante Parole

*Se vi piace l'idea delle Parole,
mandate alla Redazione i vostri
contributi e saranno selezionati per
la pubblicazione*

PAESAGGIO: Il "paesaggio" è una porzione di territorio come appare abbracciata dallo sguardo di un soggetto. Il termine è usato soprattutto per vedute caratterizzate da bellezze naturali o da interesse storico, artistico o ecologico. Da Wikipedia.

"Ai nostri giorni quasi ogni cosiddetto miglioramento a cui l'uomo possa por mano, come la costruzione di case e l'abbattimento di foreste e alberi secolari, perverte in modo irrimediabile il paesaggio e lo rende sempre più addomesticato e banale."

Henry David Thoreau

Henry David Thoreau nato il 12 Luglio 1817 a Concord, nel Massachusetts, è stato un filosofo, scrittore e poeta statunitense, precursore dell'ambientalismo e della nonviolenza. Meglio conosciuto per il suo capolavoro, "Walden" La vita nei boschi).

PASSI NELLA NATURA: IL MIO PRIMO CAMMINO

TERZA PARTE

Nadia Procesi



Questa ultima parte del cammino di San Benedetto penso sia stata la più toccante per le emozioni che ho provato, e cercherò di raccontarne i momenti salienti.

Terminata ad aprile la seconda tranches, immagino di poter portare a termine le tappe rimaste ad agosto. Nel frattempo appena posso vado a fare trekking, cercando il più possibile di imparare segnaletiche e cartine, e facendo domande ai più esperti. Seguo anche il corso base di escursionismo presso il CAI di Monterotondo di cui tutt'oggi faccio parte, acquisendo altre nozioni che mi serviranno anche in futuro.

Ho deciso di partire il 20 agosto 2019, con l'aiuto del mio compagno di cammini. Per mia fortuna sarà lui a pensare alla parte più antipatica, come trovare B&B e orari dei mezzi per arrivare e ritornare. Certamente il periodo non è proprio il top. Con quel poco di esperienza che ho acquisito mi sento un po' più sicura; inoltre ho preso più confidenza con una applicazione consigliata per seguire le tracce.



Arrivo a Norcia con il bus, e vedendo l'abbazia e metà abitato devastati dal terremoto del 2016 mi sale un'ansia terribile: non oso immaginare l'esperienza devastante e tragica che hanno vissuto queste persone. In pochi minuti la loro vita è stata sconvolta. Mi soffermo a pensare in che stato d'animo possano trovarsi. E se fosse successo a me? Devo ammettere che qualche lacrima mi è uscita, specialmente passando accanto a tutte quelle casette mobili, dove ora abita chi una casa non l'ha più. Piano piano, camminando, mi lascio dietro tutte quelle sensazioni e incomincio ad entrare nello spirito del viaggio. Questa è una parte ricca di forti emozioni a cui mi riferivo in precedenza, che si rifanno al luogo di per sé.

La prima tappa finisce a Cascia. Visito il convento e il paese. La mattina si riparte passando per Roccaporena, il paese dove è nata Santa Rita, per poi raggiungere il sacro scoglio, che si affaccia su un suggestivo sperone roccioso. In quel punto la leggenda vuole che siano ancora impresse e visibili le impronte delle ginocchia e dei gomiti della Santa in preghiera. Si devono salire trecento gradini e il caldo incomincia a farsi sentire. Ora mi aspetta un bel tratto di strada asfaltata sotto il sole e per di più in salita. Per fortuna alla fine troviamo una fontana che ci permette di dissetarci

I TREKKING CAI

e rinfrescarci. Dunque si riempiono le borracce e si prosegue con qualche tratto d'ombra. Ogni tanto, anzi molto spesso, cammino con la guida in mano per non sbagliare e rischiare di dover tornare indietro. Con queste temperature anche un piccolo tratto in più risulta pesante. Arriviamo a Monteleone di Spoleto dove ci accoglie Roberto. Chiacchieriamo un po' e ci dice che davanti a noi c'è una coppia che sta facendo il Cammino. La particolarità è che una di queste persone, chiamata Maurizio, fa il percorso con la handbike, cioè quelle bici che adoperano le persone che non possono usare le gambe. Invece, la sua compagna percorre il sentiero a piedi. Incontro la coppia a Leonessa, dove purtroppo hanno problemi per dormire poiché non trovano una struttura adeguata. In seguito, ci prendiamo un caffè tutti insieme, mentre racconta che da giovane a causa di un incidente stradale aveva perso l'uso delle gambe. Aveva scoperto questa disciplina, e cercava, attraverso un'associazione, di far conoscere alla maggior parte di persone questa realtà anche percorrendo un cammino. Può sembrare la solita frase fatta, ma con questi incontri ti rendi conto di quanto si è veramente fortunati. Nel paese fa molto caldo però, leggendo la guida, scopriamo che la tappa successiva, da Leonessa a Poggio Bustone, si svolgerà quasi interamente nel bosco, anche se il tratto da seguire è prevalentemente in salita. La prima parte la percorriamo con un po' di pioggia, ma poi per fortuna smette. Finito il bosco si arriva ai bellissimi prati di San Bartolomeo, incrociando uno dei cippi di confine tra lo Stato della Chiesa e il Regno delle due Sicilie. In quella zona ce ne sono parecchi. Mentre cammino, osservo le cime che mi circondano cercando di indovinare i loro nomi, ma siccome sono ancora molto inesperta, consultando la guida a malapena riesco a capire dove sono.



In futuro però, molte di quelle cime che allora mi sembravano così impervie, saranno da me salite senza problemi. Arriviamo a Poggio Bustone (il paese dove è nato Lucio Battisti). Passiamo per il santuario di San Giacomo.

L'ultima tappa è da Poggio Bustone a Rieti. Appena partita, incontro due camminatori toscani. Naturalmente, sono pochissime le persone che ho incontrato su questo cammino. Sarà forse stata una mia impressione, ma mi sembrano tutti camminatori più esperti di me, e sempre più veloci. Immaginavo che stessero facendo il cammino di San Benedetto, invece mi rivelano che da lì parte il cammino "Con

le Ali ai Piedi" e che ne avrebbero fatto alcune tappe. Chiedo tutte le informazioni possibili, come mio solito, e penso che sarà un cammino difficile, che non potrò farlo mai. Invece, dopo qualche anno ne percorrerò le tappe. Facciamo quindi un tratto fino a Cantalice insieme, poi noi seguiamo per Rieti. Prendo il bus un po' stanca, ma contenta di averlo finito. Una volta arrivata a casa attacco sul mio zaino lo scudetto che avevo preso ad Orvinio, testimone di aver percorso tutte le tappe del Cammino di San Benedetto. Ripongo la guida sul mio comodino dove sta ancora.



Un grazie va a tutte le persone che ho incontrato e a chi ha fatto il cammino con me.

Aldo Mancini



GLI ACRONIMI DEL CAI

Frequentemente, all'interno del CAI, nelle comunicazioni fra i Soci che rivestono cariche istituzionali o tecniche ed anche nella stampa ufficiale, si usano sigle incomprensibili ai semplici Soci.

Con questa rubrica proseguiamo il percorso informativo, iniziato con il primo numero de "Il Ginepro", al fine di fornire al lettore la giusta chiave di lettura di questi acronimi dandone nel contempo e dove possibile, anche informazioni storiche e culturali.

Le informazioni non verranno date in stretto ordine alfabetico ma in ordine sparso, cosicché la curiosità del lettore rimanga sempre viva.

Quindi vediamo cosa si intende per:

IS	Istruttore di Speleologia	Un Istruttore di Speleologia CAI è un professionista qualificato nel campo della speleologia, responsabile di guidare e istruire gli altri nell'esplorazione sicura e consapevole di grotte e cavità sotterranee. Questi istruttori sono formati per condurre escursioni speleologiche, insegnare tecniche di sicurezza, fornire conoscenze sulle formazioni geologiche e sulle peculiarità degli ambienti sotterranei. Sono in grado di adattare le loro lezioni e le loro guide in base al livello di esperienza e alla capacità dei partecipanti, garantendo un'esperienza educativa e avventurosa nel rispetto dell'ambiente e della sicurezza.
-----------	---------------------------	---

CN	Congresso Nazionale	<p>Il Congresso Nazionale (CN) è regolamentato nel TITOLO III - CAPO II - Art. 24 del Regolamento Generale del CAI.</p> <p>1. Il congresso nazionale del sodalizio deve essere dedicato al dibattito di temi di attualità attinenti alle finalità istituzionali. Viene proposto dal PG, approvato dal CC e organizzato dalla sezione autorizzata dal CC stesso.</p> <p>2. Gli scopi, l'epoca e il programma di massima del congresso nazionale sono comunicati alla sezione organizzatrice dal CC.</p>
GSS	Gruppo Sezionale Seniores	<p>Il CAI con i suoi Gruppi escursionistici sezionali Seniores offre ai soci anziani o Seniores l'opportunità di vivere un'esperienza organizzata all'aria aperta in ambiente montano, facendo un'attività escursionistica commisurata alle loro capacità fisiche e al loro bisogno di stare assieme come in una piccola comunità. Le escursioni organizzate dai Gruppi sezionali Seniores, integrate pienamente nei programmi della sezione, sono condotte da coordinatori di escursione sensibili alle esigenze di questi Gruppi.</p> <p>Attualmente i Gruppi Seniores sono presenti numerosi nelle sezioni, in costante ascesa nelle sezioni in tutto il territorio nazionale e in due realtà, come la Lombardia e l'area Veneta Friulano Giuliana, sono rappresentate presso gli Organi Tecnici Territoriali.</p> <p>La filosofia dei Gruppi Seniores si può sintetizzare nel motto "slow & soft".</p>



5. Punto 5 Impianti industriali, cave, miniere, prelievi fluviali, sfruttamento del suolo, impianti idroelettrici - Ginepro 17 febbraio 2022;
6. Punto 6 Politica venatoria - Il Ginepro 18 Aprile 2022;
7. Punto 7 Fonti di energia rinnovabile - Il Ginepro n° 21 - ottobre 2022;
8. Punto 8 Terre alte: attività umana e agricoltura di montagna - Il Ginepro n° 22 - Dicembre 2022;
9. Punto 9 Cambiamenti climatici: Il Ginepro n° 23 - Febbraio 2023;
10. Punto 10 Politiche per la Montagna, convenzioni, ecc: Il Ginepro n° 24 - Aprile 2023;
11. Punto 11 Rifugi, Bivacchi, Capanne e Sedi Sociali: Il Ginepro n° 25 Giugno 2023;
12. Punto 12 Sentieri, sentieri attrezzati e vie ferrate: Il Ginepro n° 26 - Agosto 2023;
13. Punto 13 Alpinismo e Arrampicata: Il Ginepro n° 27 - Ottobre 2023;
14. Punto 14 Scialpinismo ed escursionismo invernale: Il Ginepro n° 29 - Febbraio 2024;
15. Punto 15 Scialpinismo e altre attività praticate in forma competitiva: Il Ginepro n° 30 - Aprile 2024.

Con questo numero de “Il Ginepro” si prosegue l’analisi della seconda parte del Bidecalogo, che riguarda la politica di autodisciplina del CAI, relativa all’argomento Scialpinismo e altre attività praticate in forma competitiva.

PARTE SECONDA POLITICA DI AUTODISCIPLINA DEL CAI

BIDECALOGO PUNTO 16



ESCURSIONISMO E CICLOESCURSIONISMO

L’escursionismo è l’attività certamente più praticata in seno al CAI, e non solo.

Tale attività inoltre coinvolge un numero sempre più grande di persone, molto spesso autodidatte, che in forma individuale e/o organizzata frequentano i sentieri di montagna e le strutture (rifugi) di appoggio, un tempo dedicate quasi esclusivamente agli alpinisti.

L’impatto sull’ambiente di un numero di persone sempre maggiore rasenta il limite della insopportabilità per il fragile ecosistema montano, specie in certi periodi dell’anno e in certe zone. Alcuni sentieri di accesso, un tempo larghi tanto da consentire il passaggio di un solo uomo, hanno raggiunto oggi dimensioni di strade a doppia carreggiata a causa dei continui tagli e scorciatoie. Ciò è causato dal fatto che molti escursionisti non sono in possesso delle pur minime conoscenze non solo per la propria e altrui sicurezza, ma anche del delicato e meraviglioso ambiente in cui si muovono.

Ultimamente, inoltre, è diventato molto di moda percorrere i sentieri e le strade forestali di montagna con la bicicletta.

L’evoluzione tecnica della bicicletta consente di percorrere i sentieri e le strade forestali di montagna con la

mountain bike. Conseguentemente il numero dei frequentatori dei sentieri con tale strumento è in costante aumento; l’utilizzo non corretto del mezzo o con finalità diverse da quelle escursionistiche crea non pochi problemi sia per la compresenza con gli escursionisti sia per i danni sul terreno. Inoltre, mentre il CAI è favorevole alla attività di ciclo escursionismo perché pratica di mobilità dolce e di scoperta della montagna, rifiuta, invece, la pratica del downhill in quanto dannoso per l’ambiente naturale e perché non rispondente ai principi di scoperta dell’ambiente naturale e di godimento del paesaggio.

LA NOSTRA POSIZIONE

Va ribadito, comunque, da parte del CAI, che trascorrere anche solo poche ore all’aria aperta, a contatto con la natura, impegnati in una sana attività fisica, anche modesta, contribuisce al ristoro psicofisico dell’uomo. Pertanto tali attività sono certamente da promuovere e da incentivare.

Il CAI, attraverso i propri Organi Tecnici, Centrali, Territoriali e Sezionali, è impegnato in una costante opera di formazione, non solo tecnica ma anche di educazione ambientale.

PILLOLE DI CAI

In particolare le conoscenze in tema di tutela dell'ambiente, di salvaguardia della flora e della fauna, e di rispetto delle aree protette, costituiscono parte fondamentale della Base Culturale Comune, non solo per chi pratica esclusivamente l'escursionismo e/o il ciclo escursionismo, ma, alla pari, per tutte le attività istituzionali del Sodalizio.

IL NOSTRO IMPEGNO

Valgono qui le stesse regole di autodisciplina previste per l'escursionismo invernale, con gli sci o con le racchette da neve, praticato sia individualmente che in gruppi organizzati.

Più in particolare si chiederà ai propri soci, e ad ogni altro escursionista, che, percorrendo i sentieri, siano evitate scorciatoie sui terreni non rocciosi per diminuire gli effetti del dilavamento delle acque e prevenire i dissesti del suolo.

Gli escursionisti, durante l'attività, si impegneranno a non abbandonare i sentieri tracciati, ad evitare i rumori inutili, in particolare nell'attraversamento di aree protette o biotopi. Nelle gite organizzate, gli accompagnatori valuteranno, preventivamente, la capacità di carico antropico degli ambienti attraversati.

Ai ciclo-escursionisti, sia nella pratica individuale sia nelle attività sociali, si chiede il rispetto delle norme e comportamenti inerenti alla tutela dell'ambiente naturale.

Particolare cura sarà posta nella rimozione dei rifiuti, compresi, nei limiti del possibile, quelli abbandonati da altri.

Durante i pernottamenti nei rifugi dovrà essere osservato scrupolosamente il regolamento, evitando inquinamenti acustici e luminosi, anche, e soprattutto, all'esterno della struttura.

Occorrerà, inoltre, sensibilizzare le Sezioni ed i soci, nell'ambito della organizzazione e durante lo svolgimento delle attività, tanto estive, quanto invernali, che prevedano spostamenti, all'utilizzo dei mezzi pubblici e/o collettivi di trasporto, ove possibile, al fine di dare un significativo contributo alla riduzione del traffico o, comunque, per essere di esempio per gli altri utenti.



Autore: Enrico Camanni

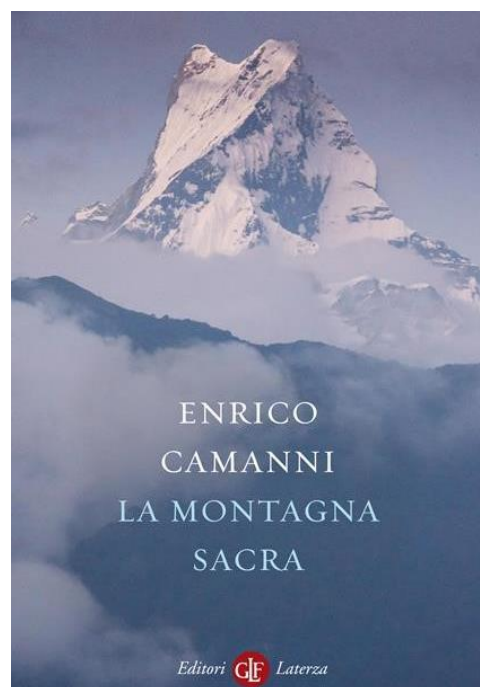
Editore: Laterza

Pubblicato: 2024

In commercio da: aprile 2024

Formato: 192 p. broccura

Ean: 9788858154175



Sulla copertina di questo libro compare una famosa montagna Himalayana, il *Machapuchare*, conosciuta perché la sua vetta non è mai stata calcata da piede umano. È la “Montagna sacra” per eccellenza, come il Kailash in Tibet, dal bacino del quale nascono i tre grandi fiumi della regione himalayana: l’Indo, il Bramaputra e il Gange.

Attraverso esempi di luoghi ritenuti sacri o degni di un qualche riservatezza o protezione, Camanni si chiede se anche da noi abbia senso identificare un monte che non possa essere salito. Cos’è la sacralità di un luogo, di una idea, di un momento? Questo concetto secondo l’autore travalica la religione, è assolutamente laico, ma può instillare nei frequentatori il senso di rispetto per qualcosa che tutti vogliamo ritenere o ci siamo imposti di ritenere ‘sacro’ al di là dello sport, della prestazione, del momento di fuga.

Questa idea, della sacralità di un luogo, si sposa con la necessità di proteggere una natura troppo usata, che proprio perché salvaguardata viene più spesso e con modalità diverse frequentata. La proposta è nata in occasione del centesimo anniversario di fondazione del Parco del Gran Paradiso e dopo l’esplosione di escursionisti, alpinisti, ciclisti che si sono riversati in montagna a seguito del confinamento richiesto dalla pandemia. In quella circostanza chi era più libero erano proprio gli animali e questa considerazione ha sollecitato una riflessione sull’impatto che l’uomo, in mille forme, esercita sulla natura e la montagna in particolare. Il monte scelto per questa idea, sicuramente originale, è il Monveso di Forzo (3322 m) a cavallo tra i versanti piemontese e aostano del Parco del Gran Paradiso. L’idea non prevede barriere, controlli, sanzioni per chi non voglia rispettare questo suggerimento. È appunto solo una idea che sollecita un ripensamento di qualche nostro comportamento. Ci sono e ci saranno strenue opposizioni, addirittura sarcasmo, ma l’approfondimento proposto dall’autore merita certamente una attenta lettura.



SCATTI D'ALTURA: LA FOTOGRAFIA DI MONTAGNA NEL CLUB ALPINO ITALIANO

Paolo Gentili

La bellezza delle montagne italiane non risiede solo nei loro paesaggi mozzafiato e nelle sfide che offrono agli alpinisti, ma anche nelle immagini catturate da talentuosi fotografi che riescono a immortalare la maestosità e la magia di questi luoghi. Il fascino della fotografia di montagna, come forma d'arte che cattura la grandiosità e la bellezza selvaggia delle alte quote, è quindi indiscusso, ma la sua importanza nel documentare e promuovere la bellezza e la conservazione delle aree montane lo è ancor di più. Ogni scatto rappresenta non solo un momento congelato nel tempo, ma anche l'essenza dell'esperienza vissuta tra vette e vallate. Per i fotografi di montagna, la sfida non è solo tecnica, ma anche fisica ed emotiva: portare l'attrezzatura fotografica in ambienti ostili, attendere pazientemente la luce perfetta e cogliere quei momenti fugaci che raccontano la storia della natura incontaminata. La fotografia di montagna ha il potere di trasmettere emozioni intense e di far sentire chi osserva parte di quei paesaggi mozzafiato, stimolando il desiderio di avventura e di connessione con la natura.

In questo articolo, esploreremo la storia della fotografia di montagna in Italia e il ruolo del CAI nella promozione di questa forma d'arte, anche per mezzo del lavoro di alcuni fotografi di montagna, membri del Club Alpino Italiano (CAI), che attraverso i loro scatti raccontano storie di avventura, natura e passione, evidenziando sia gli aspetti tecnici ed emozionali che il ruolo storico e culturale del CAI in questa disciplina.

In Italia, la fotografia di montagna ha radici profonde, risalenti ai primi esploratori e alpinisti che documentavano le loro imprese. Il Club Alpino Italiano, fondato nel 1863, ha giocato un ruolo cruciale nel promuovere e valorizzare questa disciplina. Attraverso le sue pubblicazioni, mostre e concorsi, il CAI ha sostenuto generazioni di fotografi, incoraggiandoli a esplorare e documentare le Alpi, gli Appennini e altre catene montuose italiane. Le immagini raccolte nel corso degli anni non solo celebrano le conquiste alpinistiche, ma testimoniano anche i cambiamenti ambientali e climatici, offrendo uno strumento prezioso per la conservazione e la protezione dei nostri paesaggi montani.



Vittorio Sella - Dalla Punta Dufour - Monte Rosa

Tra i fotografi più noti che hanno contribuito a questa tradizione, possiamo citare Vittorio Sella (nipote del fondatore del Sodalizio Quintino Sella), un pioniere della fotografia di montagna che ha documentato le Alpi, il Caucaso e l'Himalaya alla fine del XIX e all'inizio del XX secolo. Sella è ancora ricordato come forse il più grande fotografo di montagna di tutti i tempi. Il suo nome è sinonimo di perfezione tecnica e raffinatezza estetica. Le sue immagini non solo hanno immortalato paesaggi incredibili, ma hanno anche fornito importanti dati geologici e geografici. Un altro esempio contemporaneo è Marco Milani, un membro attivo del CAI che attraverso i suoi scatti ha saputo catturare la bellezza delle Dolomiti, evidenziando l'importanza della conservazione di questi luoghi unici. In lui tutto è nato dall'incontro tra due passioni dominanti, l'alpinismo e la fotografia, che si sono fuse e hanno dato origine a una professione a tempo pieno.



Marco Milani - Dolomiti di Brenta dal Rifugio Segantini - Trento

Infine, possiamo menzionare Fabiano Ventura, che con il suo progetto "On the Trails of the Glaciers" sta documentando il cambiamento climatico confrontando fotografie storiche con nuove immagini delle stesse località.



Fabiano Ventura - Il fotografo dei Ghiacciai

Questi esempi illustrano come la fotografia di montagna non sia solo un'arte visiva, ma anche uno strumento potente per la scienza e la conservazione ambientale, rafforzando il ruolo fondamentale del CAI in questa tradizione. Come ha fatto ad esempio, nel corso dei lavori dell'Assemblea nazionale dei Delegati dello scorso anno, lanciando il concorso fotografico "*Le donne muovono le montagne*", dedicato al ruolo delle donne nello sviluppo delle comunità montane e nella tutela delle risorse naturali. La giuria che ha valutato i lavori era composta dai fotografi Roberto Moiola e Alessia Bortolameotti, dalla Direttrice del Museo Nazionale della Montagna Daniela Berta, dalla Direttrice del Trento Film Festival Luana Bisesti e dal fotografo e componente del Centro di cinematografia e cineteca del Cai Michele Ambrogi. Il concorso ha visto 692 partecipanti, con 988 fotografie divise in tre categorie: "Frequentazione della montagna",



Fabio De Villa Palù - 3° premio Categoria Frequentazione della Montagna



Luciano Casagrande - 1° premio categoria Società e Cultura delle terre Alte

"Società e cultura delle Terre alte" (foto singole) e "Una storia al femminile" (reportage da sei foto).



Marta Corrà - 2° Premio Categoria Una Storia al femminile

Nel nostro piccolo e mia grande soddisfazione, anche all'interno della nostra associazione, organizziamo mostre fotografiche, in abbinamento all'annuale Festa della sezione. Quest'anno, il tema era totalmente libero ma legato certamente all'ambiente montano, mentre lo scorso anno la mostra riprendeva come tema lo slogan lanciato dal CAI nell'assemblea nazionale di Biella: VIVILA - CONOSCILA - RISPETTALA. Questi eventi non solo celebrano il talento dei nostri membri, ma offrono anche un'occasione preziosa per condividere esperienze e ispirare nuovi progetti fotografici. Invito quindi tutti i soci a partecipare attivamente, contribuendo con le loro opere a queste iniziative e mantenendo viva la tradizione di esplorazione e documentazione delle meraviglie naturali e della biodiversità delle nostre montagne.

Zapping

Qualche link suggerito da visitare:

✓ E poi i nostri siti istituzionali e altro d'interesse per le nostre escursioni:

I siti del e **CAI Italia** del **CAI Lazio** non possono mancare e non si può avere un esordio diverso. Esistono anche le corrispondenti pagine Facebook.

- Sito WEB: <http://www.caimonterotondo.it/> e pagine FB: “CAI Sezione di Monterotondo” e “GRUPPO ESCURSIONISMO CAI MONTEROTONDO”
- Sito WEB: <https://www.cai.it/> e pagina FB: “CAI - Club Alpino Italiano Official Group”
- Sito WEB: <https://www.cailazio.org> e pagina FB “CAI Lazio”

Per la sentieristica:

- <http://www.caimonterotondo.it/category/il-ginepro/>
- <https://www.aiptoc.it/turismo-davventura-calcolo-dei-tempi-di-percorrenza-dei-sentieri-escursionistici-il-metodo-brasiliano/>
- <http://www.caimonterotondo.it/category/eventi/escur/prossima-escursione/>
- <https://hiking.waymarkedtrails.org>
- <https://www.locusmap.app/>

Siamo tutti invitati ad iscriverci alla newsletter del CAI Nazionale per avere evidenza delle Iniziative delle altre Sezioni

PROSSIME ESCURSIONI



PROSSIME ESCURSIONI

Ed ecco l'elenco delle prossime escursioni, che, come sempre, saranno poi illustrate nei dettagli in prossimità della data prevista per la loro effettuazione, attraverso i soliti canali: la posta elettronica, il nostro sito web, le comunicazioni sui social WhatsApp e Facebook.

LUGLIO 2024

SABATO 6 DOMENICA 7 Gara di orienteering in notturna a Pratarelle di Orvinio (RI)

DOMENICA 14 Monte Intermesoli e Pizzo Cefalone - disl. 1304 m - diff. EE

SABATO 20 DOMENICA 21 Notturna al Corno Grande per Direttissima - PN Gran Sasso /Laga disl. 800m - diff. EE

DOMENICA 28 Murolungo - Gruppo Velino Sirente - disl. 1243 m - diff. EE

AGOSTO 2024

SABATO 3 Ferrata Ricci - PN Gran Sasso/Laga - diff. EEA

DOMENICA 4 Monte Pizzitello e Pizzo di Sevo - PN Gran Sasso/Laga - Disl. 1050 - diff. E

Mercoledì 28 Monte Terminillo- Monti Reatini - Disl. 550 - diff. EE

Per maggiori dettagli consultare Il programma 2024 edito dalla Sezione