



Programma attività 2024

CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI GORIZIA APS ETS:

34170 GORIZIA - via Rossini, 13 - Tel. 0481 82505

e-mail: info@caigorizia.it - www.caigorizia.it

La Sede Sociale è aperta a tutti:

- ogni martedì dalle 18.30 alle 19.30
- ogni giovedì dalle ore 18.30 alle 19.30
e dalle ore 21.00 alle 22.00

Presso la sede di via Rossini 13, potrà essere richiesta
ogni informazione riguardante il tesseramento
ed il programma dettagliato di tutte le attività svolte dalla Sezione.

Inquadra con il tuo Smartphone
il QR-code e collegati a
www.caigorizia.it



SCAN ME

PUOI SEGUIRCI ANCHE SUI NOSTRI PROFILI SOCIAL...



Facebook:
CAI Sezione di Gorizia



Instagram:
caigorizia



Flickr:
CAI GORIZIA



YouTube:
CAI SezioneGorizia



X:
@Cai_Gorizia

SEGNALI INTERNAZIONALI DEL SOCCORSO ALPINO

- A) **Chiamata** di soccorso: emettere richiami acustici/ottici in numero di **6 ogni minuto** (un segnale ogni 10 secondi);
1 minuto di intervallo (e poi ripetere la sequenza sin quando serve).
- B) **Risposta** di soccorso: emettere richiami acustici/ottici in numero di **3 ogni minuto** (un segnale ogni 20 secondi);
1 minuto di intervallo (e poi ripetere la sequenza sin quando serve).

Per chiedere nel modo più semplice, immediato ed efficace l'intervento del Soccorso Alpino comporre il n° telefonico:

112

Chiunque intercetta un segnale di richiesta di soccorso **deve** rispondere al segnale e poi avvertire il "posto di chiamata" o la stazione di Soccorso Alpino più vicina, o il custode del rifugio o le guide o le comitive che incontra.



**abbiamo bisogno
di soccorso**



**non serve
soccorso**

MODALITÀ DA SEGUIRE PER ATTIVARE IL SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO

www.cnsas-friuli.it

- A) Accertarsi della reale gravità dell'infortunato;
- B) **comunicare in modo chiaro** le proprie generalità e quelle dell'infortunato, natura e conseguenze dell'incidente e la località dove è avvenuto il fatto; comunicare inoltre il numero telefonico dell'apparecchio dal quale si sta chiamando;
- C) **attendere** una chiamata di conferma con le eventuali istruzioni da parte del Soccorso Alpino e Speleologico: sino a quel momento rimanere accanto al telefono.

Servizio Regionale del Friuli - Venezia Giulia - Stazioni di Soccorso Alpino e Speleologico

Cave del Predil (Tarvisio) - Forni Avoltri - Forni di Sopra - Maniago
Moggio Udinese - Pontebba - Pordenone - Trieste - Udine - Valcellina

Friuli V.G. - Servizio di Soccorso Alpino Tel. 112

Slovenija - Servizio di Soccorso Alpino Tel. 112 - OAEV - **Austria** - Tel. 140 Bergrettung

Dal primo gennaio 2017 è stato attivato un servizio di segnalazione automatico mediante l'applicazione GeoResq scaricabile sullo smartphone. È una garanzia di sicurezza in più per i frequentatori abituali della montagna. Il servizio è gratuito per i Soci del CAI.



Calendario attività 2024

Data	Itinerario	Tipo di escursione
14 gennaio	Monte Javornik da Podkraj	Ciaspe
28 gennaio	Sella Bieliga Malga S. Leopoldo	Ciaspe
11 febbraio	Giro delle malghe Piancavallo	Ciaspe
18 febbraio	Grotta del Paranco	Speleo
25 febbraio	Monte Jelenk da Kanal	Escursionismo
10 marzo	Monte Fara	Escursionismo
17 marzo	Da Gorizia alla Cona	Cicloescursionismo
24 marzo	Anello del Mrzli Vrh	Escursionismo
7 aprile	Monte Obruc e il confine di Rapallo (HR)	Escursionismo
14 aprile	Gorizia - vallone Vipava	Cicloescursionismo
21 aprile	Anello da Labin (Albona - Istria HR)	Cicloescursionismo
25 apr - 1 mag	Parco delle Madonie (Sicilia)	Escursionismo
28 aprile	Monte Taieit	Escursionismo
5 maggio	Monte Acomizza dalla Val Bartolo	Escursionismo
12 maggio	Giro delle grotte (Carso triestino)	Cicloescursionismo
19 maggio	Grahovo - Most na Soci - Juliana trail n. 10	Escursionismo
26 maggio	Banjšice (Bainsizza) da Gorizia	Cicloescursionismo
2 giugno	Lago Volaja con geologo e seniores	Escursionismo
9 giugno	Trnovski gozd da Gorizia	Cicloescursionismo
16 giugno	Traversata Crna Prst	Escursionismo
23 giugno	Ghiacciaio di roccia di Casera Razzo	TAM
30 giugno	Monte Col Gentile dalla Forca di Pani	Escursionismo
30 giugno	Monte Forno (Tarvisiano)	Cicloescursionismo
14 luglio	A: Monte Tolminski Kuk	Escursionismo
14 luglio	B: Monte Tolminski Migovec	Escursionismo
28 luglio	Monte Pramaggiore (60 Cime)	Escursionismo
11 agosto	Monte Scharnik (60 Cime)	Escursionismo
13-15 agosto	Weissmies e Lagghinhorn (SIA)	Alpinismo
1 settembre	Monte Piz di Mede	Escursionismo
7-8 settembre	Strudelkopf e Marchkinkele	Cicloescursionismo
15 settembre	Monte Cimone del Montasio (60 Cime)	Escursionismo
22 settembre	Monte Crostis - piattaforma carbonatica del M. Coglians	TAM
29 settembre	Anello Monte Na Glavi	Escursionismo
5-6 ottobre	Kolovrat e valle dello Iudrio	Cicloescursionismo

13 ottobre

13 o 20 ott

27 ottobre

3 novembre

3 novembre

10 novembre

24 novembre

15 dicembre

**Monte Col Visentin da Sella Pian
de le Femene**

Kostanjada a cura dell'S.P.D.G.

Monte Sciober

Lipica e Kokoš da Trebče

Monte Kremenjak con Alpeverein

Anello Passo dell'Arco

Anello del Monte Craguenza

Passo Siera da Tesis

Escursionismo

Cicloescursionismo

Escursionismo

Cicloescursionismo

Escursionismo

Escursionismo

Escursionismo

Ciaspe/Escursionismo

(*) **Nota:** Per la partecipazione alle gite escursionistiche è richiesto un contributo organizzativo pari a 3 € a partecipante, da versare obbligatoriamente durante la presentazione della gita, le iscrizioni si aprono e si chiudono nella serata di presentazione con il versamento della quota di partecipazione e della caparra (se prevista), non sono accettate iscrizioni per via telefonica o tramite e-mail. In caso di mancata partecipazione all'escursione il contributo di 3 € e la caparra non saranno restituite. Solo in caso di annullamento della gita da parte della Commissione Escursionismo saranno restituite le caparre non versate al gestore del rifugio.

Il ritrovo per tutte le escursioni, tranne Alpinismo Giovanile, sarà il piazzale antistante il Pala Bigot (di fronte il campo di calcio).

GRADI DI DIFFICOLTÀ DELL'ESCURSIONISMO PROPOSTO

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



Itinerario che si svolge su sentieri con evidenti tracce in terreno di vario genere (pascioli, detriti, pietraie...) e che corrisponde in gran parte a mulattiere realizzate per scopi agro - silvo - pastorali, militari o a sentieri di accesso a rifugi o di collegamento fra valli vicine; sono generalmente segnalati con vernice od ometti; è richiesto un discreto allenamento fisico e capacità di orientamento.

EE = Escursionisti Esperti



Si tratta di itinerari generalmente segnalati ma che implicano una capacità di muoversi agevolmente su terreni impervi e infidi, con tratti attrezzati o rocciosi; è richiesto un buon allenamento, una buona conoscenza della montagna, tecnica di base e un equipaggiamento adeguato. Corrisponde generalmente a un itinerario di traversata nella montagna medio alta e può presentare dei tratti attrezzati.

EEA = Escursionisti Esperti con Attrezzature



Vengono indicati sentieri attrezzati o vie ferrate che conducono l'escursionista su pareti rocciose o su creste e cenge, preventivamente attrezzate con funi e/o scale senza le quali il procedere costituirebbe una vera e propria arrampicata. Richiede adeguata preparazione ed attrezzatura quale casco, imbrago e kit da ferrata.



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, poco esposti e pendenze inferiori ai 25°, con dislivelli e difficoltà generalmente contenuti che garantiscono sicurezza di percorribilità.

Scala delle difficoltà su via ferrata:

F = Facile

Ferrata poco esposta, poco impegnativa con lunghi tratti su sentiero. Tracciato molto protetto, ben segnato, poco esposto e dove le strutture metalliche si limitano al solo cavo o catena fissati unicamente per migliorare la sicurezza.

PD = Poco Difficile

Ferrata anche lunga ed esposta, ma poco di forza e sempre facilitata dagli infissi posti su di essa. Tracciato più articolato, con canali e camini, con passaggi verticali e a tratti esposto; normalmente attrezzato con cavo o catena, con pioli e/o scale metalliche fisse.

D = Difficile

Ferrata che supera qualche breve strapiombo, con passaggi atletici, vuoto continuo. Il pericolo (caduta di pietre o altro) viene specificato ogni volta e non aumenta la valutazione della difficoltà, ma del rischio oggettivo. Tracciato continuamente verticale, molto articolato e con tratti di esposizione. Attrezzato con funi e/o catene, vari infissi metallici che richiedono un certo impegno fisico anche con l'aiuto di pioli d'appoggio.



SCAN ME

TD = Molto Difficile

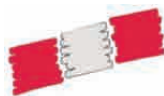
Ferrata con passaggi molto acrobatici, tecnici, che richiede forza nelle braccia ed assoluta mancanza di vertigini. Tracciato su rocce molto ripide ed estremamente articolate, ma senza validi appoggi che richiede anche il superamento di tratti strapiombanti. Attrezzato con funi metalliche e/o catene, solo occasionalmente con gradini artificiali che richiedono in ogni caso notevole forza fisica.

ED = Estremamente Difficile

A volte riferito ad un solo passaggio volutamente creato ad arte per impegnare sopra ogni immaginazione il frequentatore. In questo caso vi è un segnale di pericolo prima di intraprendere il passaggio e comunque vi è sempre la possibilità di un passaggio alternativo. Tracciato verticale e strapiombante, attrezzato prevalentemente con sola corda fissa e/o catena; gli appoggi esistenti sono esclusivamente naturali ed i pioli fissati sono pochissimi. È necessaria molta forza fisica soprattutto nelle braccia e possesso di tecnica di arrampicata: in sua assenza la scalata risulterà eccezionalmente difficile.



REGOLAMENTO ESCURSIONI SOCIALI



REGOLE GENERALI

ART. 1: Nell'adempimento dei propri scopi istituzionali, il CAI Sezione di Gorizia organizza escursioni sociali aventi il carattere specifico di attività collettiva.

Il programma annuale delle escursioni viene elaborato dalla Commissione Escursionismo e approvato dal Consiglio Direttivo che lo propone (art. 19 statuto sezionale) all'Assemblea dei Soci che l'adotta (art. 14 statuto sezionale).

Le escursioni sono gestite sul territorio da un Direttore di escursione e da uno o più Accompagnatori con verificata esperienza.

Per ogni tipologia di escursione, i Partecipanti dovranno dotarsi di tutte le attrezzature necessarie indicate dal Direttore di escursione.

Il Programma annuale delle escursioni sociali viene reso pubblico e con affissione all'albo sociale e portato a conoscenza dei Soci con la pubblicazione sul sito internet Sezionale e con altri mezzi di comunicazione a disposizione della Sezione.

ART. 2: La partecipazione è aperta a tutti i Soci del Club Alpino Italiano, regolarmente iscritti ad una Sezione del sodalizio o di Club Alpini di altri Stati che applichino il principio della "reciprocità".

È ammessa la partecipazione di "Non Soci", previa stipula di un'assicurazione giornaliera relativa agli infortuni e soccorso in montagna, nonché al relativo pagamento.

I minorenni possono partecipare solo se autorizzati da chi esercita nei loro confronti la "potestà dei genitori" e se accompagnati da persona responsabile che si assuma personalmente in proprio tutti i conseguenti rischi.

Nel caso di escursioni a carattere intersezionale, vale il Regolamento della Sezione organizzatrice e pertanto gli iscritti sono tenuti ad informarsi presso la suddetta Sezione.

ART. 3: Il rapporto che si instaura, durante le escursioni, tra il Direttore di escursione, gli Accompagnatori ed i Partecipanti si configura nella fattispecie dell'"accompagnamento volontario gratuito per spirito associativo, per amicizia o per mera cortesia e di tipo non professionale".

ART. 4: Per garantire la sicurezza di tutti, le iscrizioni alle escursioni saranno limitate ad un numero di partecipanti, prefissato ed insindacabile, deciso dagli organizzatori in rapporto al numero di Accompagnatori disponibili e/o alla difficoltà dell'escursione.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

ART. 5

- Le iscrizioni si raccolgono presso la Sede Sociale, in occasione della presentazione dell'escursione nella giornata e orario prefissato, e sono ritenute valide solo se accompagnate dal versamento della relativa quota di partecipazione.
- Iscrizioni telefoniche o tramite mail sono accettate a discrezione del Direttore di escursione e la quota di partecipazione dovrà essere versata prima possibile.
- In caso di escursioni con viaggio in pullman, e di adesioni oltre la capienza, avranno la precedenza i Soci della Sezione di Gorizia, quindi i Soci di altre Sezioni ed infine i non Soci. Verrà creata per gli esclusi una lista d'attesa.
- L'accettazione delle iscrizioni effettuate oltre il termine di cui al punto a) sarà a discrezione del Direttore di escursione.
- Può essere prevista la formazione di più gruppi nella stessa escursione, con diversi programmi. Per ogni gruppo sarà nominato un Direttore di escursione.
- Il Direttore di escursione, all'atto dell'iscrizione di tutte le escursioni e in particolar modo di quelle più impegnative, ha facoltà di chiedere al / ai partecipanti se in possesso di una adeguata preparazione tecnica e fisica (curriculum) e l'attestato di corso specifico (Escursionismo avanzato, ferrate, sci alpinismo e ghiaccio) e in possesso di attrezzatura tecnica adatta al tipo di escursione proposta.

- g) La mancata partecipazione non dà diritto alla restituzione delle quote versate all'atto dell'iscrizione. È invece ammessa la sostituzione con altro partecipante, le cui generalità devono essere tempestivamente comunicate.
- h) Solo se l'escursione viene annullata per qualsiasi motivo dalla Sezione, le quote e le caparre che non sono state versate ai gestori dei rifugi saranno restituite.
- i) Salvo specifica diversa indicazione, i viaggi con mezzi privati o con pullman iniziano e terminano nel luogo indicato sul programma come punto di ritrovo.
- j) L'assicurazione sociale copre il tragitto dal punto di ritrovo al luogo dell'escursione e viceversa.

OBBLIGHI DEL PARTECIPANTE

ART. 6: Il Direttore di escursione applica le proprie decisioni a tutto il gruppo di partecipanti, in relazione alla conduzione ed ai fini della sicurezza.

Può in qualsiasi momento modificare il percorso e/o interrompere l'escursione.

Può altresì escludere dall'escursione coloro che:

- a) non si attengono scrupolosamente alle sue disposizioni o si rifiutano di adeguarsi alle sue decisioni;
- b) coloro che tengano un comportamento indisciplinato e maleducato o irrispettoso degli altri e dell'ambiente naturale.
- c) mettano a repentaglio la sicurezza di sé o degli altri compiendo gesti avventati ed irresponsabili;
- d) se alla partenza, si rivelino sprovvisti dell'equipaggiamento o della attrezzatura necessaria a percorrere l'itinerario programmato o parte di esso in condizioni di sicurezza;
- e) decidano, davanti a testimoni, di abbandonare volontariamente il gruppo per seguire un percorso diverso da quello da lui stabilito.

Nel caso in cui un escursionista si mostri privo di un allenamento idoneo ad affrontare il percorso proposto o denunci uno stato di salute precario sarà accompagnato al punto di partenza dagli accompagnatori.

L'esclusione dalla gita comporta la perdita della copertura assicurativa e non dà diritto ad alcuna forma di risarcimento.

Il Direttore di escursione viene a tutti gli effetti sollevato da qualsiasi responsabilità.

SICUREZZA

ART. 7: La Sezione, il Direttore di escursione e gli Accompagnatori adottano ogni precauzione, dettata dall'esperienza, al fine di tutelare la sicurezza dei Partecipanti all'escursione, compreso un sopralluogo preliminare.

Qualora, per ragioni di sicurezza od organizzative, la meta o l'itinerario proposto non diano sufficienti garanzie sotto il profilo tecnico e sociale, è facoltà del Direttore di escursione modificarli, anche in corso di svolgimento, sostituendoli con altri tali da assicurare all'escursione il miglior successo possibile. Il Direttore di escursione può avvalersi dei consigli/supporti di Partecipanti più esperti.

ART. 8: La partecipazione all'escursione comporta l'integrale accettazione del presente Regolamento.

I Partecipanti sollevano il Direttore di escursione, gli Accompagnatori e la Sezione organizzatrice da ogni responsabilità in caso di incidenti che dovessero verificarsi durante lo svolgimento della stessa.

PRIVACY

ART. 9: La Sezione ha la facoltà di utilizzare i dati personali dei partecipanti, acquisiti all'atto dell'iscrizione alle escursioni, nel rispetto della legge vigente. Per effetto dell'iscrizione alle escursioni i partecipanti maggiorenni acconsentono di fatto alla eventuale divulgazione delle immagini riprese durante lo svolgimento delle stesse sul sito internet sezionale e sui Social.

I Partecipanti che non accettano che il materiale fotografico e/o video prodotto durante l'escursione sia utilizzato per gli scopi sociali del Club Alpino Italiano, tra cui anche la pubblicazione sul notiziario sezionale, la pubblicazione sul sito Internet Sezionale e sui Social, devono farlo presente al Direttore di escursione e ai partecipanti prima della partenza.



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI GORIZIA

FONDATA NEL 1883

CORSO DI SCIALPINISMO BASE – SA1



Febbraio – Marzo 2024

PROGRAMMA: Argomenti lezioni teoriche:

- Apertura ed introduzione del corso. Materiali nello scialpinismo.
- Condotta dell'escursione scialpinistica.
- Tecnica di ricerca dei travolti in valanga.
- Nivologia, valanghe e meteorologia alpina.
- Gestione delle emergenze ed autosoccorso.
- Fisiologia, alimentazione e tecnica di allenamento.
- Aspetti naturalistici dell'ambiente alpino.

Uscite pratiche:

Verranno eseguite sette uscite pratiche al sabato con la possibilità di recuperare eventuali uscite tra sabato e domenica consecutivi. Verrà eseguita una lezione pratica serale in un prato per esercitarci tutti assieme all'utilizzo dei propri dispositivi ARTVA.

REQUISITI: Il corso base SA1 si rivolge a persone che già conoscono le elementari tecniche dello sci e desiderano avvicinarsi alla montagna in veste invernale praticando lo scialpinismo.

ISCRIZIONI: Il numero massimo di iscritti è fissato in 12 allievi. Il costo del corso è fissato in € 250,00. Non potranno essere prese in considerazione prenotazioni telefoniche o via mail private per evitare spiacevoli inconvenienti.

INFO: M. De Monte 339.6281977 E-mail: maxdemonte@alice.it - F. Pacorì 338.1230530

CAI Sezione di Gorizia, Via Rossini, 13 34170 Gorizia c.p. 89 e-mail: escursionismo@calgorizia.it



CLUB ALPINO ITALIANO

SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO
GIULIANO – ISONTINA
S.E.G.I.

CORSO BASE IN AMBIENTE INNEVATO EAI1- CIASPE



Foto by R. Fuccaro

Gennaio – Febbraio 2024

PROGRAMMA: Argomenti lezioni teoriche:

- Alimentazione e preparazione fisica e movimento EAI.
- Equipaggiamento e materiali. Organizzazione e strutture del CAI.
- Cartografia e orientamento EAI.
- Meteorologia EAI. Ambiente Montano Innevato - Flora e Fauna
- Autosoccorso in valanga con ARTVA, pala e sonda. Elementi di nivologia e valanghe
- Elementi di primo soccorso. Soccorso alpino. Organizzazione di un'escursione in ambiente innevato

4 Uscite pratiche con 1 pernottamento in rifugio

REQUISITI: Il Corso è rivolto ai soci del CAI che desiderano acquisire elementi utili e di sicurezza, finalizzati alla pratica dell'attività escursionistica in ambiente innevato con l'ausilio delle racchette da neve. Si fa presente che durante le esercitazioni pratiche sarà indispensabile essere in possesso di calzature adatte all'escursionismo in ambiente innevato e relativo abbigliamento.

ISCRIZIONI: Il numero massimo di iscritti è fissato in 15 allievi e le iscrizioni saranno aperte dal giorno 15 dicembre 2024 recandosi in sede.

INFO: E-mail: corsiescursionismo.gi@gmail.com



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI GORIZIA

FONDATA NEL 1883

CORSO T.A.M. A PASSO DI FORESTA



Aprile 2024

PROGRAMMA: Argomenti 3 lezioni teoriche:

- Riconoscere il bosco: tipologie forestali, ecologia e riconoscimento specie forestali.
- Come gestire il bosco in un clima che cambia: selvicoltura, forma di gestione e trattamento dei boschi.
- A protezione della foresta: normativa forestale.

2 Uscite pratiche:

Nell'antica Silva lupanica: i boschi di Muzzana.

Cansiglio: gestione attiva e conservazione della biodiversità.

REQUISITI: Il Corso è rivolto ai soci del CAI.

ISCRIZIONI: Il numero massimo di iscritti è fissato in 20 allievi.

INFO: E-mail: ambiente@caigorizia.it



CLUB ALPINO ITALIANO

SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO
GIULIANO – ISONTINA
S.E.G.I.

CORSO DI ESCURSIONISMO FERRATE (EEA)



Maggio – Luglio 2024

PROGRAMMA: Argomenti lezioni teoriche:

- L'ambiente dell'escursionista esperto.
- Cultura della montagna.
- Trekking, Cammini e Sentiero Italia.
- Orientamento avanzato.
- Gestione delle emergenze
- Meteorologia.
- L'escursione impegnativa.

Uscite pratiche:

Cinque uscite pratiche con itinerari sia sulle Alpi Giulie che sulle Alpi Carniche in funzione della situazione neve sulle cime e versanti.

REQUISITI:

Il Corso è rivolto ai soci del CAI che desiderano acquisire elementi utili e di sicurezza, finalizzati alla pratica dell'attività escursionistica in autonomia su percorsi di difficoltà EE.

ISCRIZIONI:

Il numero massimo di iscritti è fissato in 12 allievi.

INFO:

E-mail: corsiescursionismo.gi@gmail.com

5° Corso di sci di fondo 2024



Ogni domenica
dal 14 gennaio
al 11 febbraio 2024
dalle 10.00 alle 12.00

Corsi di tecnica classica e
pattinata

- Base
- Intermedio
- Avanzato

Località: Val Saisera o
Arena Paruzzi in base alla neve

Costi: 100 € a persona per
l'intero corso (può variare a
seconda del numero dei
partecipanti)

Possibilità di noleggio di sci,
scarpe e bastoncini presso la
Scuola a 15 € al giorno

Il viaggio in auto è a cura
dei partecipanti

Preiscrizioni telematiche
sul sito
www.caigorizia.it entro
il 15 dicembre con boni-
fico di caparra di 40,00 €
sul CC del CAI Sezione di
Gorizia



Foto: Alberto Canevelli



Scuola Italiana di sci Valcanale



SEZIONE DI GORIZIA
FONDATA NEL 1883



CORSO DI PREPARAZIONE ATLETICA STAGIONE 2023/2024

Con l'insegnante
laureato in
SCIENZE MOTORIE
DANNY RICCIARDI



QUANDO

Martedì e Giovedì
dalle 19:00 alle 20:00

DOVE

Palestra I. CANKAR
Piazzale Puccini 40

INIZIO CORSO
MARTEDÌ 3 OTTOBRE
TERMINA A
FINE MAGGIO 2024

POSTI LIMITATI (40 max)
PER ISCRIVERSI AL CORSO INVIARE IL
RICORRERE COMPLETO AL FORM



Il corso rivolto a
tutti i soci ha la finalità di
preparare adeguatamente
alle uscite organizzate dalla
Sezione, migliorando la forma
fisica (muscolare, cardiovasco-
lare, mantenimento) e
riducendo l'incidenza
degli infortuni.



QUOTE SOCI CAI

2 ore alla settimana per un mese a **25 €**
1 ora alla settimana per un mese a **20 €**

Abbonamento per 3 mesi per 2 ore alla
settimana **65 €**





14 gennaio 2024



Monte Javornik da Podkraj

(m. 1.240)

(Selva di Piro - SLO)

Attività: escursionismo con ciaspe

Difficoltà: EAI

Tempi di percorrenza: 6:00 ore

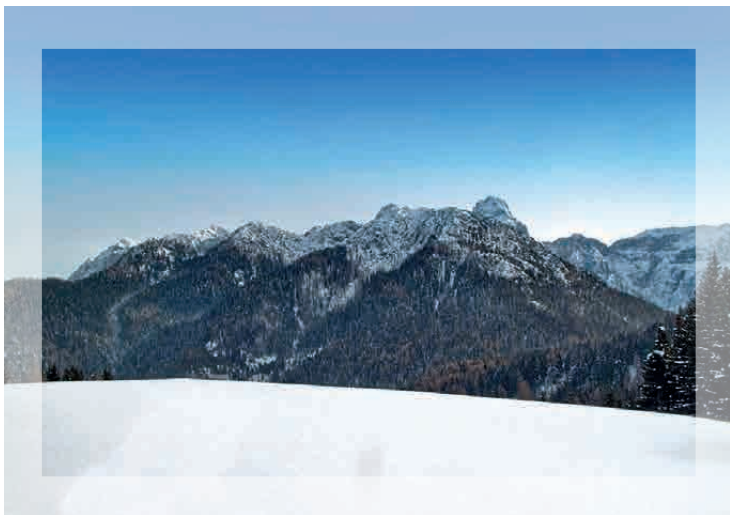
Dislivello: m. 600

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Attrezzatura raccomandata: ciaspe, ARTVA, pala, sonda

Accompagnatori: B. Ballarè (D.E.) e E. D'Osvaldo

Data presentazione: giovedì 11 gennaio ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



28 gennaio 2024



Sella Bieliga

Malga S. Leopoldo (m. 1.565)

Monte Piccolo (m. 1.748 - Alpi Giulie)

Attività: escursionismo con ciaspe

Difficoltà: EAI

Tempi di percorrenza: 7:00 ore circa

Dislivello: m. 900

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Attrezzatura raccomandata: ciaspe, bastoncini, ARTVA, sonda, pala

Accompagnatori: F. Pellegrini (D.E.) e M. Bressan

Data presentazione: giovedì 25 gennaio ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



11 febbraio 2024



**Giro delle malghe
Piancavallo** (m. 1.350)
(Prealpi Bellunesi)

Attività: escursionismo con ciaspe

Difficoltà: EAI

Tempi di percorrenza: 5:00 ore

Dislivello: m. 400

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Attrezzatura raccomandata: ciaspe, ramponcini, bastoncini, ARTVA, sonda, pala

Accompagnatori: L. Tulliso (D.E.) e L. Tardivo (A.S.E.)

Data presentazione: giovedì 8 febbraio ore 21 presso sede sociale, salvo diverse disposizioni.



18 febbraio 2024



**Escursione con Gruppo Speleo
Grotta del Paranco
(Carso Triestino)**

Attività: speleo

Difficoltà: E/EE

Tempi di percorrenza: 3:00 ore circa

Dislivello: - 40/+ 40 m

Quota di partecipazione: 3 € ()*

Accompagnatori: A. Luciani (D.E.) e L. Milanese

*Data presentazione: giovedì 15 febbraio ore 21 presso la sede
sociale, salvo diverse disposizioni.*



25 febbraio 2024

Monte Jelenk da Kanal (m. 787)
(Altopiano della Bainsizza - SLO)



Attività: escursionismo (treno)

Difficoltà: E

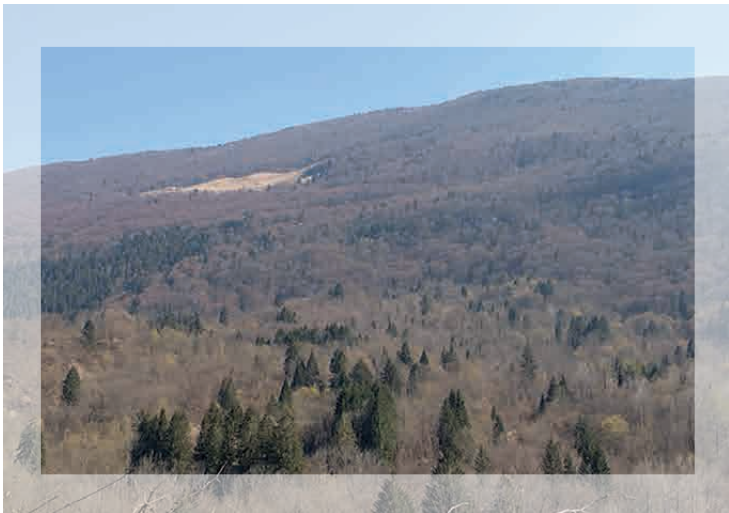
Tempi di percorrenza: 6:00 ore

Dislivello: m. 850 circa

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: S. Scaini (D.E.) e C. Peresson

Data presentazione: giovedì 22 febbraio ore 21 presso la
sede sociale, salvo diverse disposizioni.



10 marzo 2024

Monte Fara (m. 1.342)
(Prealpi Carniche)



Attività: escursionismo

Difficoltà: E

Tempo di percorrenza: 4:30 ore

Dislivello: m. 700

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: L. Tardivo (D.E.) e F. Chiandussi

Data presentazione: giovedì 7 marzo ore 21 presso la sede
sociale, salvo diverse disposizioni.



24 marzo 2024

Anello del Mrzli Vhr (m. 1.359)
Malghe Pretovc e Lapoc
(Prealpi Giulie - SLO)



Attività: escursionismo

Difficoltà: E

Tempi di percorrenza: 5:00 ore

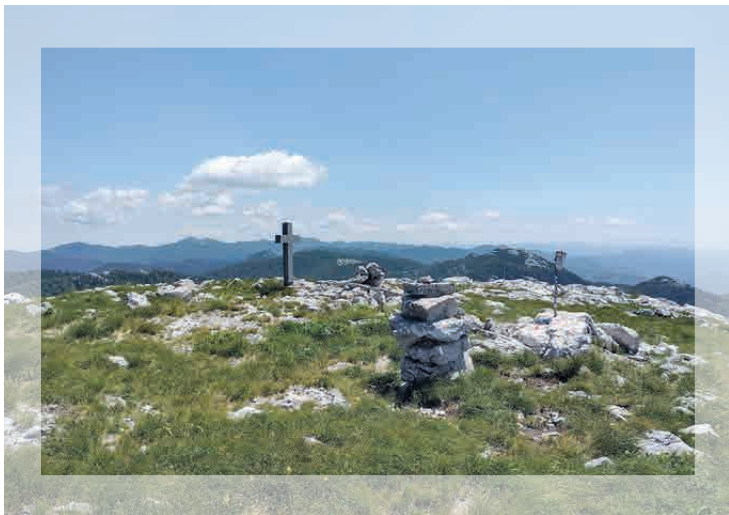
Dislivello: m. 600

Attrezzatura: normale da montagna

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Coordinatori: L. Milanese (D.E.) e A. Canevelli

Data presentazione: giovedì 21 marzo ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



7 aprile 2024

**Monte Obruc (m. 1.376)
e il confine di Rapallo
(Gorski Kotar - HR)**



Attività: escursionismo

Difficoltà: T/E

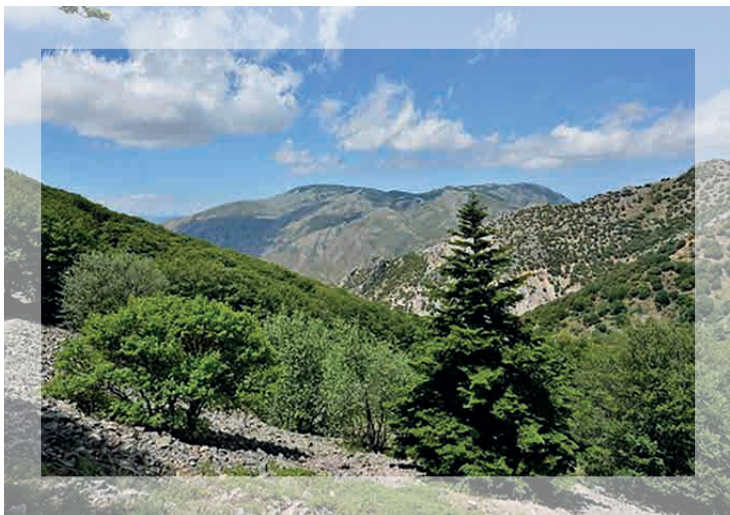
Tempi di percorrenza: 5:30 ore

Dislivello: m. 750

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Coordinatori: R. Fuccato (D.E.), M. Di Bartolomeo

Data presentazione: giovedì 4 aprile ore 21 presso la sede
sociale, salvo diverse disposizioni.



25 aprile - 1 maggio 2024

Parco delle Madonie
(Sicilia)



Attività: escursionismo / *Difficoltà:* E

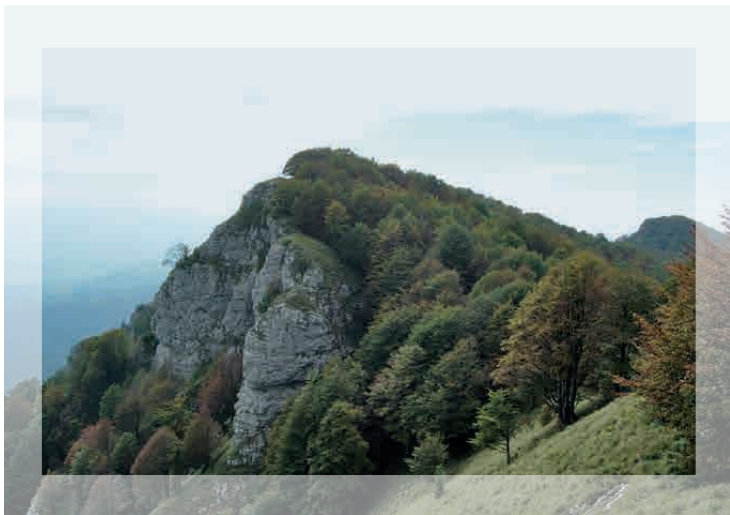
Programma: 4 escursioni nell'area del Parco delle Madonie con dislivelli intorno ai **600 e 900 m** e tempi di percorrenza **tra le 6 e le 8 ore**. 1 giorno visita a Cefalù con itinerario storico-culturale

Attrezzatura: sacco lenzuolo, pila frontale

Quota di partecipazione: 3 € (*) + 100 € di caparra

Coordinatori: G. Stefanutti (D.E.) e M. Vaccarella (CAI Madonie)

Data presentazione: giovedì 18 gennaio ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



28 aprile 2024

Monte Taieit dai Piani di Gerchia

(m. 1.369 - Prealpi Carniche)



Attività: escursionismo

Difficoltà: E

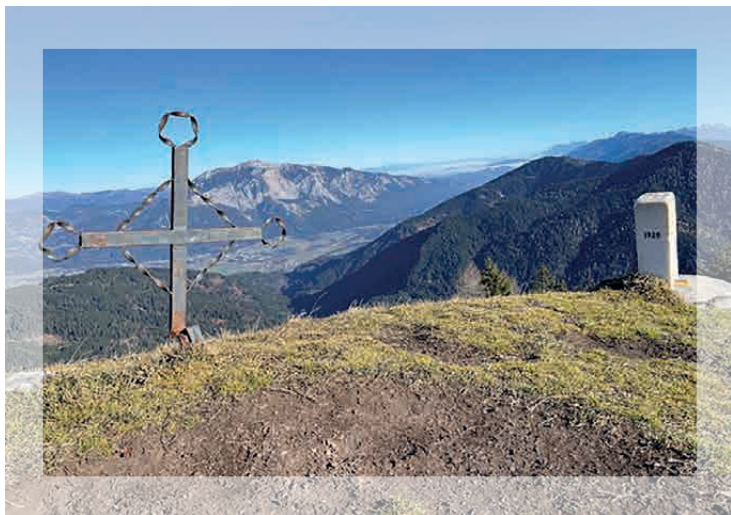
Tempi di percorrenza: 4:00 ore circa

Dislivello: m. 700

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Coordinatori: M. Borean (D.E.- A. E.) e M. Cavallin

Data presentazione: giovedì 25 aprile ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



5 maggio 2024

Monte Acomizza dalla Val Bartolo

(m. 1.810 - Alpi Carniche)



Attività: escursionismo

Difficoltà: E

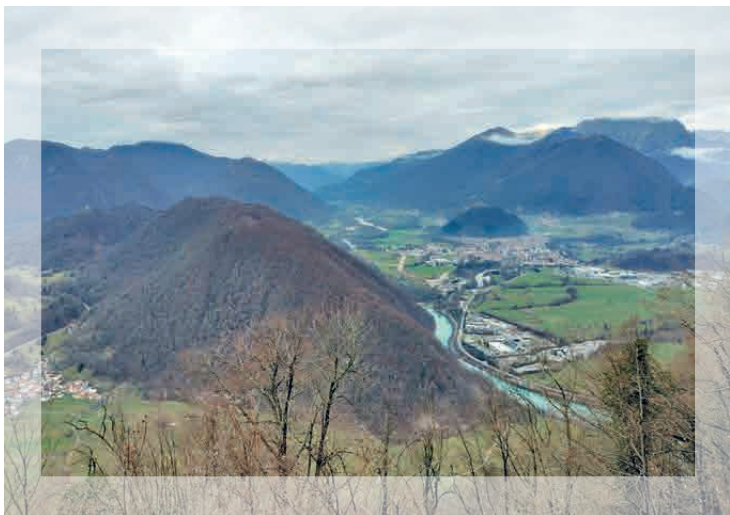
Tempi di percorrenza: 5:30 ore

Dislivello: m. 900

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: L. Milanese (D.E.) e A. Canevelli

Data presentazione: giovedì 02 maggio ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



19 maggio 2024

**Grahovo - Most na Soci
Juliana trail - Tappa n.10**
(Prealpi Giulie - SLO)



Attività: escursionismo (treno)

Difficoltà: E

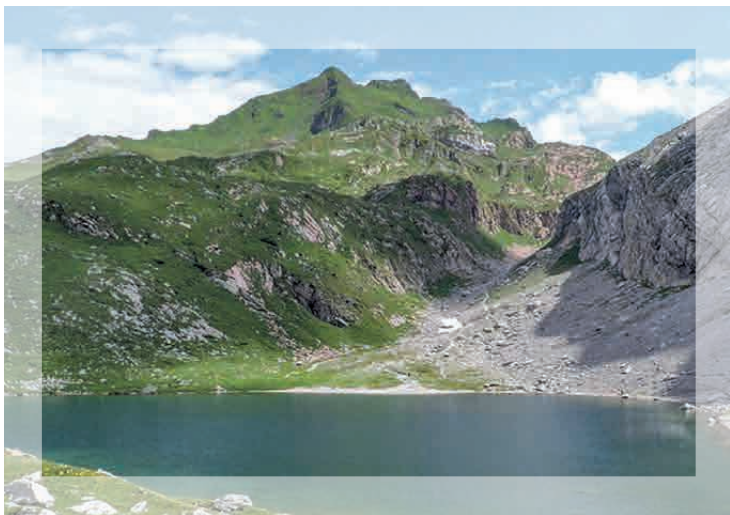
Tempi di percorrenza: 6:30 ore

Dislivello: m. 750

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: C. Peresson (D.E.) e R. Fuccaro

Data presentazione: giovedì 16 maggio ore 21 presso la
sede sociale, salvo diverse disposizioni.



2 giugno 2024

Lago Volaia (m. 1.997)
con geologo
(Alpi Carniche)



Attività: escursionismo

Difficoltà: E

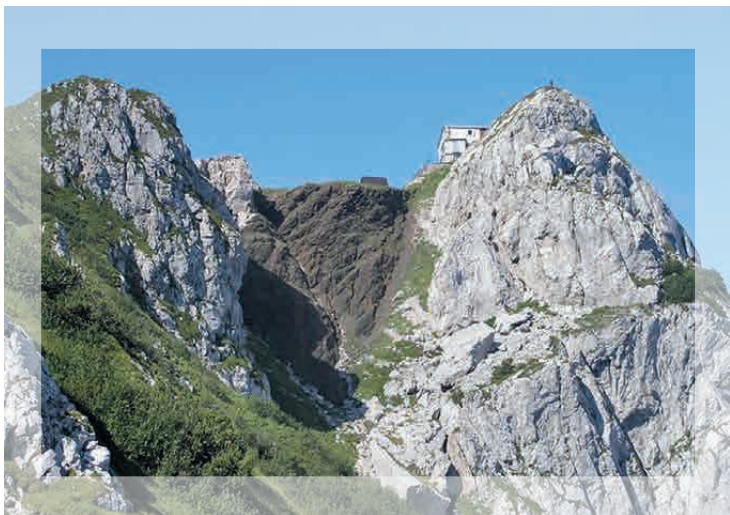
Tempi di percorrenza: 6:00 ore circa

Dislivello: m. 1.130

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: L. Tullisso (D.E.) e F. Iadarola

Data presentazione: giovedì 30 maggio ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



16 giugno 2024



Traversata Crna Prst
(m. 1.844 - Alpi Giulie - SLO)



Attività: escursionismo (treno)

Difficoltà: E

Tempi di percorrenza: 7:00 ore

Dislivello: m. 1.300

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: S. Scaini (D.E.) e T. Devetak

Data presentazione: giovedì 13 giugno ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



23 giugno 2024



**Ghiacciaio di roccia
di Casera Razzo. Glacialismo
e cambiamenti climatici**



Attività: escursionismo Tutela Ambiente Montano

Difficoltà: E

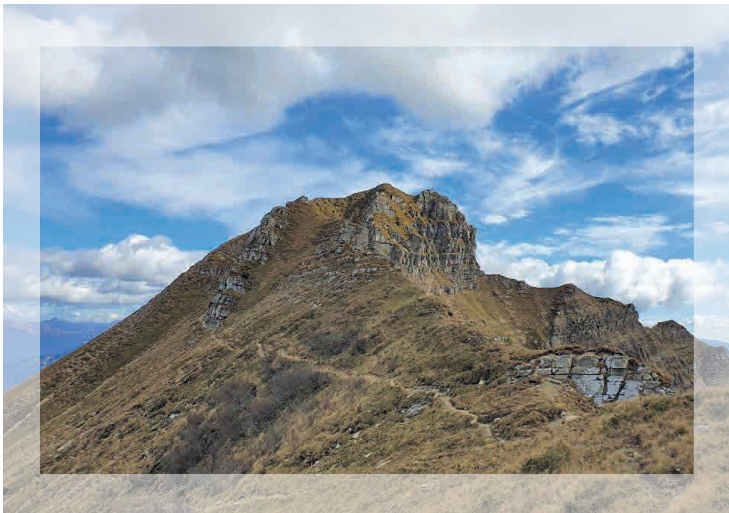
Tempi di percorrenza: 6:00 ore circa

Dislivello: m. 800

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Coordinatori: L. Del Nevo (D.E. - A.S.E./ORTAM)
e I. Brandellero (ORTAM)

Data presentazione: giovedì 20 giugno ore 21 presso la sede,
salvo diverse disposizioni.



30 giugno 2024



**Monte Col Gentile
dalla Forca di Pani**

(m. 2.075 - Alpi Carniche)

Attività: escursionismo

Difficoltà: EE

Tempi di percorrenza: 7:00 ore circa

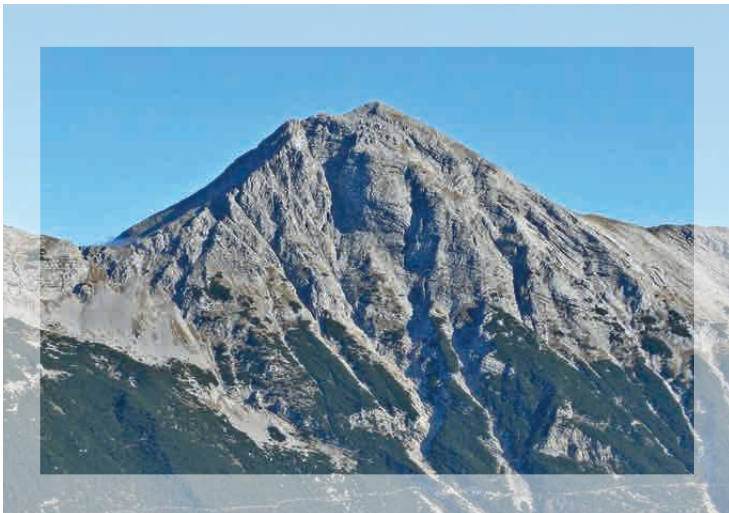
Dislivello: m. 1.200

Attrezzatura: normale da montagna (consigliati bastoncini)

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: F. Plesnizer (D.E.) e M. Plesnizer

Data presentazione: giovedì 27 giugno ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



14 luglio 2024



Monte Tolminski Kuk
(m. 2.085 - Alpi Giulie)

Attività: escursionismo

Difficoltà: EE

Tempi di percorrenza: 7:00 ore

Dislivello: m. 1.200

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: M. Borean (D.E. - A.E.) e R. Leban

Data presentazione: giovedì 11 luglio ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



14 luglio 2024



Monte Tolminski Migovec
(m. 2.085 - Alpi Giulie)

Attività: escursionismo

Difficoltà: E

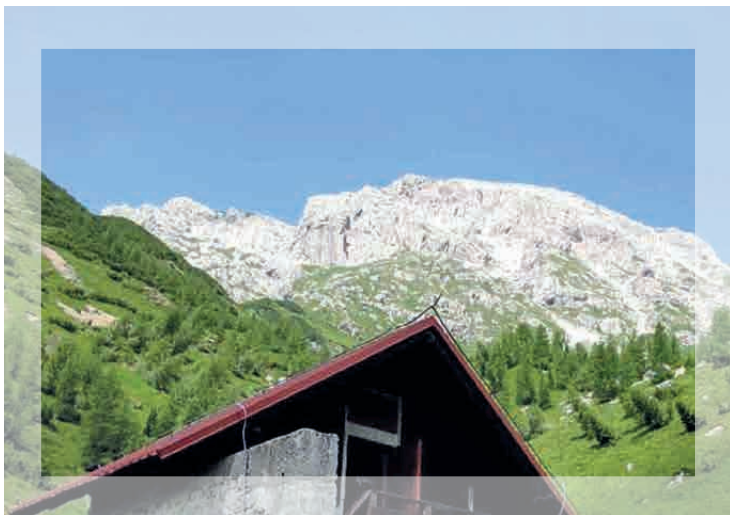
Tempi di percorrenza: 5:30 ore

Dislivello: m. 850

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: M. Quaglia (D.E.) e F. Pellegrini

Data presentazione: giovedì 11 luglio ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



28 luglio 2024



Monte Pramaggiore (m. 2.478)
(Dolomiti Orientali)

60 CIME DELL'AMICIZIA



Attività: escursionismo

Difficoltà: EE (F+)

Tempi di percorrenza: 7:30 ore circa

Dislivello: m. 1.400

Attrezzatura: caschetto (consigliati bastoncini)

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: F. Plesnizer (D.E.) e M. Plesnizer

Data presentazione: giovedì 25 luglio ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



11 agosto 2024



Monte Scharnik (m. 2.657)
(KreuzeckGruppe - A)
60 CIME DELL'AMICIZIA



Attività: escursionismo

Difficoltà: EE

Tempi di percorrenza: 7:00 ore

Dislivello: m. 1.050

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: P. Cettolo (D.E.) e R. Fuccaro

Data presentazione: giovedì 08 agosto ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



13-15 agosto 2024



Weissmies (m. 4.023) Lagghinhorn (m. 4.010) (Alpi Pennine - CH)

Attività: escursionismo, alpinismo

Difficoltà: EE/PD/II 35°

Tempi di percorrenza: **1° giorno** 6:00 ore; **2° giorno** 7:00 ore

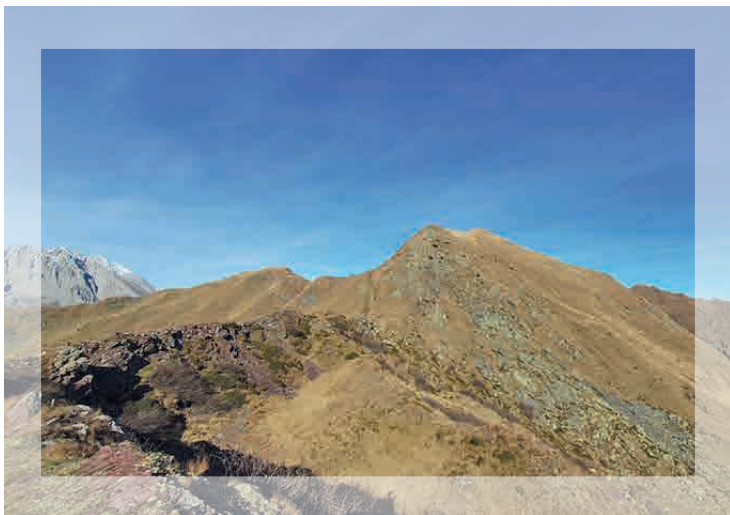
Dislivello: **1° giorno** m. 950 salita e 1.250 in discesa; pernottamento al Weissmies hutte (m. 2.726). **2° giorno** m. 1.280 salita, m. 950 in discesa. Eventualmente 3° giorno con pernottamento in rifugio.

Attrezzatura: ramponi, piccozza, imbragatura, moschettoni a ghiera, cordini da 3 m, sacco lenzuolo

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: M. Tavagnutti (D.E. - I.N.A.) e M. Persoglia (I.S.)

Data presentazione: giovedì 25 luglio ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni, durante la quale verranno controllare le attrezzature individuali e valutati i curricula dei partecipanti.



1 settembre 2024



Monte Piz di Mede (m. 2.094)
(Alpi Carniche)

Attività: escursionismo

Difficoltà: EE

Tempi di percorrenza: 7:00 ore circa

Dislivello: m. 1.250

Attrezzatura: normale da montagna (consigliati bastoncini)

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: M. Borean (D.E.-A.E.) e F. Plesnizer

Data presentazione: giovedì 29 agosto ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



15 settembre 2024



Monte Cimone del Montasio
(m. 2.379 - Alpi Giulie)
60 CIME DELL'AMICIZIA



Attività: escursionismo

Difficoltà: EEA (F)

Tempi di percorrenza: 7:00 ore circa

Dislivello: m. 950

Attrezzatura: casco, imbrago, set da ferrata omologato

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: F. Plesnizer (D.E.) e M. Plesnizer

Data presentazione: giovedì 12 settembre ore 21 presso la
sede sociale, salvo diverse disposizioni.



22 settembre 2024



**Monte Crostis - Piattaforma
carbonatica del Coglians
(Alpi Carniche)**



Attività: escursionismo Tutela Ambiente Montano

Difficoltà: E

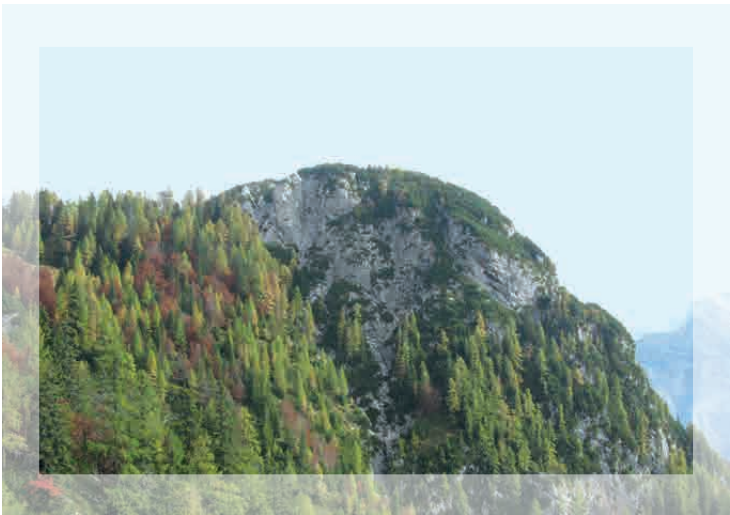
Tempi di percorrenza: 6:00 ore circa

Dislivello: m. 800

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: L. Del Nevo (D.E. - A.S.E./ORTAM) e L. Tullisso

Data presentazione: giovedì 19 settembre ore 21 presso la
sede sociale, salvo diverse disposizioni.



29 settembre 2024



Anello Monte Na Glavi
(m. 1.666 - Alpi Giulie - SLO)

Attività: escursionismo

Difficoltà: EE

Tempi di percorrenza: 7:00 ore

Dislivello: m. 1.100

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: R. Leban (D.E.) e S. Scaini

Data presentazione: giovedì 26 settembre ore 21 presso la
sede sociale, salvo diverse disposizioni.



13 ottobre 2024



**Monte Col Visentin da Sella Pian
de le Femene (m. 1.763)
(Prealpi Trevigiane)**

Attività: escursionismo

Difficoltà: E

Tempi di percorrenza: 6:00 ore circa

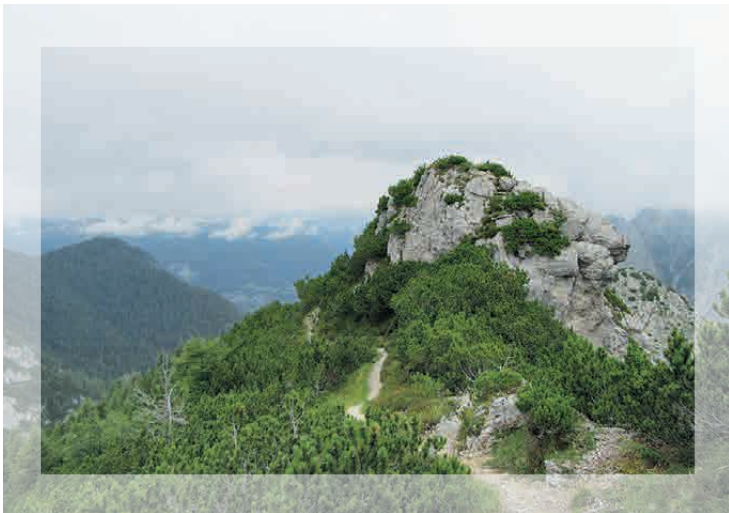
Dislivello: m. 600

Attrezzatura: normale da montagna (bastoncini consigliati)

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: T. Devetak (D.E.) e F. Bigatton

Data presentazione: giovedì 10 ottobre ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



27 ottobre 2024



Monte Sciober (m. 1.853)
(Alpi Giulie)

Attività: escursionismo

Difficoltà: EE

Tempi di percorrenza: 7:00 ore circa

Dislivello: m. 1.100

Attrezzatura: normale da montagna (bastoncini consigliati)

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: S. Mari. (D.E. - A.E.) e F. Plesnizer

Data presentazione: giovedì 24 ottobre ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



3 novembre 2024

**Monte Kremenjak
con l'Alpenverein di Villach**
(Carso - SLO)



Attività: escursionismo

Difficoltà: E

Tempi di percorrenza: 4:30 ore

Dislivello: m. 300

Quota di partecipazione: 3 € ()*

Accompagnatori: F. Algadeni (D.E.) e M. Quaglia

*Data presentazione: giovedì 31 ottobre ore 21 presso la sede
sociale, salvo diverse disposizioni.*



10 novembre 2024

Anello del Passo dell'Arco

(m. 1.907 - Alpi Carniche)



Attività: escursionismo

Difficoltà: E (breve tratto EE)

Tempi di percorrenza: 4:30 ore

Dislivello: m. 750

Attrezzatura: normale da montagna (bastoncini consigliati)

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: A. Canevelli (D.E.) e L. Milanese

Data presentazione: giovedì 07 novembre ore 21 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni.



24 novembre 2024

Anello del Monte Craguenza
(m. 949 - Valli del Natisone)



Attività: escursionismo

Difficoltà: E

Tempi di percorrenza: 6:00 ore

Dislivello: m. 700

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: R. Fuccaro (D.E.) e A. Canevelli

Data presentazione: giovedì 21 novembre ore 21 presso la
sede sociale, salvo diverse disposizioni.



15 dicembre 2024



Passo Siera da Tesis (m. 1.592)
(Alpi Carniche)

Attività: escursionismo con ciaspe

Difficoltà: EAI

Tempi di percorrenza: 6:00 ore circa

Dislivello: m. 750

Attrezzatura: ciaspe, ramponcini, bastoncini, ARTVA, sonda, pala.

Quota di partecipazione: 3 € (*)

Accompagnatori: B. Ballarè (D.E.) e S. Mari.

Data presentazione: giovedì 12 dicembre ore 21 presso la
sede sociale, salvo diverse disposizioni.



Calendario Alpinismo Giovanile

(Presentazione e iscrizioni all'attività mercoledì 17 gennaio in sede, ore 18.00)

Per informazioni e-mail: alpinismo.giovanile@caigorizia.it



Data	Attività	Meta	Coordinatori
17 gennaio	Presentazione attività	Sede	
21 gennaio	Uscita invernale	Meta da definire	Tulisso (D.E.) Vendramin
18 febbraio	Manutenzione sentieri	Carso	Tulisso (D.E.) - Strgar
3 marzo	Open Day	Vodice	Buzzinelli (D.E.) - Strgar
24 marzo	Valli del Natisone, visita Centro Rapaci e laboratorio	Valli Del Natisone	Mari (D.E.) - Figel
14 aprile	Escursione in grotta con Gruppo Speleo		Mari (D.E.) - Brandolin

maggio	Attività di Mani sulla Roccia		Buzzinelli (D.E.) - Figel
26 maggio	Ferrata	Meta da definire	Buzzinelli (D.E.) - Figel
2 giugno	Sentieri Selvaggi	Monte Terzo	Buzzinelli (D.E.) - Strgar
19-22 giugno	Intersezionale - Conosciamo la fauna	Piani Del Montasio	Pozzo (D.E.)
22-23 giugno	Solstizio (Corso - Concorso fotografia)	Rifugio Berti	Mari (D.E.) - Glessi
2-7 luglio	Intersezionale - Campo scuola sentieri	Paluzza	Mari (D.E.)
12-13-14 luglio	Dolomiti	Meta da definire	Buzzinelli (D.E.) - Figel
31 agosto-1 settembre	Intersezionale - L'alpinismo in quota	Meta da definire	Mari (D.E.)
1 settembre	60 Cime	Cimone del Montasio	Buzzinelli (D.E.) Vendramin
6 ottobre	Ferrata	Monte Gartnerkofel	Mari (D.E.) - Glessi
16 novembre	Notturna	Kolovrat	Braidot (D.E.) Brandolin
11 dicembre	Festa conclusiva	Sede	

Tutte le attività (tranne le INTERSEZIONALI) prevedono itinerari dedicati anche al gruppo family





Calendario Gruppo Seniores



Per informazioni e-mail: seniores@caigorizia.it

Data	Itinerario	Diff.	Accompagnatori
17 gennaio	Culturale - Gli antichi borghi dell'Istria interna	T	Tardivo F (D.E.) Chiandussi
24 gennaio	Kremenjak - Carso	T	Peresson C (D.E.) - Zitteri
31 gennaio	Anello monte San Daniele Slovenia	E	Peresson C (D.E.) - Zitteri
14 febbraio	Balcon di Provezi da Moggio	E	Canevelli (D.E.) - Vidman
28 febbraio	Cascate di Kot (valli Natisone)	E	Kodermac (D.E.) Candussi
13 marzo	Anello di Anduins	T/E	Antoniazzi (D.E.) Foghin L
27 marzo	Traversata Illegio - Campiolo (percorsi A +B)	T/E	Fuccaro (D.E.) - Luisa
10 aprile	Chiusa di Plezzo	E	Franco (D.E.) - Chiandussi
24 aprile	Cason di Lanza - bivacco Lomasti	E	De Monte (D.E.) Candussi
8 maggio	Anello di Smokvica - Slovenia	E	Franco (D.E.) - Paternoster
17-22 maggio	Trekking, tratti del Sentiero San Benedetto	T/E	Canevelli (D.E.) - Vidman
2 giugno	Lago di Volaia (Sezionale)	E	Canevelli (D.E.) - Vidman
4 -5 giugno	Raduno Seniores VFG a Merano	T/E	Tardivo (D.E.) - Chiandussi
20-21 giugno	Solstizio a Sappada	E	Seculin (D.E.) - Vidman
4 luglio	Monte Gola da Collina (Intersezionale con Udine)	E	Fuccaro (D.E.) - Delbello
17 luglio	Col Cornier	E	Antoniazzi (D.E.) - Franco

30-31 luglio	Sassopiatto - Sassolungo	E/EE	Costa P (D.E.) - Buccioli
11 settembre	Gole di Vintgar - Bled	E	Vuaran (D.E.) - Franco
25 settembre	Monte Slatnik (Alpi Giulie Orientali - Slovenia)	E	Peresson (D.E.) - Zitteri
9 ottobre	Villa di Verzegnis - monte Navado e lago	E	Antoniazzi (D.E.) Foghin L.
23 ottobre	Krnsko Jezero dalla val Lepena	E	Fuccaro (D.E.) - Delbello
6 novembre	Anello monte Flagjel da Val Tochel	E	Tardivo F (D.E.) - Boscarol
20 novembre	Anello del monte Di Ledis (Venezia)	E	Tardivo L (D.E.) - Zoff
4 dicembre	Anello Carso di Comeno	T/E	Fuccaro (D.E.) - Delbello
18 dicembre	Anello "quota 383" da Plava Convivio a Dermota	T	Kodermac (D.E.) Candussi

Le mete dettagliate saranno pubblicate sul sito sezione ed inviate ai soci tramite mail.
Per informazioni e-mail: **seniores@caigorizia.it**





Calendario Gruppo Cicloescursionismo

Per informazioni e-mail: escursionismo@caigorizia.it

Data	Itinerario	Diff.	Coordinatori
17 marzo	Intro al Ciclo Escursionismo da Gorizia alla Cona (con ritorno in treno da Monfalcone)	TC/TC	Croci (D.E.) - Ballarini
14 aprile	Intro al Ciclo Escursionismo - Gorizia - vallone Vipava (Vipacco)	TC/TC	Caravello (D.E.) Ballarini
21 aprile	Anello da Labin (Albona - Istria HR)	TC/MC	Clemente (D.E.) Croci
12 maggio	Giro delle grotte (Carso triestino)	TC/MC	Croci (D.E.) - Živic
26 maggio	Banjšice (Bainsizza) da Gorizia	TC/MC	Živic (D.E.) - Mervig
9 giugno	Trnovski gozd (Selva di Tarnova) da Gorizia	TC/MC	Clemente (D.E.) Caravello
30 giugno	Monte Forno (Tarvisiano) con Sezione di Tarvisio. Bici e treno	TC/MC	Caravello (D.E.) Mervig
7/8 settembre 2gg	Strudelkopf (Monte Specie) e Marchkinkele (Cornetto di confine) da Niederdorf (Villabassa - Pusteria)	TC-MC	Mervig (D.E.) Ballarini
5/6 ottobre 2gg	Kolovrat e valle dello Iudrio	TC/MC	Clemente (D.E.) Croci
13 o 20 ottobre	Kostanjada a cura dell'S.P.D.G.	TC/MC	Škorjanc (D.E.) Clemente
3 novembre	Lipica e Kokoš (Cocussio) da Trebče (Trebiciano)	TC/MC	Clemente (D.E.) Živic



SCAN ME



La presentazione delle gite sarà fatta il giovedì precedente l'uscita alle ore 21:00 presso la sede sociale, salvo diverse disposizioni. Le mete dettagliate saranno pubblicate sul sito sezione ed inviate ai soci tramite mail. **Per iscriverti al gruppo e ricevere tutte le novità, inquadra il QR code a lato**





Gruppo Speleo "L.V. BERTARELLI"
Fondato nel 1961

Programma attività **Gruppo Speleo "L.V. Bertarelli"**

18 FEBBRAIO – GITA SOCIALE aperta a tutti i Soci della Sezione alla Grotta del Paranco - Carso Triestino.

14 APRILE - GITA con Alpinismo Giovanile.

10 NOVEMBRE - 60° MESSA IN GROTTA, accompagnata dal Coro "Monte Sabotino" della Sezione, presso una cavità del Carso Goriziano.

Le mete dettagliate saranno pubblicate sul sito, ed inviate ai soci tramite mail.



GRUPPO SPELEO "L. V. BERTARELLI" - Sez. C.A.I. di GORIZIA
Via Rossini, 13 - 34170 Gorizia (GO)

Per informazioni e-mail: speleobertarelli@yahoo.it

PEC: speleo.bertarelli@pec.it

Consultate il sito **SPELEO BERTARELLI** con il **QR code**





La guida «**60 cime dell'amicizia**» intende continuare la missione voluta dagli ideatori delle cime dell'amicizia; stimolare ed agevolare sincere relazioni tra gli uomini e l'amicizia in montagna.

Sono previsti 60 itinerari alpinistici nelle regioni confinanti del **Friuli-Venezia Giulia**, della **Carinzia** e nello Stato di **Slovenia**, allo scopo di far conoscere meglio queste regioni, le loro montagne e di approfondire l'amicizia tra le popolazioni e curare il cameratismo alpino.

Chi potrà documentare di aver salito almeno 30 delle cime previste (dieci per regione o Stato), riceverà, dopo aver inviato alla Sezione coordinatrice il suo

diario, il diploma. Per la salita delle 60 cime, il distintivo. I possessori di questi distintivi, a prescindere dalla classe sociale, del Paese di appartenenza e della lingua, sono legati dalla comune aspirazione verso il cameratismo alpino, che troverà il suo vero senso nel reciproco rispetto, nel soccorso e nella collaborazione.

ESCURSIONISMO - CAI Sezione di Gorizia

SCAN ME



Consultate la pagina del nostro sito dedicata alle “**60 Cime dell'Amicizia**”

Inquadrate con il vostro SmartPhone il **QR-code** al lato della pagina.

Presso la segreteria del CAI di Gorizia è in vendita il libretto cartaceo al prezzo di 10 €.

Per info e-mail: escursionismo@caigorizia.it

Queste le Sezioni coordinatrici:

in Italia: Club Alpino Italiano - Sezione di Gorizia, via Rossini 13, I - 34170 GORIZIA

in Austria: Oesterreichischer Alpenverein, Zweig Villach, Schanzgasse 3 A - 9500 VILLACH - Postfach 130

in Slovenia: Planinska zveza Slovenije, Dvoržakova 9, SLO -1000 LJUBLJANA



**Scuola Isontina
di ALPINISMO**



**CAI GORIZIA E
MONFALCONE**

CORSI SCUOLA ISONTINA DI ALPINISMO



Marzo – Aprile 2024 (indicativo)

Progressione su vie ferrate

Lo scopo del corso è quello di trasmettere tutte le nozioni di base per poter affrontare in autonomia ferrate di semplice difficoltà e di aggregarsi a gruppi più esperti per affrontare in sicurezza ferrate di media difficoltà.

E' rivolto non solo ai neofiti che non hanno mai percorso pareti attrezzate ma anche a chi già le frequenta per un approccio più strutturato nella preparazione di una gita, per affinare le tecniche di progressione e per avere una maggiore consapevolezza dei rischi legati a questo modo di andare in montagna.

Il corso prevede lezioni teoriche serali in sede e lezioni pratiche in ambiente.

Aprile – Maggio 2024

Attività in corso di definizione

INFO:

info@scuolaisontina.org



**Scuola Isontina
di ALPINISMO**



**CAI GORIZIA E
MONFALCONE**



La Scuola Isontina di Alpinismo nasce nel 1986 da un'idea di alcuni membri del "Gruppo Roccia" della sezione CAI di Gorizia e di alcuni soci della sezione CAI di Monfalcone, con lo scopo di diffondere la preparazione alpinistica tra i soci, organizzare corsi di formazione alpinistica ai vari livelli, formare i nuovi istruttori di alpinismo, collaborare con le attività sezionali e promuovere la cultura alpinistica in tutti i suoi aspetti, nonché la pratica dell'alpinismo ad alto livello.

Per informazioni e-mail: **info@scuolaisontina.org**



SCAN ME

Consultate il sito della SIA per aggiornarvi sui corsi proposti dalla Scuola, inquadrare con il vostro SmartPhone il **QR-code** al lato della pagina.



Monte Pramaggiore 2.478 m

