



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI
CASTELLAMMARE DI STABIA
FONDATA NEL 1935

PROGRAMMA 2025

montagne da vivere insieme

PROGRAMMA 2025

Le tre regole della montagna

1. Non sopravvalutare mai le tue capacità
2. Non sottovalutare i pericoli
3. Se decidi di infrangere volontariamente queste due regole, sei responsabile delle tue azioni e ne pagherai le conseguenze.

da "La montagna dentro" di Hervé Barmasse

LEGENDA DELLE ATTIVITA'



ESCURSIONISMO



ESCURSIONISMO
PER ESPERTI



MANUTENZIONE
SENTIERI



ALPINISMO



VIA FERRATA
E ARRAMPICATA



ESCURSIONISMO
AMBIENTE INNEVATO



CAI FAMIGLIA

GENNAIO



da lun 30 dic a mer 2 gen - Parco Nazionale del Pollino
Ciaspolate nei Monti di Orsomarso

Programma dettagliato in sede e su www.caistabia.it

Direttore: Raffaele Luise



dom 5 - Monti Lattari

A - Sui sentieri di Dorina: I sentieri Lubrensi da Sorrento

Dislivello: 380 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **T**

Direttori: Massimo Cesaro - Maria Grazia Spronati



mer 8 - Monti Lattari

A - Da Dragonea di Vietri ed Albori per il Monte Falerzio (684 m)

Dislivello: 639 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **E/EE**

Direttore: Gennaro Pisacane



dom 12 - Parco Nazionale della Maiella

AR - Monte Rotella (2129 m) da Pescocostanzo

Dislivello: 725 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **F**

Direttore: Raffaele Luise



mer 15 - Monti Lattari

A - Da Montepertuso di Positano per il Vallone Pozzo e la Caserma Forestale (780 m)

Dislivello: 1050 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: **E**

Direttore: Gennaro Pisacane



sab 18 - Monti Lattari

Uscita di manutenzione sentieri

Coordinatore: Loris Tango



dom 19 - Monti Lattari

A - Chiese e colline di Stabia

dalla Cattedrale a Monte Coppola (400 m) per Quisisana

Dislivello: 350 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **T**

Direttori: Antonio Matrone - Antonio Ruocco



mer 22 - Monti Lattari

A - Da Cetara per il Monte dell'Avvocata (1014 m)

Dislivello: 1110 m - Durata: 8 ore - Difficoltà: **E**

Direttore: Gennaro Pisacane

da ven 24 a lun 27 - Monti Lattari

I sentieri di Capri

Programma dettagliato in sede e su www.caistabia.it

Direttore: Gennaro Pisacane



da sab 25 a dom 26 - Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise

Week-end di ciaspolate nel parco

Programma dettagliato in sede e su www.caistabia.it

Direttore: Pio Gaeta



dom 26 - Monti Lattari

A - Ravello da Maiori per Sambuco

Dislivello: 365 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **E**

Direttore: Raffaele D'Arco



dom 26 - Monti Picentini

Family CAI



AR - Ciaspolata al rifugio degli Uccelli da Campolaspierto

Dislivello 150m - Durata: 2 ore - Difficoltà: **EAI**

Direttori: Marco Celentano - Valeria Ruoppo



dom 26 - Monti del Matese

A - Vie alpinistiche invernali a La Gallinola (1923 m)

Vie da decidere in base alle condizioni

Dislivello: 500 m - Durata: 8 ore - Difficoltà: **AD+**

Direttori: Davide Cuturi - Ciro Balzano



mer 29 - Monti Lattari

A - Da Santa Caterina di Scala a Santa Maria dei Monti per il Monte Candelitto (1201 m)

Dislivello: 940 m - Durata: 8 ore - Difficoltà: **E**

Direttore: Gennaro Pisacane

FEBBRAIO



sab 1 feb - Monti Lattari

A - Da Bomerano a Nocelle per il Monte tre Calli (1102 m) e il Sentiero degli Dei

Dislivello: 1000 m - Durata: 7:30 ore - Difficoltà: **E/EE**

Direttore: Santolo Ferrara



sab 1 feb - Monti Lattari

Uscita di manutenzione sentieri

Coordinatore: Loris Tango



dom 2 feb - Monti Lattari

Biblioescursione

AR - Guglia Castellano (420 m) e Grotta della Regina da Castellammare

Dislivello: 400 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: **E**

Direttore: Raffaele Luise



mer 5 feb - Monti Lattari

A - Da Agerola alla Valle delle Ferriere per il Sentiero Alto

Dislivello: 1218 m - Durata: 9:30 ore - Difficoltà: **EE**

Direttore: Gennaro Pisacane



dom 9 feb - Parco Nazionale del Cilento, Valle di Diano e Alburni

A - Da Giungano a Trentinara per le cascate del Solofrone

Dislivello: 500 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: **EE**

Direttori: Massimo Cesaro - Maria Grazia Spronati



dom 9 feb - Monti del Matese

Family CAI



A - Ciaspolata per i più piccoli

Dislivello: Irrilevante - Durata 5 ore - Difficoltà: **EAI**

Direttori: Nino Mastellone - Maria Pia Macrì



dom 9 feb- Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise

AR - Cima del Lupo (2007 m) da Forca d'Acero per la valle Inguagnera

Dislivello: 650 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: **F+**

Direttore: Raffaele Luise



mer 12 feb - Monti Lattari

A - Da Agerola al Monte San Michele (1444 m)

Dislivello: 1050 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: **E/EE**

Direttore: Gennaro Pisacane



dom 16 feb - Monti Lattari

A - Da Seiano a Piano di Sorrento per il Monte Vico Alvano (643 m)

Dislivello: 630 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **E**

Direttore: Raffaele D'Arco



mer 19 feb - Monti Lattari

A - Da Campinola di Tramonti al Monte Finestra (1138 m)

Dislivello: 960 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: **EE**

Direttore: Gennaro Pisacane



sab 22 feb - Monti Lattari

A - Ravello: il Castello di Montalto (760 m) per Colle Punta Mele

Dislivello: 500 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: **EE**

Direttore: Santolo Ferrara



dom 23 feb - Monti Lattari

A - Da Santa Maria del Castello al Pertuso (475 m)

Dislivello: 700 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **E**

Direttori: Stefania Bressan - Enzo Vista



dom 23 feb - Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise

Intersezionale Castellammare di Stabia, Avellino e Benevento

AR - Ciaspolata al Monte Marrone (1804m) da Castelnuovo al Volturmo

Dislivello: 600m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **EAI**

Direttore: Eugenio Simioli



dom 23 feb - Appenino Lucano

A - Vie alpinistiche invernali al Monte Santa Croce (1893 m)

Vie da decidere in base alle condizioni

Dislivello: 600 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: **AD+**

Direttori: Davide Cuturi - Ciro Balzano



mer 26 feb - Monti Lattari

T - Dal Passo di Tramonti a Ravello per il Monte Cerreto (1316 m)

Dislivello: 785 m salita - 1120 m discesa - Durata: 7 ore - Difficoltà: **EE**

Direttore: Gennaro Pisacane

MARZO



sab 1 - Monti Lattari

Uscita di manutenzione sentieri

Coordinatore: Loris Tango



dom 2 - Campi Flegrei

T - Trekking Urbano Storico - Culturale

Viaggio tra Castelli, Chiese e Cimiteri nei Campi Flegrei

Dislivello: irrilevante - Durata: 6 ore - Difficoltà: **T**

Direttore: Raffaele D'Arco



mer 5 - Monti Lattari

A - Da Amalfi a Pogerola per la Riserva Naturale di Valle delle Ferriere

Dislivello: 570 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **E**

Direttore: Gennaro Pisacane

da ven 7 a lun 10 - Monti Lattari

Alta Via dei Monti Lattari

Programma dettagliato in sede e su www.caistabia.it

Direttore: Gennaro Pisacane



dom 9 - Monti Lattari

A - Ravello sentiero Fontana Carosa

Dislivello: 400 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: **E**

Direttore: Santolo Ferrara



dom 9 - Monti del Matese

Family CAI



Bocca della selva - Avvicinamento alla neve

Dislivello: Irrilevante - Durata: 3 ore - Difficoltà: **EAI**

Direttori: Chiara Del Gaudio - Gianfranco Cozzolino



mer 12 - Monti Lattari

A - Da Chiunzi di Tramonti (650m) a Maiori per il Sentiero delle 13 Chiese ed il Sentiero delle Formichelle

Dislivello: 250 m salita - 800 m discesa - Durata: 7 ore - Difficoltà: **E**

Direttore: Gennaro Pisacane



dom 16 - Monti Lattari

T - Da Maiori ad Amalfi per Minori e Atrani

Dislivello: 500 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: **E**

Direttori: Massimo Cesaro - Maria Grazia Spronati



dom 23 - Monti Lattari

Intersezionale Castellammare di Stabia e Caserta

A - Monte Faito (1100 m) dalla Reggia di Quisisana e ritorno per il Piano di Currione

Dislivello: 1000 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: **EE**

Direttore: Raffaele Luise



dom 23 - Monti Marsicani

Intersezionale Castellammare di Stabia, Avellino e Popoli

AR - Serra Sparvera (1998 m) da Piano Cinque Miglia

Dislivello: 700m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **EAI**

Direttore: Eugenio Simioli



dom 30 - Volturara Irpina

AR - Le Vie Ferrate di volturara

Dislivello: 180 m - Durata: 2 ore - Difficoltà: **EEA**

Direttore: Nino Mastellone



dom 30 - Monti Lattari

A - Da San Lazzaro a Monte Ciavano (1031 m) e ritorno per la Croce di Scupolo(1078 m)

Dislivello: 750 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **EE**

Direttori: Valentina Ottaviano - Gennaro Manfredonia

APRILE



sab 5 - Monti Lattari

Uscita di manutenzione sentieri

Coordinatore: Loris Tango

dom 6

INTERSEZIONALE CAMPANA DI PRIMAVERA



dom 13 - Monti Lattari

AR - Da Sorrento a Crapolla per Sant'Agata e ritorno

Dislivello: 700 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **E**

Direttori: Massimo Cesaro - Maria Grazia Spronati



dom 13 - Monti Picentini

Arrampicata su roccia a Volturara Irpina

Direttori: Davide Cuturi - Ciro Balzano

da sab 12 a dom 13 - Parco Nazionale dell'Aspromonte

Pentedattilo e Pietra Cappa

Intersezionale Castellammare di Stabia e Reggio Calabria

Programma dettagliato in sede e su www.caistabia.it

Direttore: Giuseppe Ercolano



dom 13 - Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise

Intersezionale Castellammare di Stabia, Napoli e Popoli

AR- Monte Cavallo (2038 m) da Prati di Mezzo

Dislivello: 650 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **EAI**

Direttore: Eugenio Simioli



dom 13 - Monti Lattari

Family CAI



AR - Punta campanella da Termini

Dislivello: 450 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **E**

Direttori: Nino Mastellone - Maria Pia Macrì

da dom 20 a mar 22 - Gruppo del Sirente - Velino

AR - Monte Velino (2487m) dal Rifugio Sebastiani (2102 m)

Programma dettagliato in sede e su www.caistabia.it

Direttori: Raffaele Luise - Elvira Cherubini

da ven 25 a mer 30 - Parco Nazionale Cinque Terre

I sentieri delle Cinque Terre e l'isola di Palmaria

Programma dettagliato in sede e su www.caistabia.it

Direttore: Pio Gaeta

da sab 26 a dom 27 - Parco Nazionale del Circeo

Programma dettagliato in sede e su www.caistabia.it

Direttori: Riccardo Ballo - Giuseppe Ercolano



dom 27 - Monti Lattari

A - Monte Finestra vetta Nord (1138 m) da Sant'Arcangelo di Cava per il sentiero Sergio Rosa

Dislivello: 785 m - Durata: 8 ore - Difficoltà: **EE**

Direttori: Matteo Pisacane - Roberta Pisaturo

MAGGIO



sab 3 - Monti Lattari

Uscita di manutenzione sentieri

Coordinatore: Raffaele Luise



dom 4 - Napoli Centro Storico

T - Trekking Urbano Storico - Culturale

Omaggio a "Operazione San Gennaro"

Dislivello: irrilevante - Durata: 8 ore - Difficoltà: **T**

Direttore: Raffaele D'Arco



dom 4 - Colline Alta Irpinia

Intersezionale Castellammare di Stabia e Nusco

Trekking cittadino a Greci

Dislivello: 100 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **T**

Direttore: Raffaele Luise



sab 10 - Monti Lattari

Family CAI



Valle dei Mulini - Uscita serale nel vallone di Gragnano per vedere le lucciole

Dislivello: 100 m - Durata: 2 ore - Difficoltà: **T**

Direttori: Raffaele Luise - Chiara Del Gaudio



dom 11 - Monti del Matese

Intersezionale Castellammare di Stabia, Piedimonte Matese, Napoli e Gioia del Colle

AR - Dalla chiesetta di San Michele del lago al monte Miletto (2050 m) per la valle di San Massimo

Dislivello: 1100 m - Durata: 6:30 ore - Difficoltà: **EE**

Direttore: Pio Gaeta



dom 11 - Monti Picentini

Arrampicata su roccia a Caposele

Direttori: Davide Cuturi - Ciro Balzano



sab 17 - Monti Lattari

A - Le tre cime del Complesso di Monte Sant'Angelo a Tre Pizzi; dal Castellone al Monte di Mezzo per il Monte Catiello fino al Monte San Michele (1444 m)

Dislivello: 600 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: **EE**

Direttore: Riccardo Ballo



dom 18 - Appennino Lucano

AR - Monte Alpi (1900m) dal rifugio di bosco Favino-Castelsaraceno

Dislivello: 815 m - Durata: 8 ore - Difficoltà: **EE**

Direttori: Matteo Pisacane - Roberta Pisaturo

da gio 22 a dom 25 - Etna

Programma dettagliato in sede e sul sito www.caistabia.it

Direttore: Raffaele Luise

da sab 24 a dom 25 - Parco Nazionale del Cilento, Valle di Diano e Alburni

Da Camerota a Scario

Intersezionale Castellammare di Stabia e Bojano

Programma dettagliato in sede e sul sito www.caistabia.it

Direttori: Riccardo Ballo - Giuseppe Ercolano



dom 25 - Parco Nazionale del Cilento, Valle di Diano e Alburni

A - La cresta del Monte Mutola (1743 m) dalla Fontana d'Inverno

Dislivello: 1100 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **EE**

Direttori: Massimo Cesaro - Maria Grazia Spronati

GIUGNO



da dom 8 a lun 9 - Monti Lattari

AR - Monte Avvocata (1014 m) dalla Badia di Cava

Dislivello: 700 m - Durata: 8 ore - Difficoltà: **EE**

Direttori: Raffaele D'Arco - Matteo Pisacane



dom 8 - Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise
Intersezionale Castellammare di Stabia e Napoli
AR - Serra di Rocca Chiarano (2262 m) da Passo Godi
Dislivello: 800 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **E**
Direttori: Elvira Cherubini - Pio Gaeta



sab 14 - Monti Lattari
Uscita di manutenzione sentieri
Coordinatore: Raffaele Luise



dom 15 - Monti Lattari
T - Da Massalubrense alla Marina della Lobra
Dislivello: 120 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: **E**
Direttore: Raffaele D'Arco



dom 15 - Monti Picentini
Family CAI



Avvicinamento all'arrampicata - Falesia San Vito - Caposele
Direttori: Chiara Del Gaudio - Gianfranco Cozzolino



dom 22 - Massiccio del Monte Cairo
A - Anello di Monte Cairo (1669 m)
Dislivello: 700 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **E**
Direttori: Stefania Bressan - Enzo Vista

da ven 27 a dom 29 - Parco Nazionale del Pollino
Monte La Caccia (1744 m) e Montea Nord (1852 m)
Programma dettagliato in sede e sul sito www.caistabia.it
Direttore: Raffaele Luise



dom 29 - Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise
T - Da Prati di Mezzo a Torretta Paradiso (1976 m) per Passo dei
Monaci
Dislivello: 500 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **E**
Direttore: Raffaele Merone



LUGLIO



da sab 5 a dom 6 - Monti Lattari

Intersezionale Castellammare di Stabia e Cava de' Tirreni
AR - Il tramonto ai Tre Calli con Notte Astronomica - Agerola
Dislivello: 200 m - Durata: 3 ore - Difficoltà: **E**
Direttori: Raffaele D'Arco - Matteo Pisacane



dom 6 - Gruppo Sirino - Papa

A - Monte Papa (2005 m) ed il Santuario della Madonna del Sirino
dal Lago Laudemio
Dislivello: 850 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **EE**
Direttori: Massimo Cesaro - Pio Gaeta -



dom 20 - Monti Lattari

T - Da Santa Maria del Castello a Positano con ritorno in Motonave
Dislivello: 670 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: **E**
Direttore: Raffaele D'Arco



da sab 26 a dom 27 - Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise
Family CAI



Campeggio al lago di Scanno
Programma dettagliato in sede e su www.caistabia.it
Marco Celentano - Valeria Ruoppo



giovedì 31 - Monti Lattari

T- Il cammino dell'Angelo
da Castellammare di Stabia al Santuario di San Michele sul Monte
Faito (1265 m) per Quisisana
Dislivello: 1250 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **E**
Direttori: Antonio Matrone - Antonio Ruocco

AGOSTO

da gio 7 a dom 17 - Parco Nazionale Alti Tauri

A - Trekking di rifugio in rifugio in 9 tappe
tra il Grossvenediger e il Lasorling
Programma dettagliato in sede e sul sito www.caistabia.it

Direttore: Raffaele Luise



da sab 23 a dom 24 - Monti Lattari

Intersezionale Castellammare di Stabia e Cava de' Tirreni
AR - Notte Astronomica a Santa Maria dei Monti da Agerola

Dislivello: 300 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **E**

Direttore: Raffaele D'Arco - Matteo Pisacane



dom 24 - Monti Picentini

A - Da Acqua Carpegna a Pizzo S. Michele per il Monte Mai (1607 m)

Dislivello: 840 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **E**

Direttori: Enzo Vista - Stefania Bressan



dom 31 - Monti Lattari

A - Anello del Monte Faito per il sentiero "ncap 'ncap è vene"

Dislivello: 500 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **EE**

Direttori: Lello Girace - Antonio Verdoliva

SETTEMBRE



dom 7 - Monti Lattari

Family CAI



AR - La Valle delle Ferriere da Pontone

Dislivello: Irrilevante - Durata 3 ore - Difficoltà: **T**

Direttori: Chiara Del Gaudio - Gianfranco Cozzolino

da mer 10 a dom 14

Settimana nazionale di Escursionismo a cura della Sottosezione
Monte Bulgheria



sab 13 - Monti Lattari

Uscita di manutenzione sentieri

Coordinatore: Raffaele Luise



dom 21 - Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise

Intersezionale Castellammare di Stabia e Avellino

A - Rifugio di Forca Resuni (1952 m) dalla Val di Rose e ritorno per
la Valle Jannanghera

Dislivello: 845 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: **E**

Direttori: Elvira Cherubini

da sab 27 a dom 28 - Parco Nazionale della Maiella
Intersezionale Castellammare di Stabia e Sulmona
Direttore: Pio Gaeta



dom 28 - Monti Lattari

A - Da Moiano alla Croce della Conocchia (1390 m) per il Pistillo
Dislivello: 700 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **EE**
Direttori: Lello Girace - Gennaro Manfredonia

OTTOBRE



sab 4 - Monti Lattari

Uscita di manutenzione sentieri
Coordinatore: Raffaele Luise

dom 5

INTERSEZIONALE CAMPANA D'AUTUNNO



dom 12 - Monti Lattari

T - Da Agerola al Fiordo di Furore
Dislivello: 650 m - Durata: 3 ore - Difficoltà: **E**
Direttore: Raffaele D'Arco



dom 12 - Monti Marsicani

Intersezionale Castellammare di Stabia, Salerno e Popoli
AR - Monte Greco (2285 m) da località Aremogna
Dislivello: 900m - Durata: 7 ore - Difficoltà: **EE**
Direttori: Eugenio Simioli



dom 19 - Monti Lattari

T - Da Santa Maria del Castello alla Funivia di Faito
Intersezionale Castellammare di Stabia e Isernia
Dislivello: 800 m - Durata 6 ore - Difficoltà: **EE**
Direttori: Giuseppe Ercolano - Nino Mastellone



dom 19 - Monti Lattari

Family CAI
AR - Baia di Jeranto da Nerano (166 m)



Dislivello: 150 m - Durata: 3 ore - Difficoltà: **E**
Direttori: Marco Celentano - Valeria Ruoppo



dom 26 - Monti Lattari

AR - Da Bomerano al Monte Catiello e al Canino (1425 m) per il Monte Tre Calli

Dislivello: 1000 m - Durata: 7 ore Difficoltà: **EE**
Direttori: Matteo Pisacane - Roberta Pisaturo

NOVEMBRE

da sab 1 a lun 3 - Castelli romani

L'Appia antica e i Castelli romani

Programma dettagliato in sede e sul sito www.caistabia.it

Direttori: Pio Gaeta - Paolo Astarita



dom 2 - Monti Venafrani

A - Monte Santa Croce (1026 m) da Conca Casale

Dislivello: 450m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **E**
Direttore : Eugenio Simioli



dom 2 - Monti Lattari

A - Da Moiano al Monte Cerasuolo (1214 m) per la Bandera

Dislivello: 600 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **EE**
Direttori: Lello Girace - Gennaro Manfredonia



dom 9 - Monti Lattari

A - Dalla Valle dei Mulini di Gragnano alla Chiesa di Pino

Dislivello: 300 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **E**
Direttore: Raffaele D'Arco



dom 16 - Monti Lattari

A - Da Bomerano (630 m) al convento di San Domenico per la Marina di Praia

Dislivello: 700 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **E**
Direttori: Stefania Bressan - Enzo Vista



dom 16 - Monti Lattari

Family CAI



Sentiero dei limoni da Maiori

Dislivello: 290 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: **T**

Direttori: Chiara Del Gaudio - Gianfranco Cozzolino



sab 22 - Monti Lattari

Uscita di manutenzione sentieri

Coordinatore: Loris Tango



dom 23 - Monti Lattari

A - La Grotta dei briganti e Monte Pezzulli (452 m) dal lungomare

Dislivello: 550 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **EE**

Direttore: Pio Gaeta

DICEMBRE



dom 7 - Monti Aurunci

A - Monte Sant'Angelo (1404 m) dal Rifugio Pornito

Dislivello: 730 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **E**

Direttore: Eugenio Simioli

da sab 6 a lun 8 - Parco Nazionale dell'Alta Murgia

Programma dettagliato in sede e sul sito www.caistabia.it

Direttore: Raffaele Luise



dom 14 - Monti Lattari

A - Grande anello del Monte S. Angelo a Tre Pizzi

Dislivello: 1000 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **EE**

Direttori: Massimo Cesaro - Maria Grazia Spronati



dom 14 - Parco Nazionale del Vesuvio

Family CAI



AR - Gran cono del Vesuvio

Dislivello: Irrilevante - Durata: 2:30 ore - Difficoltà: **T**

Direttori: Chiara Del Gaudio - Gianfranco Cozzolino



sab 20 - Monti Lattari

Uscita di manutenzione sentieri

Coordinatore: Raffaele Luise



dom 21 - Parco Diecimare
Intersezionale Castellammare di Stabia e Cava de' Tirreni
A - Monte Caruso (763 m) e Monte Cuculo (815 m)
Dislivello: 850 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **EE**
Direttore: Pio Gaeta



dom 28 - Monti Lattari
AR - Gran Brindisi di fine anno sul Molare
Belvedere del monte Faito - Santuario di San Michele (1444 m)
Dislivello: 500 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: **E**
Direttori: Antonio Matrone - Antonio Ruocco



C.N.S.A.S.
CORPO NAZIONALE
SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO



La chiamata di soccorso deve avvenire tramite il numero unico di emergenza sanitaria 118 rispettando le seguenti norme:

- Non abbandonare mai il telefono da cui si invia l'allarme e lasciarlo libero per consentire alla Centrale operativa di richiamare;
- Indicare l'esatta località dove è ubicata l'area da cui si sta chiamando e le coordinate della propria posizione;
- rispondere in maniera chiara e completa alle domande dell'operatore

SEGNALI INTERNAZIONALI DI SOCCORSO ALPINO

Chiamata: emettere sei volte in un minuto (1 ogni 10 secondi) un segnale ottico o acustico, ripetere i segnali dopo un minuto fino che si è certi di essere localizzati.

Risposta: emettere tre volte in un minuto (1 ogni 20 secondi) un segnale ottico o acustico.

SEGNALI CONVENZIONALI USATI CON CONTATTO VISIVO



La posizione a **Y = Yes**, in piedi con entrambe le braccia alzate significa segnalazione positiva:

SI ABBIAMO BISOGNO DI SOCCORSO SI ATTERREARE QUI



La posizione a **N = Not**, in piedi con un braccio alzato e uno abbassato significa segnalazione negativa:

NON SERVE SOCCORSO NON ATTERREARE QUI

.....LEGENDA DEGLI ITINERARI.....

T - Traversata

A - Anello

AR - Andate e Ritorno

.....SCALA DELLE DIFFICOLTA'.....

DIFFICOLTA' ESCURSIONISTICHE

T = Turistico – Itinerari su stradine, mulattiere o comodi sentieri, con percorsi ben evidenti e che non pongono problemi di orientamento. 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, di solito con segnalazioni; possono esservi brevi tratti pianeggianti o poco inclinati di neve residua. 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) e non necessitano l'uso di equipaggiamento specifico. Richiedono un certo senso di orientamento, come pure una certa esperienza e conoscenza del territorio montagnoso, allenamento alla camminata, oltre a calzature ed equipaggiamento adeguati.

EE = Escursionisti Esperti – Si tratta di itinerari generalmente segnalati 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 di rocce ed erba, o di roccia e detriti). Terreno vario, a quote relativamente elevate (pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza riferimenti, ecc.). Tratti rocciosi, con lievi difficoltà tecniche (percorsi attrezzati, vie ferrate poco impegnative). Necessitano: esperienza di montagna e buona conoscenza dell'ambiente montano; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguati.

EAI = Escursionismo in ambiente innevato – Itinerari in ambiente innevato che richiedono l'utilizzo di ciaspole, 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. I dislivelli e le difficoltà sono generalmente contenuti e garantiscono sicurezza di percorribilità

DIFFICOLTA' ALPINISTICHE SU ROCCIA

Le difficoltà considerate in arrampicata libera si intendono superate senza impiegare i mezzi di assicurazione intermedi per la progressione o per il riposo.

Primo grado: E' la forma più semplice dell'arrampicata, bisogna già scegliere l'appoggio per i piedi; le mani utilizzano frequentemente gli appigli per mantenere l'equilibrio. Non è adatto a chi soffre di vertigini.

Secondo grado: Richiede lo spostamento di un arto per volta e una corretta impostazione dei movimenti. Appigli e appoggi sono abbondanti.

Terzo grado: La struttura rocciosa, già più ripida o addirittura verticale, offre appigli e appoggi più rari e può già richiedere l'uso della forza.

Quarto grado: Appigli e appoggi divengono ancora più rari e/o esigui. Richiede una buona tecnica di arrampicata, come pure un certo allenamento specifico.

Quinto grado: Appigli e appoggi sono rari e esigui. L'arrampicata diviene delicata o faticosa. Richiede normalmente l'esame preventivo del passaggio.

Sesto grado: Appigli e/o appoggi sono esigui e disposti in modo da richiedere una combinazione particolare di movimenti ben studiati. L'arrampicata è delicatissima e faticosa dove la roccia è strapiombante. Servono allenamento speciale e forza notevole nelle braccia e nelle mani.

Settimo grado: Sono presenti appigli e/o appoggi minimi e molto distanziati. Richiede allenamento con particolare sviluppo della forza delle dita, delle doti di equilibrio e delle tecniche di aderenza.

VALUTAZIONE D'INSIEME DI UNA VIA ALPINISTICA

E' una valutazione complessiva del livello e dell'impegno globale richiesto da un'ascensione, che tiene conto del gruppo di indicazioni precedenti: non rappresenta perciò né la somma né la media delle difficoltà tecniche dei singoli passaggi. Essa è valida generalmente per vie su roccia, per salite su neve e ghiaccio e per ascensioni che si svolgono su terreno misto (neve e roccia). Essa viene espressa mediante le sette sigle seguenti, ed è completata ove necessario, dall'indicazione dei passaggi di massima difficoltà:

F = facile

TD = molto difficile

PD = poco difficile

ED = estremamente difficile

AD = abbastanza difficile

EX = eccezionalmente difficile

D = difficile

.....CAI FAMIGLIE.....

Il CAI Stabia ha dato vita ad un nuovo progetto per far conoscere ai nostri piccoli soci la bellezza della montagna e del camminare insieme.

Brevi escursioni e attività in ambiente naturale per famiglie con bambini di tutte le età.

I piccoli hanno i loro ritmi ma la nascita di un bambino non significa abbandonare la montagna. Bisogna solo viverla in modo diverso, senza troppe pretese e con spensieratezza. E come ogni cosa, farla in compagnia è sempre meglio. Perché da soli si va più veloci ma insieme si va più lontano.



PROGRAMMA CONFERENZE 2025

17 gennaio

Cineteca di montagna: "L'eco del silenzio"

Regia: Louise Osmond

7 febbraio

"La ginestra del Vesuvio: un messaggio di fratellanza"

A cura di Walter Pecoraro

21 febbraio

Cineteca di montagna: "Il John Muir Trail: dal Parco di Yosemite al Mount Whitney"

Regia: Harmen Hoek

7 marzo

"Elementi di Primo Soccorso in montagna"

A cura della Commissione medica regionale

21 marzo

"Le montagne, la natura e l'uomo nel territorio del Parco Nazionale d'Abruzzo Lazio e Molise"

A cura di Francesco Raffaele

4 aprile

Il girasole: la forza dell'amore dal mito alla realtà

A cura di Walter Pecoraro

9 Maggio

"L'Alpinismo a Napoli all'inizio del novecento attraverso le foto dei protagonisti"

A cura di Raffaele Luise

23 Maggio

"Oasi d'Acqua: Il Ruolo dei Siti Acquatici Artificiali per la Conservazione degli Anfibi in Campania"

A cura di Raffaele Di Biasi

13 Giugno

"Le eccellenze agroalimentari del nostro territorio"

A cura di Giuseppe Di Massa

5 luglio

"Sulle orme di Giustino Fortunato: storie e incontri lungo l'Alta Via dei Monti Lattari"

A cura di Giovanni Petrolini

13 Settembre

Il CAI Stabia venti anni fa:

Amarcord di foto dei soci dei primi anni 2000

10 ottobre

"Luna rossa (l'eterno amore di Napoli per la Luna)"

A cura di Lello D'Arco

24 ottobre

Cineteca di montagna: "Terrore sull'Everest"

Regia: Robert Markowitz

7 novembre

"Nel Parco Nazionale del Pollino: alla ricerca della bellezza selvaggia sull'Olimpo calabro-lucano (1a parte)"

A cura di Francesco Raffaele

14 novembre

"Piccolo viaggio sui 4000 delle Alpi"

A cura di Francesca Ortolani

21 novembre:

"Terremoti e faglie attive in Campania e in Appennino.....come difenderci"

A cura di Giuliana Alessio

5 dicembre

"Trekking di 10 giorni negli Alti Tauri"

A cura di Raffaele Luise

12 dicembre

"Ancora sotto il cielo di Napoli"

A cura di Lello D'Arco



.....INFO CONFERENZE.....

Le conferenze comprese tra l'1 gennaio e il 4 aprile e tra il 10 ottobre e il 31 dicembre si terranno alle 19:30 presso la CPS in Via San Vincenzo 15 a Castellammare di Stabia.

Negli altri periodi si terranno alla stessa ora negli spazi antistanti la sede del CNSAS (Soccorso alpino e speleologico della Campania) al Viale degli Ippocastani nei pressi del Palazzo Reale di Quisisana.

1° CORSO DI ESCURSIONISMO BASE E1


Febbraio - Marzo 2025

Il corso di escursionismo base ha la finalità di educare alla conoscenza, al rispetto, alla tutela e alla frequentazione consapevole e in sicurezza della montagna. Trasmettere le nozioni culturali, tecniche e pratiche per saper organizzare, in autonomia e con competenza, escursioni in ambiente su percorsi con difficoltà T ed E.

E' rivolto a tutti coloro che vogliono avvicinarsi alla montagna condividendo i valori e le pratiche del CAI.

Programma dettagliato in sede e sul sito www.caistabia.it

Direttore del corso: Nino Mastellone



"Chi più alto sale, più lontano vede;
chi più lontano vede, più a lungo sogna."

Felice Bonaiti

.....COME PARTECIPARE.....

Vuoi partecipare alle nostre escursioni e alle nostre attività? Leggi le seguenti indicazioni, ti aspettiamo!

La partecipazione alle escursioni sociali è aperta a tutti i soci che siano in regola con l'iscrizione per l'anno in corso.

I non soci possono partecipare ad escursioni con difficoltà T o E finalizzate alla verifica dell'attitudine all'escursionismo di gruppo.

Per partecipare alle escursioni sociali bisogna contattare i direttori di escursione e partecipare possibilmente alla riunione sezionale precedente l'evento (o sino al giorno stabilito in caso di escursioni di più giorni).

I direttori richiederanno ai non soci la stipula dell'assicurazione giornaliera, da saldare alla riunione sezionale precedente l'evento.

I minorenni possono partecipare solo se accompagnati da un genitore o da altra persona responsabile da questi espressamente autorizzata. Durante le attività promosse dal gruppo di Alpinismo Giovanile è invece previsto l'affido agli Accompagnatori.

L'escursionista deve saper valutare se la sua preparazione fisica sia tale da poter affrontare agevolmente le difficoltà esplicitate dai direttori di escursione nella presentazione dell'evento (locandina dell'escursione).

Non sopravvalutare te stesso!

La partecipazione alle escursioni implica, da parte degli escursionisti, l'osservanza scrupolosa delle disposizioni dei direttori di escursione, evitando di abbandonare il gruppo, seguire scorciatoie, cambiare itinerario o effettuare soste non motivate e non autorizzate.

L'escursionista è tenuto a collaborare con i direttori di escursione per la buona riuscita dell'evento, deve essere solidale con tutti i componenti del gruppo offrendo la massima collaborazione in caso di sopravvenute difficoltà.

All'escursionista è fatto obbligo di calzare scarponcini da trekking con cavigliera alta e di indossare equipaggiamento idoneo all'escursione stessa, seguendo le indicazioni pubblicate nella locandina dell'evento.

Buona montagna!



Magici Sentieri

Trekking and Outdoor equipment



P.zza P. Capasso, 41
80051 • Agerola (NA)
(+39) 338 • 8314152
magicisentieri@gmail.com



Codice Fiscale
CMU SNT 78L57 C129K
Partita IVA
08352051216

segui su



Magici Sentieri

.....IL CONSIGLIO DIRETTIVO.....

In carica dal **26 marzo 2022**

PRESIDENTE: Raffaele Luise - tel. 339.2040444

VICEPRESIDENTE: Gennaro Pisacane - tel. 338.4197625

SEGRETARIA: Mariella De Meo - tel. 347.6558787

TESORIERE: Enrico Carrese - tel. 366.4641480

CONSIGLIERI:

Riccardo Ballo
Ciro Balzano
Nino Mastellone
Matteo Pisacane
Agnese Sicignano
Mario Vollono

REVISORI DEI CONTI:

Francesco La Mura
Sandro Gallotti
Mario Scippacercola

.....INFO DIRETTORI D'ESCURSIONE.....

Antonio Matrone	346.2416866	M. Grazia Spronati	340.3712287
Antonio Ruocco	339.4809930	Maria Pia Macrì	328.1261013
Antonio Verdoliva	333.1556126	Massimo Cesaro	338.9264905
Chiara Del Gaudio	328.0544957	Matteo Pisacane	334.7056734
Ciro Balzano	389.2342077	Nino Mastellone	328.6142798
Davide Cuturi	335.5214163	Paolo Astarita	335.1422039
Elvira Cherubini	339.4063825	Pio Gaeta	335.6339741
Enzo Vista	392.6206007	Raffaele D'Arco	333.7686127
Eugenio Simioli	338.7317749	Raffaele Luise	339.2040444
Gennaro Manfredonia	329.8219204	Raffaele Merone	334.7436776
Gennaro Pisacane	338.4197625	Riccardo Ballo	331.3237166
Gianfranco Cozzolino	320.6611735	Roberta Pisaturo	348.9318787
Giuseppe Ercolano	393.4273868	Santolo Ferrara	328.4225151
Lello Girace	339.1733468	Stefania Bressan	348.8452442
Loris Tango	338.3964888	Valentina Ottaviano	333.1158403
Marco Celentano	393.9505743	Valeria Ruoppo	339.3716487

TITOLATI E QUALIFICATI DELLA SEZIONE

AE EAI / EEA Eugenio Simioli	338.7317749
AE EAI Giuseppe Ercolano	393.4273868
AE EAI Nino Mastellone	328.6142798
ASE Elvira Cherubini	339.4063825
ASE Enzo Vista	392.6206007
ASE Massimo Cesaro	338.9264905
ASE Raffaele Luise	339.2040444
ASE Riccardo Ballo	331.3237166
ASE Santolo Ferrara	328.4225151
ASE Stefania Bressan	348.8452442





PER INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI

SEZIONE CAI CASTELLAMMARE DI STABIA

Riunioni tutti i **enerdì** dalle 19.30 alle 21.00

dall'1 novembre al 15 aprile

c/o CPS - via San Vincenzo, 15 - Castellammare di Stabia

dal 15 aprile al 30 ottobre

c/o CNSAS - viale degli Ippocastani - Castellammare di Stabia

La biblioteca è aperta su prenotazione

il sabato dalle 10.00 alle 12.00

c/o CNSAS - viale degli Ippocastani - Castellammare di Stabia

Contattare Raffaele Luise 339.2040444

email: segreteria@caistabia.it

sito: www.caistabia.it

"Quando uomini e montagne si incontrano,
grandi cose accadono."

William Blake