



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI APRILIA APS-ETS

“dal 1963 davanti ai tuoi passi”



PROGRAMMA 2025





Presidente
ROCCA Roberto

Soci della Sezione nell'anno 2024

Ordinari		n.	170
Familiari		n.	70
Giovani	(da 0 a 25 anni)	n.	18
TOTALE SOCI		n.	258

La nostra associazione

Club Alpino Italiano Sezione di Aprilia
Associazione di Promozione Sociale (APS)
Ente del Terzo Settore (ETS)

Iscritta al (RUNTS) in data 01/08/2022

C.F. 91121850597

Indirizzo sede

Via Carlo Cattaneo 2 – 04011 Aprilia (LT)

Indirizzo segreteria:

Via Muzio Clementi 49 – 04011 Aprilia (LT)

Per informazioni:

per telefono **392 6419503** o presso la segreteria,

il Mercoledì e Venerdì dalle 18:00 alle 19:30;

per email: info@caiaprilia.com;

sul sito: www.caiaprilia.com.



www.caiaprilia.com



info@caiaprilia.com



CAI-Sezione di Aprilia



Coro CAI Aprilia



[cai_sezionediaprilia](https://www.instagram.com/cai_sezionediaprilia)



Consiglio Direttivo

ROCCA Roberto	<i>Presidente</i>	348 2621937
MASSOTTI Ezio	<i>Vice Presidente</i>	338 4607364
CANDELINI Luigi	<i>Tesoriere</i>	328 1044235
BRUGNARA Giancarlo	<i>Consigliere</i>	335 7625353
DEGLI SCHIAVI Paolo	<i>Consigliere</i>	339 7715669
ROSSI Renzo	<i>Consigliere</i>	338 8501954
PICA Marina	<i>Consigliere</i>	339 6497517

Segreteria

FIORAVANTI Francesca		349 8549817
----------------------	--	-------------

Collegio Revisore dei Conti

LECCE Franco	<i>Presidente</i>	347 3544153
ALESSANDRINI Andrea	Revisore	349 1233878
RETTAROLI Roberto	Revisore	333 2053103

Ufficio Stampa

MASSOTTI Ezio		338 4607364
---------------	--	-------------

Social

FINOTTI Elena		349 3198160
FIORAVANTI Francesca		349 8549817

Commissione Escursionismo

PICA Marina	<i>Presidente</i>	339 6497517
ALESSANDRINI Andrea	<i>Vice Presidente</i>	349 1233878
DEGLI SCHIAVI Paolo		339 7715669
ROSSI Renzo		338 8501954
MASSOTTI Ezio		338 4607364
FISCHIONE Paolo		347 6595010
VETTORETTI Marzia		333 9945539



Accompagnatori

CIAVAGLIA Silvano	ANE	339 7834345
BRUGNARA Giancarlo	AE EAI EEA	335 7625353
ROCCA Roberto	AE EAI	348 2621937
FISCHIONE Paolo	AE	347 6595010
PICA Marina	AE	339 6497517
DEGLI SCHIAVI Paolo	ASE	339 7715669
LIOTTA Paolo Antonio	ASE	393 7095212
MASSOTTI Ezio	ASE	338 4607364
ALESSANDRINI Andrea	DdE	349 1233878
BALENA Pietro	DdE	340 5051646
CANDELINI Luigi	DdE	328 1044235
LECCE Franco	DdE	347 3544153
TIRONE Antonio	DdE	347 7268466
PRESCIUTTI Francesco	DdE	338 7289039
VETTORETTI Marzia	DdE	333 9945539
VIANELLO Marco	ADdE	331 3690354
FIORAVANTI Francesca	ADdE	349 8549817
GASPARINI Damiano	TAM	347 8955471

Gruppo Seniores

MASSOTTI Ezio	338 4607364
BERTOZZI Mirca	340 5674196

Gruppo Giovani

FIORAVANTI Francesca	349 8549817
----------------------	-------------

Family CAI

ROCCA Roberto	348 2621937
DEGLI SCHIAVI Paolo	339 7715669
CICCARELLO Diego	339 2868643
URSINI Carolina	333 8304778

Commissione Sentieri

CANDELINI Luigi	Presidente	328 1044235
BRUGNARA Giancarlo		335 7625353
LIOTTA Paolo Antonio		393 7095212
LECCE Franco		347 3544153
BALENA Pietro		340 5051646
DEGLI SCHIAVI Paolo		339 7715669
MAZZOCCHI Giovanni		347 1481145



Perché Tesserarsi

I SOCI HANNO DIRITTO A:

- Partecipazione gratuita a tutte le attività della sezione.
- Assicurazione personale (nominativa) per responsabilità Civile contro terzi e polizza infortuni durante le attività Sezionali ed assistenza Legale.
- Intervento gratuito del Corpo Nazionale del Soccorso Alpino CAI in caso di incidente anche in attività non sezionali.
- Abbonamento annuale al periodico bimestrale del Club Alpino Italiano “La Rivista”
- Condizioni agevolate nelle strutture ricettive CAI.
- Sconti in esercizi convenzionati CAI su tutto il territorio nazionale (negozi sportivi, ristoranti, alberghi, rifugi, impianti di risalita ecc...).
- Corsi sezionali e nazionali CAI (escursionismo, alpinismo, arrampicata, educazione ambientale, ecc..) gratuiti o con modesti contributi spese.
- Disponibilità gratuita delle strutture, materiale tecnico e bibliografico della Sezione.
- Partecipazione all’Assemblea dei Soci della Sezione (soci maggiorenni).



Tesseramento

- a) È iniziato il tesseramento al CAI per l'anno in corso. La qualifica di Socio decorre dal 1° gennaio al 31 dicembre. I nuovi soci sono coperti dalla polizza infortuni a partire dal giorno successivo all'iscrizione nella piattaforma di tesseramento che può essere effettuata a partire dal 1° novembre. La copertura assicurativa è valida fino al 31 marzo dell'anno successivo al tesseramento.
- b) I rinnovi dovranno avvenire entro e non oltre il 31 marzo. Trascorso tale termine, si perde anche la copertura assicurativa.

Quote associative per l'anno in corso:

Socio Ordinario		€ 45,00
Socio Ordinario Juniores	(da 18 a 25 anni)	€ 25,00
Socio Familiare		€ 25,00
Socio Giovane	(da 0 a 17 anni)	€ 20,00
2° Socio Giovane	(da 0 a 17 anni)	€ 10,00

I nuovi Soci dovranno versare, oltre la quota associativa, € 5,00 per la tessera di riconoscimento.



Partecipazione ed iscrizione alle escursioni Sociali

- A** La partecipazione alle escursioni sociali è aperta a tutti i soci CAI, in regola con il bollino dell'anno in corso, e ad altri eventuali escursionisti anche se non iscritti al CAI per un massimo di due volte.
- B** I minori di 18 anni potranno partecipare solo se accompagnati dal/i genitori o da altra persona con funzione di tutore del minore.
- C** La partecipazione all'escursione implica da parte degli interessati l'osservanza delle disposizioni degli accompagnatori.
- D** I luoghi delle escursioni vengono raggiunti con l'autobus solo a condizione che venga raggiunto il numero minimo stabilito di partecipanti.
- E** In caso di rinuncia all'escursione, per qualunque motivo, disdire due giorni prima dell'escursione, entro le ore 18:00, o altra data prevista in locandina.
- F** Rispettare orari e luoghi di partenza.



Obblighi dei Partecipanti alle Escursioni Sociali

- A. Di essere preparati fisicamente e tecnicamente, nonché di essere equipaggiati con abbigliamento ed attrezzature adeguate alle esigenze dell'escursione programmata.
- B. Di attenersi esclusivamente alle disposizioni che vengono impartite dagli accompagnatori.
- C. Gli accompagnatori non si assumeranno alcuna responsabilità per quei gittanti che di propria iniziativa abbandonano, durante l'escursione, il gruppo, passando dinanzi al Capo Gita, cambiando percorso o effettuando soste non previste.
- D. Ogni partecipante è tenuto a collaborare con gli accompagnatori per la buona riuscita dell'escursione, essere solidali con gli stessi ed offrire la massima collaborazione specie a fronte di sopravvenute difficoltà.
- E. La partecipazione alle escursioni del CAI pone i partecipanti di fronte ai rischi ed ai pericoli inerenti la pratica dell'escursionismo e dell'alpinismo. I partecipanti pertanto iscrivendosi e partecipando alle escursioni sociali, accettano tali rischi e danno il più ampio scarico dalle responsabilità agli accompagnatori ed alla Sezione.
- F. Di informarsi, prima dell'escursione, sul programma dettagliato, onde evitare spiacevoli sorprese.



Sei regole per l'escursionista

- 1.** Per le tue escursioni in montagna scegli gli itinerari in funzione delle tue capacità fisiche e tecniche, documentandoti adeguatamente sulla zona da visitare. Se cammini in gruppo, prevedi tempi di percorrenza in relazione agli escursionisti più lenti.
- 2.** Provedi ad un abbigliamento ed equipaggiamento consono all'impegno e alla lunghezza dell'escursione e porta nello zaino l'occorrente per eventuali situazioni di emergenza, assieme ad una minima dotazione di pronto soccorso.
- 3.** Di preferenza non intraprendere da solo un'escursione in montagna e parti presto. In ogni caso lascia detto a qualcuno l'itinerario che prevedi di percorrere, riavvisando del tuo ritorno.
- 4.** Informati sulle previsioni meteo, non solo quelle dei mezzi di informazione ma anche dalla gente del posto e osserva attentamente lo sviluppo del tempo. Ricorda che in montagna il tempo cambia rapidamente.
- 5.** Nel dubbio torna indietro. A volte è meglio rinunciare che arrischiare l'insidia del maltempo o voler superare difficoltà di grado superiore alle proprie forze, capacità, attrezzatura. Studia preventivamente itinerari alternativi al rientro.
- 6.** Riporta a valle i tuoi rifiuti. Rispetta la flora e la fauna. Evita di uscire inutilmente dal sentiero e di fare scorciatoie. Rispetta le culture e le tradizioni locali ricordandoti che sei ospite delle genti di montagna.



Norme per gli Accompagnatori di Escursione

- A. Conoscere e documentarsi sull'itinerario lungo il quale si svolge l'escursione.
- B. Curare l'organizzazione dell'escursione nel rispetto delle norme di sicurezza; un accompagnatore apre la comitiva e un altro la chiude.
- C. Escludere i partecipanti non ritenuti idonei o insufficientemente equipaggiati.
- D. Facoltà di modificare il programma qualora, per cause oggettive, non dovessero sussistere i margini di sicurezza o condizioni indispensabili per portare a compimento in modo soddisfacente l'escursione in programma.
- E. Sono tenuti a far rispettare ai partecipanti durante l'escursione le norme per la protezione della flora, della fauna e dell'ambiente in generale.

Equipaggiamento Escursionistico

Stabilire quale sia il giusto equipaggiamento standard per un'escursione è cosa difficile perché troppo soggettiva. Possiamo dare però delle indicazioni su alcune cose che assolutamente non devono mancare nello zaino di ognuno: mantella impermeabile, un paio di guanti, un copricapo, occhiali da sole, torcia elettrica, giacca a vento, un maglione o pile, un coltello, fiammiferi, qualche cerotto, un laccio di ricambio per gli scarponi, una busta di plastica per riporre i rifiuti, dei viveri proporzionati alla presenza in montagna, una borraccia con acqua o thé, una penna, un piccolo blocco notes, la bussola, tessera del CAI, stik protettivo per le labbra. A queste cose, nelle escursioni di più giorni vanno aggiunte: una stuoia, sacco-letto ed eventualmente la tenda.



Classificazione dei percorsi in base alle difficoltà

T = TURISTICO

Itinerari su stradine, mulattiere o comodi sentieri, con percorsi ben evidenti e che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Si svolgono in genere sotto i 2000 m e costituiscono di solito l'accesso ad alpeggi o rifugi. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.

E = ESCURSIONISTICO

Itinerari che si svolgono quasi sempre su sentieri, oppure su tracce di passaggio in terreno vario (pascoli, detriti, pietraie), di solito con segnalazioni; possono esservi brevi tratti pianeggianti o lievemente inclinati di neve residua, quando, in caso di caduta, la scivolata si arresta in breve spazio e senza pericoli. Si sviluppano a volte su terreni aperti, senza sentieri ma non problematici, sempre con segnalazioni adeguate. Possono svolgersi su pendii ripidi; i tratti esposti sono in genere protetti (barriere) o assicurati (cavi). Possono avere singoli passaggi su roccia, non esposti, o tratti brevi e non faticosi né impegnativi grazie ad attrezzature (scalette, pioli, cavi) che però non necessitano l'uso di equipaggiamento specifico (imbragatura, moschettoni, ecc.). Richiedono un certo senso di orientamento, come pure una certa esperienza e conoscenza del territorio montagnoso, allenamento alla camminata, oltre a calzature ed equipaggiamento adeguato.



EE = PER ESCURSIONISTI ESPERTI

Itinerari generalmente segnalati ma che implicano una capacità di muoversi su terreni particolari. Sentieri o tracce su terreno impervio e infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, o misti di rocce ed erba, o di roccia e detriti). Terreno vario, a quote relativamente elevate (pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento, ecc.). Tratti rocciosi, con lievi difficoltà tecniche (percorsi attrezzati, vie ferrate fra quelle di minor impegno). Rimangono invece esclusi i percorsi su ghiacciai, anche se pianeggianti e/o all'apparenza senza crepacci (perché il loro attraversamento richiederebbe l'uso della corda e della piccozza e la conoscenza delle relative manovre di assicurazione).

Necessitano esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente alpino; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguata.

EEA = PER ESCURSIONISTI ESPERTI CON ATTREZZATURA

Percorsi attrezzati o vie ferrate per i quali è necessario l'uso dei dispositivi di autoassicurazione (imbragatura, dissipatore, moschettoni, cordini) e di equipaggiamento di protezione personale (casco, guanti).

EEA - F (ferrata facile)

Sentiero attrezzato poco esposto e poco impegnativo con lunghi tratti di cammino. Tracciato molto protetto, con buone segnalazioni, dove le strutture metalliche si limitano al solo cavo o catena fissati unicamente per migliorare la sicurezza.



EEA - PD (ferrata Poco Difficile)

Ferrata con uno sviluppo contenuto e poco esposta. Il tracciato è di solito articolato con canali, camini e qualche breve tratto verticale, facilitato da infissi come catene, cavi, pioli o anche scale metalliche.

EEA = D (ferrata Difficile)

Ferrata di un certo sviluppo che richiede una buona preparazione fisica e una buona tecnica. Il tracciato è spesso verticale ed in alcuni casi supera anche qualche breve strapiombo, molto articolato, con lunghi tratti di esposizione; attrezzato con funi metalliche e/o catene, pioli e/o scale metalliche.

EAI = ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO

Itinerari in ambiente innevato che richiedono l'utilizzo di racchette da neve, con percorsi evidenti e riconoscibili, con facili vie di accesso, di fondo valle o in zone boschive non impervie o su crinali aperti e poco esposti, con dislivelli e difficoltà generalmente contenuti che garantiscono sicurezza di percorribilità.

Legenda Abbreviazioni e Simbologia

ANE Accompagn. Nazionale di Escursione



Trasporto a mezzo pullman

AE Accompagn. di Escursione



Trasporto a mezzo proprio

ASE Accompagn. Sezionale di Escursione



Trasporto a mezzo traghetto

OL Organizzatore Logistico



Trasporto a mezzo aereo

DdE Direttore di Escursione



Pranzo al sacco

ADdE Aspirante Direttore di Escursione



Piatto caldo



Didattica
PROGRAMMA CORSI E SERATE TEMATICHE
2025

CORSI

E3 – programma e date da definire

SERATE TEMATICHE

Camminare nella storia – Tutte le vie portano a Roma

Donne di montagna – Eroine dell'alpinismo

Montagna e responsabilità – il bidecalogo

Elementi di cartografia e orientamento

Elementi di geologia

L'ecologia – Gli ambienti montani e tutela dell'ambiente montano

Principi di alimentazione e tessuti

PROGRAMMA ESCURSIONI 2025

Le caratteristiche (dislivello, durata, lunghezza, difficoltà, mezzo di trasporto, pranzo etc,) delle escursioni programmate per il **2025**, saranno dettagliate nelle **locandine** che saranno inviate ai soci e che si potranno consultare nel sito CAI di Aprilia.

Quando possibile per ogni uscita si proporranno **2 diversi itinerari**, uno più impegnativo ed uno meno impegnativo.

Le adesioni alle escursioni (e le eventuali cancellazioni), che dovranno pervenire 2 giorni prima dell'escursione, entro le 18,00, dovranno essere effettuate **unicamente** tramite il sito www.caiaprililia.com

Quanto programmato di seguito potrà essere oggetto di modifiche per impedimenti vari.



DOMENICA 12 GENNAIO FESTA DI APERTURA

Canale delle Acque Medie

Latina (LT)

Itinerario: il Canale delle Acque Medie si snoda lungo la pianura Pontina, attraversando il Comune di Latina e diventando una delle più importanti realtà verdi e blu del territorio.

Roberto Rocca (AE – EAI) cell. 348 2621937

TUTTI GLI ACCOMPAGNATORI

DOMENICA 26 GENNAIO

Da Rocca Massima ad Artena

Rocca Massima (LT)

Monti Lepini

Itinerario: si parte da Rocca Massima, il comune più alto della provincia di Latina per arrivare ad Artena, la città presepe, un labirinto di scalinate acciottolate e di case di pietra ammassate l'una sull'altra.

Marina Pica (AE) cell. 339 6497517

Paolo Fischione (AE) cell. 347 6595010

Antonio Tirone (DdE) cell. 347 7268466

Marco Vianello (ADdE) cell. 331 3690354



DOMENICA 9 FEBBRAIO

Monte Gemma, 1457 m

Supino (FR)

Monti Lepini

Itinerario: classica escursione sui Monti Lepini. Durante la salita si avvisteranno il monte Malaina, il gruppo della Semprevisa e il mare. Dalla cima il panorama spazia sui sottostanti Valloni, su Supino, su Punta la Torricella, sui monti Ernici e sul Cacume. Dalla cima del monte, dopo una breve discesa, si arriverà alla sua croce.

Ezio Massotti	(ASE)	cell.	338 4607364
Paolo Antonio Liotta	(ASE)	cell.	393 7095212
Luigi Candelini	(DdE)	cell.	328 1044235
Pietro Balena	(DdE)	cell.	340 5051646

DOMENICA 9 FEBBRAIO

CORO CAI: Sessione di lavoro "Come gestire la voce".

Promuovere la salute della voce imparando a respirare e ad emettere la voce in modo corretto.

DOMENICA 23 FEBBRAIO

Monte degli Elci, 711 m

Fara in Sabina (RI)

Monti Sabini

Itinerario: l'escursione permetterà una vista a 360 gradi su ben tre regioni. Si camminerà tra boschi di lecci centenari, roverelle, cerri e aceri, ginestre e ginepro, circondati da un sottobosco di pungitopo.

Paolo Fischione	(AE)	cell.	347 6595010
Ezio Massotti	(ASE)	cell.	338 4607364
Franco Lecce	(DdE)	cell.	347 3544153
Francesca Fioravanti	(ADdE)	cell.	349 8549817



DOMENICA 2 MARZO

Monte Pizzone, 1316 m, e Monte Erdigheta, 1339 m

Carpineto Romano (RM)

Monti Lepini

Itinerario: da Pian della Faggeta ci si inerpica per poter ammirare un gran bel panorama sui Simbruini, sugli Ernici, su tutta la pianura pontina e sul Circeo. Da cercare lungo il percorso il tasso, una conifera, fra gli alberi più longevi.

Giancarlo Brugnara	(AE EAI EEA)	cell.	335 7625353
Paolo Degli Schiavi	(ASE)	cell.	339 7715669
Pietro Balena	(DdE)	cell.	340 5051646
Marzia Vettoretti	(DdE)	cell.	333 9945539

DOMENICA 16 MARZO

Cima di Vallevona, 1818 m

Rocca di Botte (RM)

Monti Carseolani

Itinerario: la Cima di Vallevona è la più alta dei Monti Carseolani. Il percorso si svolge prevalentemente in cresta con una vista grandiosa dal Santuario Madonna dei Bisognosi, che spazia dai monti Sibillini ai monti Marsicani.

Marina Pica	(AE)	cell.	339 6497517
Paolo Antonio Liotta	(ASE)	cell.	393 7095212
Luigi Candelini	(DdE)	cell.	328 1044235
Francesco Presciutti	(DdE)	cell.	338 7289039

SABATO 22 MARZO

Assemblea ordinaria dei soci



Programma Escursioni

MARZO 2025

SABATO 29 MARZO

Monte Capreo, m 1421, partendo da Valvisciolo

Bassiano (LT)

Monti Lepini

Itinerario: è un'escursione con notevole dislivello che permette di attraversare tutte le fasce vegetazionali presenti nell'Appennino. Si passa dal bosco misto alla faggeta ed ai prati di alta quota, attraversando valli e raggiungendo sorgenti.

Ezio Massotti

(ASE)

cell.

338 4607364



Programma Escursioni

APRILE 2025

DOMENICA 6 APRILE

Il cammino dei tre villaggi

Tuscia Viterbese

Villa S.Giovanni – Barbarano Romano - Blera (VT)

Itinerario: in una sola giornata si potranno ammirare tagliate etrusche, insediamenti antichi e forre, valicando fiumi e torrenti, seguendo sempre l'obiettivo del camminare lentamente.

Giancarlo Brugnara

(AE EAI EEA) cell.

335 7625353

Roberto Rocca

(AE EAI) cell.

348 2621937

Pietro Balena

(DdE) cell.

340 5051646

Antonio Tirone

(DdE) cell.

347 7268466



APRILE 2025

SABATO 12 APRILE

Anello delle sei vette

Monti Ernici

Itinerario: escursione che permetterà di ascendere il Monte delle Scalelle m 1837, il Monte Fragara m 2006, il Monte Ginepro m 2004, il Monte del Passeggio m 2064, il Monte Pratillo m 2007 e il Pizzo Deta m 2041.

Marina Pica

(AE)

cell.

339 6497517

LUNEDI 21 APRILE

Pasquetta sul Monte Capreo m 1421

Bassiano (LT)

Monti Lepini

Itinerario: classico appuntamento annuale che oltre all'escursione ci impegnerà in una sosta e pranzo conviviale presso il rifugio Liberamonte.

Paolo Degli Schiavi

(ASE)

cell.

339 7715669

TUTTI GLI ACCOMPAGNATORI

INTERSEZIONALE CON CAI CAGLIARI

SABATO 26 APRILE:

Isole Ponziane

DOMENICA 27 APRILE:

Isole Ponziane

LUNEDI' 28 APRILE:

Isole Ponziane

MARTEDI' 29 APRILE:

Monte Circeo

MERCOLEDI' 30 APRILE:

Monte Capreo

GIOVEDI' 01 MAGGIO:

Semprevisa

VENERDI' 02 MAGGIO:

Appia Antica



SABATO 10 MAGGIO

Monte Morrone, m 2141

Montagne della Duchessa

Itinerario: il monte Morrone è una delle quattro cime maggiori del gruppo montuoso delle Montagne della Duchessa, posto al confine tra il Lazio e l'Abruzzo. L'ascesa ci permetterà di raggiungere un ottimo punto panoramico che spazierà su tutto il Cicolano, il Terminillo e gran parte del gruppo del Velino-Sirente.

Paolo Antonio Liotta

(ASE)

cell.

393 7095212

DOMENICA 18 MAGGIO

Scanno - Il sentiero del cuore

Monti Marsicani

Itinerario: il lago di Scanno è famoso per essere il lago a forma di cuore più fotografato in Italia ed è facilmente raggiungibile grazie ad un sentiero costruito appositamente, chiamato Sentiero del Cuore.

Roberto Rocca

(AE EAI)

cell.

348 2621937

Marina Pica

(AE)

cell.

339 6497517

Marzia Vettoretti

(DdE)

cell.

333 9945539

Francesca Fioravanti

(ADdE)

cell.

349 8549817

SABATO 24 MAGGIO

FAMILY CAI: Programma da definire

DOMENICA 25 MAGGIO

CORO CAI: Monaster Cantando + Anniversario dei 10 anni di attività del coro



MAGGIO 2025

DOMENICA 25 MAGGIO

6 vette dei Lepini

Monti Lepini

INTERSEZIONALE CON CAI FRASCATI

Itinerario: questa escursione ci permetterà di immergerci in una natura ancora incontaminata e selvaggia, percorrendo creste mozzafiato, antichi boschi ricchi di alberi secolari e valli ombrose, respirando appieno la magia dei Monti Lepini.

Ezio Massotti	(ASE)	cell.	338 4607364
Paolo Degli Schiavi	(ASE)	cell.	339 7715669
Marina Pica	(AE)	cell.	339 6497517
Marco Vianello	(ADdE)	cell.	331 3690354



GIUGNO 2025

Da SABATO 31 MAGGIO a LUNEDI' 2 GIUGNO

Sasso di Castalda, Pietrapertosa, Castelmezzano

Potenza

Itinerario: la Basilicata offre un variegato paesaggio territoriale, tra aree protette, distese di prati, campi assolati e suggestivi calanchi.

Roberto Rocca	(AE EAI)	cell.	348 2621937
Marina Pica	(AE)	cell.	339 6497517
Paolo Degli Schiavi	(ASE)	cell.	339 7715669
Antonio Tirone	(DdE)	cell.	347 7268466



DOMENICA 15 GIUGNO

Cima di Lago Vivo, m 1963

PNALM

Itinerario: questo è un percorso che, dominato dalle cime del Lamiccio, del Tartaro, del Petroso e dell'Altare, ci sorprenderà.

Paolo Antonio Liotta	(ASE)	cell.	393 7095212
Giancarlo Brugnara	(AE EAI EEA)	cell.	335 7625353
Ezio Massotti	(ASE)	cell.	338 4607364
Luigi Candelini	(DdE)	cell.	328 1044235

VENERDI' 20 GIUGNO

Pizzata Sociale

DOMENICA 22 GIUGNO

INTERSEZIONALE CON CAI FROSINONE

Monte Velino, m 2486

Parco Nazionale del Velino-Sirente

Itinerario: partendo dal comune di Rosciolo si arriverà alla cima del Velino.

Marina Pica	(AE)	cell.	339 6497517
Ezio Massotti	(ASE)	cell.	338 4607364
Franco Lecce	(DdE)	cell.	347 3544153
Luigi Candelini	(DdE)	cell.	328 1044235

DA VENERDI' 27 A DOMENICA 29 GIUGNO

Cammino di San Filippo Neri

Da Cassino ad Esperia

Itinerario: il Cammino è un percorso fatto di strade secondarie e antichissimi sentieri, che attraversa un pezzo d'Italia.

Ezio Massotti	(ASE)	cell.	338 4607364
Marina Pica	(AE)	cell.	339 6497517



SABATO 5 e DOMENICA 6 LUGLIO

Notturna al Rifugio Trombetta, m 1132

Sora (FR)

Monti Ernici

Itinerario: attraversando le boschive pendici meridionali della Serra Comune si raggiungerà questo rifugio per aspettare insieme l'alba

Ezio Massotti

(ASE)

cell.

338 4607364

Marina Pica

(AE)

cell.

339 6497517

SABATO 12 LUGLIO

Ferrata Gole del Serra

Rocca San Zenone (TR)

Itinerario: questa facile ferrata si può considerare unica nel suo genere, Si risalirà una gola attraversando gallerie e sottoponti, tra scrosci d'acqua e pareti umide di muschio.

Giancarlo Brugnara

(AE EAI EEA) cell.

335 7625353

Roberto Rocca

(AE EAI) cell.

348 2621937

Marco Vianello

(ADdE) cell.

331 3690354

Luigi Candelini

(DdE) cell.

328 1044235

DOMENICA 13 LUGLIO

La Val Maone da Campo Imperatore

Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga

Itinerario: la Val Maone è una delle vallate più belle del Gran Sasso, via di passaggio tra l'aquilano ed il teramano, ricca di fioriture e stazzi di pastori.

Paolo Fischione

(AE)

cell.

347 6595010



Programma Escursioni

LUGLIO 2025

Da **SABATO 19** a **SABATO 26 LUGLIO**

Trekking estivo

Itinerario: programma da definire

Giancarlo Brugnara	(AE EAI EEA)	cell.	335 7625353
Roberto Rocca	(AE EAI)	cell.	348 2621937
Paolo Degli Schiavi	(ASE)	cell.	339 7715669
Luigi Candelini	(DdE)	cell.	328 1044235



Programma Escursioni

AGOSTO 2025

DOMENICA 3 AGOSTO

Monte Brancastello, 2387 m

Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga

Itinerario: il percorso per raggiungere la vetta percorrerà una panoramica passeggiata di cresta seguendo la parte iniziale del famoso sentiero del Centenario.

Marzia Vettoretti	(DdE)	cell.	333 9945539
--------------------------	-------	-------	-------------



Programma Escursioni

AGOSTO 2025

Da MERCOLEDÌ 20 a DOMENICA 31 AGOSTO

Santiago di Campostela **il Cammino Portoghese**

Itinerario: il cammino Portoghese è più tranquillo, intimo e meno battuto di quello Francese, attraversa città ricche d'arte e di storia, tra bellissimi paesaggi, con molti spazi verdi e foreste.

Ezio Massotti

(ASE)

cell.

338 4607364

Marina Pica

(AE)

cell.

339 6497517



Programma Escursioni

SETTEMBRE 2025

DOMENICA 7 SETTEMBRE

FAMILY CAI: Programma da definire

SABATO 13 e DOMENICA 14 SETTEMBRE

Isola del Giglio

Arcipelago Toscano

Itinerario: l'avventurarsi per i sentieri e le mulattiere dell'isola, immersi nei profumi della macchia mediterranea, ci porterà ad ammirare le spettacolari viste panoramiche sull'Arcipelago Toscano.

Paolo Fischione

(AE)

cell.

347 6595010

Ezio Massotti

(ASE)

cell.

338 4607364

Roberto Rocca

(AE EAI)

cell.

348 2621937

Andrea Alessandrini

(DdE)

cell.

349 1233878



SETTEMBRE 2025

DOMENICA 28 SETTEMBRE

Monte Etra, m 1818

Parco Nazionale del Velino-Sirente

Itinerario: escursione per chi ama le creste. Si potrà ammirare una panoramica spettacolare sul vicino monte Sirente, la Serra di Celano, il Velino e tutta la Piana del Fucino.

Paolo Fischione	(AE)	cell.	347 6595010
Roberto Rocca	(AE EAI)	cell.	348 2621937
Pietro Balena	(DdE)	cell.	340 5051646
Franco Lecce	(DdE)	cell.	347 3544153

Da MARTEDI' 23 a MARTEDI' 30 SETTEMBRE

Creta

Grecia

Itinerario: tante escursioni nell'isola culla della civiltà Minoica, alla ricerca della vera magia mediterranea, dove si sono succeduti greci, romani, saraceni, bizantini, veneziani e turchi.

Posti limitati

Giancarlo Brugnara	(AE EAI EEA)	cell.	335 7625353
Luigi Candelini	(DdE)	cell.	328 1044235

**DOMENICA 5 OTTOBRE****Monte Cotento, m 2015****Monti Simbruini**

Itinerario: la forma piramidale del monte Cotento è l'obiettivo di questa escursione sicuramente impegnativa, ma senza particolari difficoltà tecniche.

Paolo Fischione	(AE)	cell.	347 6595010
Marina Pica	(AE)	cell.	339 6497517
Roberto Rocca	(AE EAI)	cell.	348 2621937
Andrea Alessandrini	(DdE)	cell.	349 1233878

SABATO 11 OTTOBRE**La Rocca dei Tedeschi, m 1214****PNALM**

Itinerario: Da San Donato di Val Comino si sale verso Forca D'Acero per raggiungere un punto di osservazione della Seconda Guerra Mondiale, dove la vista spazia su tutta la Val Comino e sul bacino del Melfa.

Silvano Ciavaglia	(ANE)	cell.	339 7834345
Fiorella Nicolini	(ANE)	cell.	330 540571
Marina Pica	(AE)	cell.	339 6497517
Roberto Rocca	(AE EAI)	cell.	348 2621937

SABATO 25 e DOMENICA 26 OTTOBRE**A piedi a Pompei****Napoli**

Itinerario: andare a piedi a Pompei per i napoletani è da sempre l'atto di devozione per antonomasia, per grazia ricevuta o per penitenza. Si ripercorrerà il pellegrinaggio da Portici fino all'antica città sepolta.

Marina Pica	(AE)	cell.	339 6497517
Roberto Rocca	(AE EAI)	cell.	348 2621937
Ezio Massotti	(ASE)	cell.	338 4607364
Pietro Balena	(DdE)	cell.	340 5051646



NOVEMBRE 2025

DOMENICA 9 NOVEMBRE

Anello Monte Puzzillo, m 2174

Parco Nazionale del Velino-Sirente

Itinerario: il Monte Puzzillo, duro e arido, è il balcone naturale del Parco Nazionale del Velino-Sirente, dal quale si può ammirare un panorama a 360° su tutto l'Abruzzo.

Paolo Degli Schiavi	(ASE)	cell.	339 7715669
Marina Pica	(AE)	cell.	339 6497517
Francesco Presciutti	(DdE)	cell.	338 7289039
Marzia Vettoretti	(DdE)	cell.	333 9945539

DOMENICA 23 NOVEMBRE

Stifone e le gole del Nera

Narni (PG)

Itinerario: l'escursione si snoda sotto la valle dominata dalla città di Narni, dove il Nera scorre e poi si tuffa nel Tevere formando piscine naturali dai colori turchese e smeraldo.

Francesco Presciutti	(DdE)	cell.	338 7289039
Ezio Massotti	(ASE)	cell.	338 4607364
Paolo Degli Schiavi	(ASE)	cell.	339 7715669
Francesca Fioravanti	(ADdE)	cell.	349 8549817



Programma Escursioni
DICEMBRE 2025

DOMENICA 8 DICEMBRE

Picco di Circe, 541 m

San Felice Circeo (LT)

Parco Nazionale del Circeo

Itinerario: appuntamento annuale con il promontorio del Circeo per percorrere uno tra i più bei sentieri d'Italia.

Marina Pica	(AE)	cell.	339 6497517
Giancarlo Brugnara	(AE EAI EEA)	cell.	335 7625353
Roberto Rocca	(AE EAI)	cell.	348 2621937
Antonio Tirone	(DdE)	cell.	347 7268466

SABATO 13 DICEMBRE

Via Appia Antica

Roma

Parco Regionale dell'Appia Antica

Itinerario: si camminerà lungo la Regina Viarum, ora sito Unesco, tra tenute agricole storiche, resti di ville imperiali ed acquedotti.

Ezio Massotti	(ASE)	cell.	338 4607364
----------------------	-------	-------	-------------

DOMENICA 14 DICEMBRE

Pranzo sociale

Il modo migliore per scambiarci gli auguri.

DOMENICA 14 DICEMBRE

CORO CAI: Voci sotto l'Albero.

**Da MARTEDI' 30 DICEMBRE 2025 a GIOVEDI' 1°
GENNAIO 2026**

Capodanno con il CAI: Stare insieme festeggiando il nuovo anno. Luogo e programma da definire.

RICHIESTA DI SOCCORSO IN MONTAGNA

NUMERO UNICO EUROPEO (NUE)

112

Per tutte le emergenze in zone montane, impervie o in grotta richiedendo espressamente che sia allertato il **CNSAS** Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico.

È fondamentale comunicare all'operatore di soccorso quanto segue:

1. **Da dove si sta chiamando** (specificando all'operatore che ci si trova in montagna o in grotta).
2. **Il numero di telefono da cui si sta chiamando; il telefono non deve mai essere abbandonato** (se la chiamata dovesse interrompersi è importante che il telefono venga lasciato libero per consentire alla Centrale operativa di richiamare).
3. **L'esatta località dove è ubicata l'area da cui si sta chiamando** (Comune, Provincia o sicuramente un riferimento importante di ricerca rilevabile sulla cartina).
4. **La propria posizione se in possesso di altimetro** (opportunamente tarato) o GPS;
5. **Indicazioni in merito a cosa è visibile dall'alto** (pendio, bosco, cima, rifugio, ecc.).
6. **Cosa è successo;**
7. **Quando è successo;**
8. **Quante persone sono state coinvolte nell'incidente;**
9. **Le proprie generalità** (fondamentali);
10. **Le condizioni evidenti della/e persona/e coinvolta/e:** difficoltà respiratorie, coscienza, perdita di sangue, traumi visibili, etc.;
11. **L'esatta posizione del ferito** (se seduto, se disteso supino, se disteso prono, se appeso, etc). È indispensabile rispondere in maniera completa alle domande dell'operatore che avvia l'intervento di soccorso e raccoglie dati fondamentali per l'ottimizzazione dell'intervento stesso. Considerando che l'intervento in Montagna può effettuarsi anche senza l'ausilio dell'elicottero, è bene informare l'operatore in merito a:
 - Tempo impiegato a piedi dall'automezzo al luogo dell'evento;
 - Condizioni meteo sul posto;
 - Condizioni del terreno;
 - Presenza di vento;
 - Visibilità sul posto;
 - Presenza nell'area dell'evento di fili a sbalzo, funivie, linee elettriche, etc.



GRUPPO CORALE La Storia

Il Coro CAI sezione di Aprilia è stato fondato nel 2014 con l'entusiasmo dei soci che ne hanno voluto la costituzione come ulteriore momento di condivisione del senso di appartenenza al Club Alpino Italiano attraverso la musica. E' formato da venti elementi ed è diretto dal 2022 dal maestro **CRISTIAN ALDERETE**. Il repertorio è legato a canti di montagna, popolari e del folclore italiano. Ogni anno, con il supporto della Struttura del CAI, organizza la rassegna "Monaster Cantando", che si svolge nei luoghi storici e prestigiosi del nostro territorio (Abbazia di Valvisciolo, Chiesa S. Oliva di Cori, etc.) e la rassegna "Voci sotto l'albero" che si svolge nel periodo natalizio. Varie sono state le manifestazioni canore a cui ha partecipato il coro CAI, tra queste vanno menzionate "Pillole di Risorgimento" presso la Tenuta Ravizza Garibaldi, la seconda edizione "Altre lingue Achille Serrao" presso la Biblioteca Nazionale Centrale di Roma. Il coro è iscritto al **Centro Nazionale Coralità (CNC)** una struttura operativa del CAI nazionale nata nel 2014 con l'intento di valorizzare e promuovere la conoscenza del patrimonio musicale di cui sono depositari i Gruppi Corali del CAI. Dal 2022 il coro ha partecipato alla rassegna corale itinerante "Camminar Cantando" che si è svolta a Veroli (FR), al 2° e 3° Memorial Roberto Fiorentini "Senza Confini", alla 16° edizione "Concerto di Natale Natalizi", melodie dal mondo, nella chiesa S. Michele Arcangelo di Aprilia, al 5° Memorial Carlo Francia "Echi della Montagna" Ardea, al concerto di Natale 2023 presso la RSA Villa Carla Aprilia, al "Concerto di fine festività" presso il teatro della chiesa parrocchiale di S. Mauro Roma, alla 14° e 15° rassegna "Terra Pontina in Canto", al "Concerto Corale a chiusura del tempo Natalizio" parrocchia S. Gregorio VII Roma. Venite a trovarci, la partecipazione alle prove è aperta a tutti. Vi aspettiamo fiduciosi. Per informazioni contattare la Segreteria del CAI.



FAMILY CAI



Il **Family CAI** si rivolge alle famiglie con bambini che si vogliono avvicinare alla montagna a “piccoli passi”. Periodicamente vengono organizzate delle escursioni in giornata dove i bimbi fra i 0 e 16 anni possano camminare per sentieri e divertirsi con la famiglia, incontrando nuovi amici. Per partecipare è sufficiente l’iscrizione al CAI da parte di almeno un componente della famiglia. Le quote di iscrizione sono particolarmente agevolate per le famiglie numerose. Nelle uscite “**Family CAI**” i bambini rimangono affidati a mamma e papà. Il ruolo assunto dalla Sezione è quello di creare un’opportunità per nuove esperienze in ambiente montano da condividere tra i genitori e i loro piccoli; agli accompagnatori compete il supporto logistico e l’assistenza tecnica.

GRUPPO SENIORES



Quando si diventa anziani o Seniores e si lascia il mondo produttivo emerge il desiderio di intraprendere nuove esperienze di vita. La volontà di aggregazione diventa forte e non c’è di meglio che un’attività in un ambiente naturale e in montagna insieme ai coetanei. Il **Gruppo Sezionale Seniores** offre l’opportunità di vivere un’esperienza organizzata all’aria aperta in ambiente montano, facendo un’attività escursionistica commisurata alla 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 del gruppo. Per farne parte è necessario aver compiuto 58 anni ed essere in regola con il tesseramento.



SCUOLA SEZIONALE DI ESCURSIONISMO(SSE)



La Scuola Sezionale di Escursionismo, provvede alla formazione ed all'aggiornamento tecnico, didattico e culturale dei propri accompagnatori di escursionismo e dei direttori di escursione, attraverso l'organizzazione di corsi e seminari di formazione teorici e pratici.

Prepara i soci a diventare frequentatori della montagna, responsabili e consapevoli.

Ricerca i metodi più idonei per una frequentazione sostenibile dell'ambiente montano, per la conoscenza del territorio e della cultura montana, per il rispetto dell'ambiente e per l'educazione alla prevenzione e sicurezza in montagna.

Presidente: CIAVAGLIA Silvano (ANE)

DESTINAZIONE DEL 5X1000 DELL'IRPEF

Cari Soci da agosto 2022 siamo iscritti al Registro Unico Nazionale del Terzo Settore come Associazione di Promozione Sociale, questo ci dà diritto ad accedere ai fondi del **5x1000** dell'Irpef. Questa opportunità ci dà la possibilità di ampliare le ns. iniziative cercando di fare sempre meglio. Chi volesse contribuire può sostenerci destinando il **5x1000** dell'Irpef indicando il **Codice Fiscale**:

91121850597

riferito al **Club Alpino Italiano Sezione di Aprilia APS-ETS.**



BOOST

LA PUBBLICITÀ CHE FA LA DIFFERENZA
AGENZIA DI PUBBLICITÀ - LATINA

panisperna

pane e prosciutto



**GIORGETTA
SPORT**

LO SPORT AL SERVIZIO DEL CLIENTE - LATINA



VIA DELLE GRUGNOLE, 44 - 00048 NETTUNO (RM)



RICAMIFICIO

Salvini

www.ricamificiosalvini.com



GADGET, STAMPE, ABLIAMENTO DA LAVORO - Borgo PODGORA(LT)



vertigini
CLIMBING

PALESTRA CON ARRAMPICATA INDOR - APRILIA(LT)