26 SETTEMBRE
Val di Teve (E)

Gita sezionale a cura del Gruppo Duchessa

3 OTTOBRE
Giornata Regionale dell'escursionismo
Località da decidere

Gita intersezionale a cura del CAI Lazio

9/10 OTTOBRE
Week end in Val d'Orcia
Coord: E. Cilli, C. Pelosi, A. Scivittaro, C, Ottaviani
Prenotazioni entro il 30 Settembre

17 OTTOBRE
Monte Guadagnolo (Arrampicata)
Coord: A. Valentini, C. Rosati

23 OTTOBRE
Colle della Caparnassa (T) - ***Notturna***
Da: Monteflavio
Coord: M. Strano, M. Carrara

24 OTTOBRE
Fuscello, Collelungo, Monte Corno (E)

Gita sezionale a cura della sott.ne di Leonessa

31 OTTOBRE
Monti Sabini (E)
Da: Ponticelleo di Tancia a Roccantica
Coord: L. Sgardello

7 NOVEMBRE
Monte Soratte (E)
Da: S. Oreste
Coord: L. Pioli, S. Garofalo

14 NOVEMBRE
L'Acerella (E)

Gita sezionale a cura della sott.ne di Leonessa

21 NOVEMBRE
Anello di Monte Pellecchia (E)
Da: Monteflavio
Coord: M. Matricardi

Gita sezionale a cura La Cordata

5 DICEMBRE
Monti Lucretili
Da: Marcellina a Fonte Bologna
Coord: D. Giosi

12 DICEMBRE
Zazzicchiata sociale

Difficoltà escursionistiche

(T) Percorso turistico
Si svolge su mulattiere, sentieri evidenti e comodi, poco impegnativi e con poco dislivello.

(E) Percorso escursionistico
Si svolge su itinerari di medio impegno, generalmente su sentieri o tracciati di sentieri, pendii erbosi o detritici anche con parecchio dislivello

(EE) Percorso per escursionisti esperti
Si svolge su itinerari impegnativi in quota, anche con molto dislivello, che possono comportare passaggi su roccia di facile arrampicata e/o attraversamenti di pendii innevati

(EEA) Percorso per esperti con attrezzatura
Si svolge su itinerari impegnativi che comportano l'utilizzo dell'attrezzatura alpinistica per la progressione e l'autoassicurazione

(EAI) Percorso in ambiente innevato

(EEAI) Percorso per esperti in ambiente innevato
Si svolge su itinerari impegnativi che comportano l'utilizzo di attrezzatura specifica per la progressione
e l'autoassicurazione in ambiente innevato o ghiacciai

RR TREK
RIFUGIOROMA
Via Ardea 3a - 00183 Roma Metrò S.Giovanni
Tel/Fax +39 06 70450873
www.rrtrek.it - info@rrtrek.com

Gite sezionali

Le gite sezionali sono organizzate da tutte le entità che fanno parte della sezione CAI di appartenenza (sottosezioni e gruppi riconosciuti). Pertanto tutti i programmi delle varie entità, riportano in quelle date, la stessa escursione.
Lo scpo di questa innovazione è quella di una maggiore collaborazione tra le varie entità e una maggiore conoscenza dei luoghi in cui di solito svolgono la loro attività.

Alcune date riportano una doppia alternativa. Ciò è dovuto al comune accordo di consentire al socio una libera scelta. Infatti, per il 2010, si è ritenuto di non sconvolgere eccessivamente i programmi delle singole entità pur rispettando per quanto possibile le gite sezionali.

MONTE DEI PASCHI DI SIENA
BANCA DAL 1472
GRUPPOMPS

COME COMPORTARSI IN CASO DI EMERGENZA

Il modo più semplice è quello di chiamare il

118

specificando che si tratta di una richiesta di Soccorso Alpino.

Una volta in contatto con l'operatore, fornire con calma più informazioni possibili.

I tempi di intervento si accorciano notevolmente se si forniscono dettagli precisi del luogo dove occorre il soccorso.
Se si dispone di un GPS è utile fornire le coordinate.

SETTEMBRE

SELVAGGIO BLU

Nel mese di Settembre è in programma (da confermare) il trekking "selvaggio blu" sulla costa orientale della Sardegna.

L' eventuale conferma del programma sarà comunicata tempestivamente.

Info: Alfredo Scivittaro

Per la conferma delle gite in programma, consultare il sito oppure le bacheche di Guidonia o Montecelio.
Sito: http://www.lacordata.org
Guidonia: c/o il negozio DDSport in via Roma
Montecelio: c/o il distributore IP

PALESTRA DI ARRAMPICATA
" MASSIMO CRICCHI "

Presso la scuola elementare "Edmondo De Amicis" in in via Nuova a Montecelio.
Parete fissa omologata con numerose vie di arrampicata di varie difficoltà.
Aperta da Aprile a Settembre tutti i mercoledì dalle ore 21.00

Info : Enzo Pasquarelli
Luca Sgardello
Corrado Rosati

Associazione Alpinistica " La Cordata "
Via Romana, 7 00012 Guidonia Montecelio (RM)

Presidente	Alfredo Scivittaro (3387759187)
Segretario	Umberto Placidi (3356704855)
Consiglieri	Enrico Cilli, Bernardino Giosi, Laura Pioli Patrizio Troiani
Sindaci	Marco Antonio Chicco, Enzo Pasquarelli
Sito web:	http://www.lacordata.org
E-mail	infocordata@alice.it

COORDINATORI

Antonelli Katia	3357692211
Ariemma Luigi	3460419760
Balestrieri Cesare	3474515703
Carrara Mario	3492550533
Chicco Marco	0774340406
Cilli Enrico	3403601672
Di Vincenzo Denis	3804559658
Fossi Lamberto	3287662751
Garofalo Sante	3407851467
Gianferri Valerio	3339272608
Giosi Dino	3382151845
Leacche Aldo	3355692290
Massucci Augusto	3394527235
Matricardi Mauro	3382211760
Maviglia Lino	3355467045
Paciotti Natale	3475875173
Pasquarelli Enzo	3280071386
Pelosi Cinzia	3471011074
Pioli Laura	3358078502
Placidi Umberto	3356704855
Rosati Corrado	3395016967
Scascitelli Angelo	3475916208
Scivittaro Alfredo	3387759187
Sgardello Luca	3288825724
Strano Maurizio	3478041042
Valentini Alessio	3385294852
Zauri Franco	3393427804