



Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga
CE.D.A.P. - CENTRO DOCUMENTAZIONE AREE PROTETTE
POLO PER LA DIDATTICA AMBIENTALE – PUNTO INFORMATIVO DEL PARCO
Palazzo Patrizi - via Beretra, 1 – 64046 Montorio al Vomano (TE)
Tel. **0861.501049** Fax **0861.500204** e-mail: cedap@gransassolagapark.it



in escursione con il Club Alpino Italiano

Nel Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga

*Un ricco programma di attività del Cai per promuovere la scoperta naturalistica e storico-culturale degli ambienti del Parco. Paesi, valli, creste e vette percorsi da sentieri che, insieme al Cai, avvicinano in sicurezza ed amicizia alla montagna. Ambienti da attraversare senza lasciare traccia del passaggio (**progetto montagna pulita.**)*

LUGLIO 2005

2-3 luglio

EE. Sentiero P.G. Frassati

CAI Penne

3 luglio

EE. Pizzo Camarda - dalla Valle del Chiarino

CAI Ascoli Piceno

E. Valle del Chiarino

CAI Castelli

9 - 10 luglio

EE Minitrekking nei Monti della Laga

CAI Ascoli Piceno



Centro di Educazione
Ambientale "gli aquilotti"

10 luglio

E. Monte di Mezzo

CAI Amatrice

EE. Monte San Gabriele

CAI Isola del Gran Sasso

EE. Monte Prena – (dalla miniera di bauxite)

CAI L'Aquila

T. Rifugio Fonte Vetica

CAI Loreto Aprutino

E. Fondo della Salsa

CAI Penne - Farindola

17 luglio

EE. Ghiacciaio del Calderone

F. – **Speleologia** - Visita al ramo sub-orizzontale della Grotta Fredda

CAI Ascoli Piceno

E. Casale S.Nicola (Eremo di S.Nicola - base del Paretone)

CAI Castelli

EE. Dente del Lupo

CAI L'Aquila

24 luglio

EE. Monte Corvo – dalla Valle del Chiarino

CAI Amatrice

EE. Gole del Garrafo

CAI Ascoli Piceno

E. Valle Della Fossaceca

CAI Isola del Gran Sasso

EEA. Il Sentiero Ventricini

CAI L'Aquila

E. dalla Madonnina alla Vetta Occidentale del Corno Grande

EE Anello del Monte Corno

CAI Teramo

31 luglio

EE. Anello di Monte Ienca

T. Madonnina degli Alpini o della neve

CAI L'Aquila

EE. Monte Corvo

CAI Loreto Aprutino - CAI Arsita

AGOSTO 2005

6 agosto

E. Monte Coppe

CAI Castelli

EE. Corno Grande – via Normale

CAI L'Aquila

6- 7 agosto

Da Poggio Picenze a S. Gabriele

CAI L'Aquila

7 agosto

E. Monte Coppe (1887 m)

CAI Arsita

T. X edizione “Camminarmangiando” (con Associazione Vivifarindola)

CAI Farindola

E. Escursione rifugio Santa Pupa

CAI L'Aquila

EE. Notturna al Monte Camicia

Tradizionale Fiaccolata

CAI Penne

13 agosto

E. Lago di Pagliara

CAI Castelli

14 agosto

EE. Ghiacciaio del Calderone

CAI L'Aquila

E. Notturna al Voltigno

Le stelle del CAI

CAI Penne

28 agosto

EE. Gli Eremi di San Franco sul Gran Sasso

CAI L'Aquila

E./EE. Anello di Campotosto e del Monte di Mezzo

CAI Teramo



Per informazioni dal Club Alpino Italiano

Cai Regione Abruzzo

Tel. e Fax 0871.331882

e-mail: eudimarzio@tiscali.it

Cai - Cea "gli aquilotti"

Tel. e Fax 0861.328451

339.7459870

e-mail: caicea.aquilotti@tiscali.it

Cai Amatrice

Tel 0746.826578

Cai Arsita

Tel. 0861.995362 – 360.763711

Cai Ascoli Piceno

**CORPO NAZIONALE SOCCORSO
ALPINO E SPELEOLOGICO - ABRUZZO**

In tutta la Regione Abruzzo per avere
informazioni, oppure per emergenze in
montagna, in grotta o ambienti impervi
chiamare il

numero verde **800-258239**

Numero unico di emergenza sanitaria
Soccorso – Soccorso Alpino

118

Tel. 349.8761126
e-mail: caiascoli@libero.it

Cai Farindola
Tel. 329.6922291
e-mail : caifarindola@yahoo.it

Cai Isola del Gran Sasso
Tel. 339.8425658
e-mail : silviodieleonora@libero.it

Cai L'Aquila
Tel. 0862.24342
www.cailaquila.it

Cai Loreto Aprutino
Tel. 338.8785531

Cai Penne
Tel. e Fax 085.8270151
e-mail : sezione@caipenne.it
www.caipenne.it

Cai Teramo
Tel. e Fax 0861.245262
e-mail: cai_teramo@virgilio.it



IN MONTAGNA CON IL CLUB ALPINO ITALIANO
SICUREZZA, SIMPATIA E AMORE PER LA NATURA



*La presenza in montagna, a qualunque livello di frequentazione, è importante che sia accompagnata da norme non necessariamente imposte, ma acquisite con la crescita individuale dell'etica alpinistica e dei comportamenti rispettosi degli ambienti attraversati. Elenchiamo pertanto alcune **autoregole** fondamentali affinché ogni escursione si svolga nel migliore dei modi nel rispetto degli ambienti percorsi senza lasciare segni del passaggio (**progetto montagna pulita**)*



- Nello scegliere l'itinerario valuta attentamente difficoltà e durata.
- Porta sempre con te: carta dei sentieri, scheda del percorso, bussola, altimetro, binocolo e macchina fotografica.
- Comunica a parenti, amici e punti informativi del Parco il percorso e la meta dell'escursione.
- Segui la segnaletica e non abbandonare il sentiero; attenzione ai pendii erbosi, specie se bagnati.

- Considera che in montagna il clima varia con facilità. In relazione alla stagione scegli l'abbigliamento idoneo.
- In caso di temporale, allontanati da: cime, creste, alberi e croci di ferro.
- La nebbia è comune in montagna; non avventurarti, ma cerca un ricovero per fermarti.
- Non sporgerti mai dai pendii ripidi e dai precipizi.
- Non lasciare mai segni del tuo passaggio.
- Rispetta la natura (non prelevare esemplari di flora né campioni geologici ma anche oggetti testimonianti beni storico-culturali, usi, costumi e tradizioni locali)
- Rispetta i regolamenti del Parco e segnala le infrazioni alle Guardie del Parco (agenti CTA- CFS)



Montagna pulita: progetto di Sensibilizzazione Ambientale tra Parco, Club Alpino Italiano Abruzzo - Centro di Educazione Ambientale "gli aquilotti" e Regione Abruzzo, Assessorato

all'Ambiente. La proposta promuove conservazione e qualità dell'ambiente favorendo la frequentazione culturale ed escursionistica delle aree protette così da attivare anche un vivace turismo sostenibile. L'intervento è mirato al Distretto "Strada Maestra", dalla Riserva Fiume Vomano, lungo l'omonimo corso d'acqua, tra Gran Sasso e Laga per raggiungere la sommità delle montagne, interessando il Distretto "Valle Siciliana", i rifugi in quota ed il Distretto "Alte Vette".
