



Club Alpino Italiano Sezione di SULMONA

PROGRAMMA ATTIVITA' 2026



*Insieme in montagna e
insieme per la montagna dal 1922*

SALUTO DEL PRESIDENTE

Carissime Socie e Carissimi Soci,

un altro anno di vita sezionale è iniziato, e anche per quest'anno ci ritroviamo, con soddisfazione, impegno, passione, e amore per la Montagna e per il nostro Sodalizio a presentarvi il Programma delle Attività 2026 in un anno molto importante per la nostra Sezione. Il Programma 2026, grazie a tutti coloro che si sono messi a disposizione della Sezione per realizzarlo, presenta diverse iniziative, che vanno dalle attività outdoor, alle attività collegate ai vari Progetti CAI come: CAI Scuola, Acqua Sorgente, Sentiero Italia CAI, dalle Giornate Istituzionali previste nel corso dell'anno, agli eventi culturali e ai corsi di formazione. Inoltre oltre alle Attività Extraterritoriali sempre di grande rilevanza, abbiamo organizzato anche diverse uscite intersezionali, che rappresentano un'importante momento di condivisione e dialogo tra le diverse Sezioni, elemento essenziale per la crescita collettiva di tutto il Club Alpino Italiano, oltre che la conoscenza di altri luoghi. Nel 2026, la Sezione CAI Sulmona, sarà impegnata a livello organizzativo a collaborare con il CAI Abruzzo, con l'OTTO Interregionale Escursionismo e Cicloescursionismo Abruzzo e Molise, la CCEC Commissione Centrale Escursionismo e Cicloescursionismo e il CAI Centrale, per un importante evento a carattere nazionale: "la 27^a Edizione della S.N.E, Settimana Nazionale dell'Escursionismo del Club Alpino Italiano che si terrà da martedì 22 a domenica 27 settembre 2026 in Abruzzo, Regione Verde d'Europa. Il campo base della manifestazione sarà la Città di Sulmona, che ospiterà tutti i partecipanti all'evento, e da dove partiranno tutte le numerose attività escursionistiche, ciclo escursionistiche, ricreative e culturali con vari eventi e serate tematiche nella nostra Città e nel territorio circostante. Nel corso dell'anno ci saranno anche i corsi organizzati dalla Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo "I Camosci della Maiella" al fine di trasmettere ai Soci un'adeguata preparazione tecnica nell'affrontare l'alpinismo e lo scialpinismo. Siamo consapevoli che i corsi e la formazione in generale, oggi più che mai, costituiscono gli elementi di differenziazione del Club Alpino Italiano, soprattutto per la diffusione della cultura della montagna e con essa della sicurezza, quale connotato imprescindibile del nostro modo di vivere la montagna. Così come di fondamentale importanza è la collaborazione con le Amministrazioni Locali, con le Scuole, e con le varie Associazioni, a conferma dell'attenzione che la nostra Sezione ha da sempre rivolto nei confronti del nostro territorio, e nella certezza che vi può essere una "Cultura della Montagna" soltanto partendo dal territorio locale e interagendo con la collettività. Il Programma 2026 rappresenta la sintesi di ciò che i nostri Soci hanno voluto proporre, e la sua condivisione con tutti Voi, costituisce una importante occasione per riflettere sul presente, e gettare le basi per costruire il futuro, e di tutto ciò dobbiamo ringraziare quei Soci che, con impegno, ed entusiasmo, si sono messi a disposizione della Sezione e degli altri Soci, organizzando le uscite, gli eventi e tutte le varie attività.

In conclusione, è certo che il programma è la sintesi del carattere della nostra Sezione, ciò che noi siamo e ciò che ci contraddistingue, ossia il raggiungimento degli obiettivi, unitamente alla voglia di stare insieme, e questo grazie allo stimolo dettato dalla fiducia degli oltre 300 Soci della Sezione di Sulmona con i suoi 104 anni di storia.

In attesa di incontrarci in una delle tante iniziative in programma, auguriamo a tutti voi ed alle vostre famiglie un felice e sereno anno e buona montagna a tutti



IL PRESIDENTE
Nino Restaino

*"La Montagna è protagonista delle "nostre" stagioni
Per i più giovani gioco e scoperta,
Per i grandi: misurarsi con il verticale per distrarsi dal quotidiano,
Per i meno giovani: ritornare su "quella" salita e scoprire di farcela ancora,
Per tutti: l'occasione di stare insieme".*

COS'E IL CAI

Il CAI Club Alpino Italiano, è una libera associazione nazionale che "ha per scopo l'alpinismo in ogni sua manifestazione, la conoscenza e lo studio delle montagne, specialmente di quelle italiane, e la difesa del loro ambiente naturale", così recita l'art. 1 dello Statuto dell'associazione.

Il CAI è considerato la più antica associazione di alpinisti presente in Italia: fu Quintino Sella che nel 1863 fondò il CAI a Torino, dopo aver scalato il Monviso e aver perso alcuni compagni.

L'associazione nel corso del tempo si è ampliata e oggi conta più di 300.000 soci riuniti liberamente in sezioni (circa 500).

Il CAI, attraverso i suoi volontari, si occupa di diverse attività tra cui la manutenzione di sentieri, rifugi e bivacchi, la promozione di iniziative volte alla sensibilizzazione del rispetto dell'ambiente montano, l'organizzazione di corsi per frequentare la montagna in sicurezza nonché la gestione del Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico (struttura operativa del CAI).



STRUTTURA DELLA SEZIONE

TRIENNIO 2024 - 2026

CONSIGLIO DIRETTIVO

Presidente: NINO RESTAINO

presidente@caisulmona.it - 339/7688970

Vice Presidente: DOMENICO CAPALDO

Segretario: ROBERTO BEZZU

Tesoriere: GIOVANNI TARQUINI

Consigliere: VALTER ADEANTE

Consigliere: MARIA PIA LAMBERTI

Consigliere: MASSIMO MARIANI

COLLEGIO REVISORI DEI CONTI

Presidente: TONINO PROIETTO

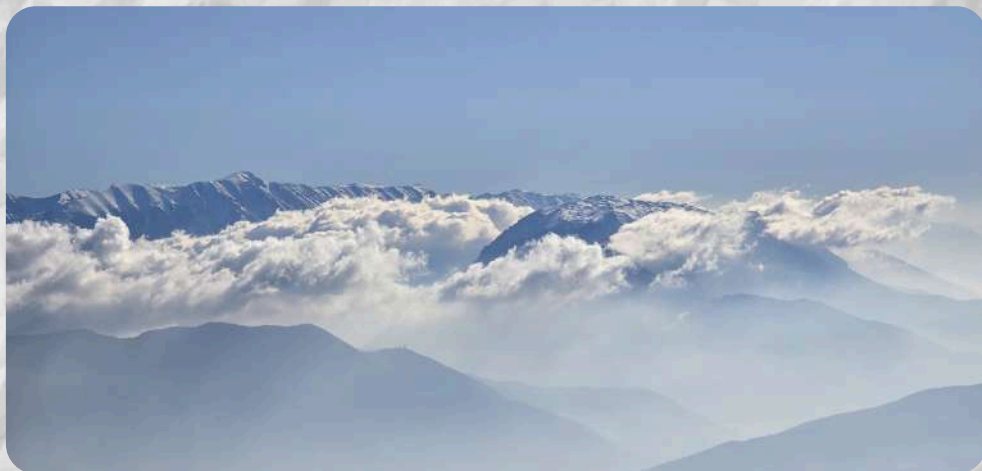
Revisore : SIMONETTA CIPRIANI

Revisore: ADRIANO MARCANTONIO

PERCHE' ISCRIVERSI AL CAI

Essere soci del CAI permette di conoscere il meraviglioso ma complesso mondo della montagna, approfondire la cultura, accrescere l'esperienza migliorando la preparazione tecnica, aggiornare le cognizioni alpinistiche e escursionistiche, ma anche e soprattutto trovare nuovi amici con i quali condividere la passione per l'affascinante mondo della montagna e realizzare un'autentica attività volontaristica a favore di chi frequenta la montagna nel tempo libero e di chi ci vive. Diventare Socio, significa avere la possibilità di :

- Usufruire di sconti in tutti i rifugi CAI,
- Usufruire del materiale, bibliografico, e multimediale degli Organi Centrali e tutte le pubblicazioni della Biblioteca Nazionale e della Sezione secondo i rispettivi regolamenti,
- Accedere ai corsi istituiti dagli Organi Tecnici Centrali, dalla Sezione e a tutte le attività e le manifestazioni da essa organizzate (gite, escursioni, conferenze, proiezioni, ecc.) secondo i rispettivi regolamenti,
- Usufruire della copertura assicurativa per intervento del Soccorso Alpino per le attività organizzata dal CAI, assicurazione sugli infortuni eventualmente avuti durante lo svolgimento di attività organizzate dal CAI e di attivare anche una copertura integrativa per le attività personali,
- Usufruire di riduzioni nell'acquisto di pubblicazioni sociali,
- Partecipare alle assemblee sezionali (i maggiorenni con diritto di voto) e ai Congressi Nazionali del CAI,
- Libero ingresso alle sedi delle Sezioni,
- Usufruire di sconti presso negozi e attività convenzionate,
- Utilizzare gratuitamente l'applicazione GeoResQ, per il servizio di geolocalizzazione e tracciamento gestito dal Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico (CNSAS),
- Ricevere gratuitamente la pubblicazione "Montagne 360"





CORPO NAZIONALE SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO



Per chiamare il Soccorso Alpino bisogna comporre il numero dell'emergenza sanitaria, che in Abruzzo è il 112. Alla chiamata specificare che ci si trova in ambiente impervio e che è necessario il Soccorso Alpino, rispondere a tutte le domande dell'operatore, e ricordarsi di comunicare:

- Nome e cognome,
- Da dove stai effettuando la chiamata ed il numero dell'apparecchio telefonico,
- Spiegare che cosa, dove e quando è accaduto,
- Precisare il numero degli infortunati e le loro condizioni,
- Precisare il numero degli eventuali dispersi e possibilmente, indicare il colore del loro abbigliamento,
- Descrivere le condizioni del luogo e, in particolare se c'è visibilità o vento forte.

Al termine della telefonata non allontanarti dal posto di chiamata, ma rimani sempre reperibile per un nuovo collegamento con i soccorritori.

Nel caso di intervento dell'elisoccorso interagire con modalità con il linguaggio del corpo, semplice ed immediata:

SEGNALAZIONI CONVENZIONALI
USATE QUANDO
ESISTE IL CONTATTO
VISIVO E NON È
POSSIBILE
QUELLO ACUSTICO

POSIZIONE: IN PIEDI
CON LE BRACCIA ALZATE,
SPALLE AL VENTO



POSIZIONE: IN PIEDI
CON UN BRACCIO
ALZATO E UNO ABBASSATO,
SPALLE AL VENTO



• RISPOSTA
AFFERMATIVA AD
EVENTUALI DOMANDE
POSTE DAI
SOCCORRITORI
• ATTERRARE
QUI, IL VENTO
È ALLE MIE SPALLE



• NON SERVE
SOCCORSO
• RISPOSTA
NEGATIVA AD
EVENTUALI
DOMANDE
POSTE DAI
SOCCORRITORI

TESSERAMENTO

Il rinnovo dell'iscrizione all'Associazione, deve essere effettuato entro il 31 marzo per evitare la sospensione della qualifica di socio e, di conseguenza, l'interruzione della copertura assicurativa.

QUANTO COSTA ISCRIVERSI AL CAI NEL 2026:

**Socio ordinario
€ 50,00**

**Socio ordinario juniores
(nati dal 2001 al 2008)
€ 25,00**

**Socio familiare
€ 25,00**

**Socio giovane
(nati nel 2009 e seguenti)
€ 16,00**

**Per i nuovi Soci,
da aggiungere per la Tessera
€ 5,00**

**Le quote possono essere versate in Sezione
nei giorni di giovedì e sabato
dalle ore 18,00 alle ore 19,30,
o con un bonifico bancario al seguente IBAN:
IT 27 V 08747 40800 000000015461**

**Per potersi iscrivere è necessario compilare
l'apposito modulo di iscrizione e della privacy o in Sezione, o
scaricabile anche dalla pagina "Tesseramento 2026"
sul sito web della Sezione "www.caisulmona.it".
Non potranno essere accettate iscrizioni senza modulo.**





ESCURSIONISMO : SCALE E VALUTAZIONI - DIFFICOLTA'

Le attività proposte potranno subire variazioni in base alle condizioni meteo, o altri motivi organizzativi

ESCURSIONISMO

Di seguito viene illustrata la scala di valutazione delle difficoltà escursionistiche espressa secondo le direttive del Club Alpino Italiano per quanto riguarda l'escursionismo.

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 = percorsi 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 = percorsi 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 garantiscano sicurezza di percorribilità.

RESPONSABILITA'

Tutte le escursioni, pongono i partecipanti di fronte ai rischi e ai pericoli inerenti l'ambiente montano sia nei periodi estivi che in quelli invernali.

Pertanto iscrivendosi ad esse, si accettano i rischi ad esse connesse, manlevando conseguentemente la Sezione, gli Accompagnatori e i Direttori di Escursione per incidenti e/o infortuni che dovessero verificarsi durante l'escursione. L'escursionista, iscrivendosi all'escursione, si assume il rischio di eventuali incidenti che possono accadere. La copertura per eventuali danni, è assicurata dalla polizza CAI, che viene attivata direttamente con l'iscrizione all'escursione.



REGOLE COMPORTAMENTALI DELL'ESCURSIONISTA

1 - Scegli sempre le escursioni in funzione delle tue capacità fisiche e conoscenze tecniche. Non andare mai da solo, comunica sempre a persona fidata l'itinerario prefissato e non dimenticare di avvisarlo, appena rientrato.

2 - Affidati sempre ai consigli di persone esperte, documentati in anticipo sulle condizioni meteo ed equipaggiati adeguatamente, perché in montagna le condizioni meteo possono cambiare repentinamente.

3 - Provvedi a un abbigliamento e a un equipaggiamento adeguato all'impegno e alla lunghezza dell'escursione e porta nello zaino l'occorrente per le situazioni d'emergenza, le eventuali medicine a te prescritte e una valida dotazione per il primo soccorso.

4 - In caso di necessità non esitare a tornare indietro! E' preferibile rinunciare che ostinarsi a voler superare Difficoltà di grado superiore alle proprie forze o rischiare l'insidia del maltempo. Prevedi in anticipo percorsi di rientro rapido (vie di fuga) e non esitare a chiedere aiuto.

5 - Riporta a valle i tuoi rifiuti, anche quelli organici (bucce di frutta e residui di cibo), evita di uscire inutilmente dai sentieri e di seguire scorciatoie, rispetta la flora e la fauna, non cogliere piante, funghi, frutti o fiori, ma porta a casa solo fotografie, rispetta le culture e le tradizioni locali ricordandoti che sei ospite della montagna e dei suoi abitanti.





Adrian Sport
di Palma Sergio

NEGOZIO DI ARTICOLI SPORTIVI
Running / Montagna / Calcio
Piscina / Tennis / Fitness

segui su 

Via Papa Giovanni XXIII, 14 - Sulmona
Tel. 0864.210511
P.Iva 01226900668




TABACCHERIA "GIGI"
di Luigi Aurelio Oriola

Piazza del Popolo, 17/15
67030 P ACENTRO (AQ)
P. IVA 01785210665

Telefax 086441492
Cell. 347 5421754
email: laoriola@gmail.com
segui su  bar_gigi

**TIPOGRAFIA
LA MODERNA**

stampa offset & digitale

manifesti locandine volantini pieghevoli biglietti da visita carta intestata libri riviste giornali
partecipazioni nozze inviti battezzimo cresima comunione
timbri targhe in plex alluminio edicole pannelli in pvc espositori
foto retrostanti etichette adesive

tipografia la moderna@yahoo.it

Residenza di Campagna

Villa Giovina



Via di Villa Giovina 38, 67035- Bagnaturo di Pratola Peligna (AQ)
Tel. e Fax 0864-251746 e-mail: info@villagiovina.it
www.villagiovina.it

Unipol

**Agenzia Unipol di Sulmona (Porta Napoli)
di CAPALDO DOMENICO**

Piazza Vittorio Veneto, 11 -Sulmona (AQ)

**tel. 0864.51302 - mail : 01218@agenzia.unipol.it
sito : www.unipolsaisulmona.it**

RICCI GUIDO IMPRESA EDILE
Via Ponte Nuovo, 67
Castel di Sangro (AQ)
tel. 0864840803 - 0864845253

Che **colore** hai
in mente?

Colorservice Proietti...

Le vernici !!



Uffici&Co.

Locazione spazi e Coworking

sale corsi/riunioni

Uffici temporanei arredati

CIESSE

Materiali e Finiture per l'Edilizia

Via A. De Gasperi 21 Sulmona (AQ)
Tel 0864-54048 34648
info@ciesse.net www.ciesse.net



Gruppo Tecnoprogetti Sulmona

gtp

Gruppo Tecnoprogetti Sulmona
di Angiola Lorenzini & C. snc

**Viale Mazzini 95
Sulmona - Tel: 0864.53755**



Pratola Peligna

Gruppo Bancario Cooperativo Iccrea

PROGRAMMA ATTIVITA' 2026



**Approvato dall'Assemblea dei Soci
del 04/12/2025**

GENNAIO 2026

18



“ SICURI IN MONTAGNA D'INVERNO ” **Evento Formativo a cura del C.N.S.A.S. ABRUZZO**



18
GENNAIO
2026

 OVINDOLI
 PRATI DI TIVO
 MAMMAROSA
 CAMPO IMPERATORE



G.R. ABRUZZO

- SESSIONI TEORICHE SULLA PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI INVERNALI
- DIMOSTRAZIONI PRATICHE DI AUTOSOCORSO IN AMBIENTE INNEVATO
- CONSIGLI SU EQUIPAGGIAMENTO E TECNICHE

PER AFFRONTARE LE SFIDE DELL'INVERNO

SICURI *in* MONTAGNA d'inverno

Giornata nazionale dedicata alla prevenzione degli incidenti tipici della stagione invernale



**CAMPAGNA PERMANENTE PER LA
PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI IN MONTAGNA**

SICURI *in* MONTAGNA

Progetto del Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico

FEBBRAIO 2026

08



CIASPOLATA CAMPOGIOVESE
Coordinatore: DdE Domenico Capaldo

15



CIASPOLATA TREKKING DEL RICORDO
Coordinatore: DdE Nino Restaino

22



CIASPOLATA INTERSEZIONALE
CON CAI COPPO DELL'ORSO
Coordinatore: ASE Tarquini Giovanni

MARZO 2026

15



ESCURSIONE ANELLO MONTE LA SERRA
Coordinatore: AAG Valter Adeante

19



ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI

22



GIORNATA MONDIALE DELL'ACQUA
Sezione CAI Sulmona

29



ESCURSIONE MONTE META
Coordinatore: DdE Domenico Capaldo

APRILE 2026

12



ESCURSIONISMO T/E

ESCURSIONE GIRO DELLE UCCULE
Coordinatore: DdE Antonio Tronca

18 Sabato



ESCURSIONISMO T/E

**ESCURSIONE SENTIERI DELLA PREGHIERA E DELLA PASTORIZIA,
CON I LAGHETTI CARSICI FIORITURA, INGHIOTTITOIO**
Evento in Collaborazione con
COMITATO REGIONALE SCIENTIFICO CAI ABRUZZO
Coordinatore: ORCSC Antonio Mangiarelli, ONC Gaetano Falcone

19



ESCURSIONISMO T/E

TREKKING URBANO CITTA DI NAPOLI
Coordinatore: DdE Domenico Capaldo

APRILE 2026

24 - 25



INCONTRIAMO E CONOSCIAMO L'ORSO MARSICANO

1) AREA FAUNISTICA DI PALENA

2) SENTIERO DELL'ORSO CAMPO DI GIOVE

Evento in Collaborazione con

CAI CASTROVILLARI (CS) CALABRIA

Coordinatore: ONC Benedetta Orsini, AE Francesco Di Giano



Marcia Internazionale
IL SENTIERO DELLA LIBERTÀ
Freedom Trail • Freiheitsweg • Chemin de la Liberté



IL SENTIERO DELLA LIBERTÀ'
ASSOCIAZIONE SENTIERO DELLA LIBERTÀ' SULMONA
Evento in Collaborazione
a cura della Sezione CAI Sulmona

MAGGIO 2026

3



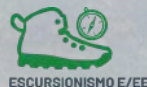
ESCURSIONE MONTE GRECO
Coordinatore: DdE Domenico Capaldo

10



UNA MONTAGNA DI SALUTE
organizzata della COMMISSIONE CENTRALE MEDICA CAI
Evento di Collaborazione CAI SULMONA con
COMMISSIONE MEDICA CAI ABRUZZO e SEZ. CAI ORTONA
ANELLO DEL PIZZO DI OVINDOLI

10 - 17



ESCURSIONI CONOSCERE LA MAIELLA
INTERSEZIONALE CON CLUB ALPINO TEDESCO (DAV)
Coordinatore: ASE Giovanni Tarquini

MAGGIO 2026

**23
Sabato**



ASPETTI NATURALISTICI DI MONTESILVANO

Incontro in Sezione con ONC Guido Morelli

Coordinatore: ORCSC Antonio Mangiarelli, ONC Benedetta Orsini

24



ESCURSIONE ASPETTI NATURALISTICI DI MONTESILVANO

INTERSEZIONALE CON CAI LORETO APRUTINO

Coordinatore: ORCSC Antonio Mangiarelli, ONC Benedetta Orsini

31



SENTIERO DELLE SORGENTI

Coordinatore: DdE Roberto Bezzu

An aerial photograph of a beautiful turquoise bay. A white boat wake curves through the water. The surrounding land is covered in dense green vegetation and rocky terrain.

GIUGNO 2026

DAL 03 AL 10

SETTIMANA AZZURRA - ISOLA DI CRETA
Coordinatore: AAG Valter Adeante
331/3742409

ATTIVITA' EXTRATERRITORIALI CAI SULMONA

The background of the entire page is a faded, high-angle photograph of a group of hikers walking along a dirt trail. The hikers are wearing various outdoor gear, including backpacks and hats. The trail is surrounded by dry grass and some small plants.

GIUGNO 2025

7

SENTIERO DELLA LIBERAZIONE

Campo di Giove - Guado di Coccia - Ettore De Corti

**Evento di Collaborazione con
ASSOCIAZIONE NAZIONALE BRIGATA MAIELLA SULMONA
CAI GUARDIAGRELE - CAI SULMONA
Coordinatore: DdE Domenico Capaldo**

GIUGNO 2026

14



**XXIV ^ Edizione IN CAMMINO NEI PARCHI -
26^ GIORNATA NAZIONALE DEI SENTIERI
SENTIERO AMARENA - VILLALAGO
a cura del GRUPPO REGIONALE CAI ABRUZZO**

21



**5^ EDIZIONE SENTIERO ITALIA CAI
GIORNATA NAZIONALE SICAI
Traversata del Porrara - Sentiero Zio Gianni
a cura del GRUPPO REGIONALE CAI ABRUZZO**

27 - 28



**ESCURSIONE RIFUGIO MACCHIA SPINOSA
SAN BENEDETTO IN PERILLIS
Coordinatore: AAG Valter Adeante**

LUGLIO 2026

2 - 5



**ESCURSIONE MONTE AMARO
INTERSEZIONALE CON CAI PISTOIA
Coordinatore: ASE Giovanni Tarquini**

9 - 10 - 11



**FESTIVAL DELLA MONTAGNA - MONS JOVIS - CAMPO DI GIOVE
Evento di Collaborazione con
COMUNE DI CAMPO DI GIOVE
Coordinatore: DdE Domenico Capaldo**

25 - 26



**ESCURSIONE MONTE SIRENTE
INTERSEZIONALE CON CAI COLLEFERRO
Coordinatore: ASE Giovanni Tarquini**

31/07 - 1 - 2/08



**ESCURSIONE MONTAGNE PISTOIESI
INTERSEZIONALE CON CAI PISTOIA
Coordinatore: ASE Giovanni Tarquini**

AGOSTO 2026

9



EVENTO MUNTAGNINJAZZ - GUADO DI COCCIA
Evento di Collaborazione
Coordinatore: DdE Capaldo Domenico

The background of the entire page is a faded, light-colored photograph of a town. In the center, a church with a tall, pointed spire is visible. The town has many buildings with blue roofs. In the background, there are dense evergreen forests on hills.

AGOSTO 2026

DAL 23 AL 30

**SETTIMANA VERDE
RISCONE - BRUNICO (BZ)**
Coordinatore: AAG Adeante Valter
331/3742409

ATTIVITA' EXTRATERRITORIALI CAI SULMONA

SETTEMBRE 2026

13



RAM 2026 - 13^a Edizione RIFUGI APERTI DEL MEDITERRANEO
in collaborazione del CAI

20



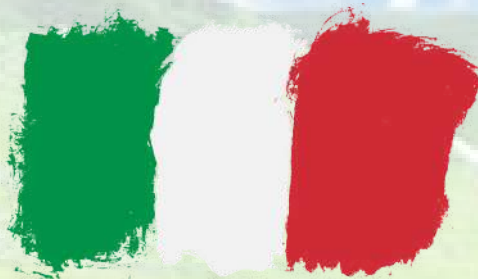
ESCURSIONE MONTE TINO DA CELANO
Coordinatore: AAG Valter Adeante

DAL 28/9 AL 9/10



CAMMINO DI SANTIAGO DE COMPOSTELA
TRATTO PORTOGHESE
Coordinatore: AAG Valter Adeante

SETTEMBRE 2026



DAL 22/9 AL 27/09



**27^ SETTIMANA NAZIONALE ESCURSIONISMO
E CICLOESCURSIONISMO CAI - SULMONA**
a cura del CAI Centrale e del CAI Abruzzo
Evento di Collaborazione



OTTOBRE 2026

4



ESCURSIONISMO T/E

TREKKING URBANO APPIA ANTICA - ROMA INTERSEZIONALE CON CAI COLLEFERRO

Coordinatore: DdE Tonino Proietto

11



RADUNO PASSO SAN LEONARDO - FONTE DELL'ORSO

Coordinatore: AAG Adeante Valter

11



ESCURSIONISMO E/EE

ESCURSIONE ANELLO DI PUNTA TRENTO E TRIESTE

Coordinatore: DdE Alessandro Margiotta - Nino Restaino

18



ESCURSIONISMO E/EE

ESCURSIONE MONTE DI ROCCATAGLIATA - FORTINO DI MEZZANOTTE - GRAN SASSO

Coordinatore: ORCSC Antonio Mangiarelli

25



ESCURSIONISMO E/EE

ESCURSIONE ANELLO GRAN PONTE D'ITALIA - STRADA BUGNARA, ANVERSA, CASTROVALVA - SORGENTI CAVUTO - GRAN PONTE D'ITALIA

Coordinatore: AAG Valter Adeante

NOVEMBRE 2026

1



ESCURSIONISMO E/EE

ESCURSIONE ANELLO MADONNA DELL'ALTARE

Coordinatore: DdE Domenico Capaldo

8



ESCURSIONISMO E/EE

ESCURSIONE MONTE AMARO DI OPI

Coordinatore: DdE Alessandro Margiotta - Nino Restaino

15



ESCURSIONISMO E/EE

ESCURSIONE CIMA SERRA DI MATARAZZO

Coordinatore: DdE Alessandro Margiotta - Nino Restaino

21



GIORNATA NAZIONALE DELL'ALBERO

Evento di Collaborazione

CAI SULMONA / SCUOLE

a cura della Sezione CAI Sulmona

NOVEMBRE 2026

20



ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI

25



**ELEZIONI PER IL RINNOVO DELLE CARICHE SOCIALI
PER IL TRIENNIO 2027/2029**



DICEMBRE 2026

11



GIORNATA INTERNAZIONALE DELLA MONTAGNA
a cura della Sezione CAI Sulmona

13



ESCURSIONE E PRANZO DI CHIUSURA
AUGURI DI BUONE FESTE
a cura della Sezione CAI Sulmona



INFORMAZIONI PER IL PROGRAMMA 2027

**I Soci interessati, possono presentare le loro proposte di escursioni per il Programma 2027 mediante la compilazione su apposita modulistica, e consegnarle in Sezione o inviarle al seguente indirizzo mail:
sezione@caisulmona.it
entro il 01 Novembre 2026.**

Collaboriamo alla vita della Sezione, pensiamo per tempo alle proposte che intendiamo realizzare.

Grazie a tutti



SCUOLA INTERSEZIONALE ALPINISMO E SCIALPINISMO “ I CAMOSCI DELLA MAIELLA”

L'intento della Scuola è soprattutto quello dei corsi organizzati per poter formare frequentatori della montagna che siano poi in grado di muoversi autonomamente e in sicurezza nei vari ambienti, piuttosto che quello di portare gli allievi a fare belle ascensioni finì a se stesse.

Proprio alla pratica in montagna la Scuola rivolge la sua attenzione, in particolare alla progressione di una cordata in condizioni sicure anche in alta quota, sia su roccia, sia su ghiaccio o neve.

I suoi corsi sono tenuti da un organico istruttori, periodicamente aggiornato sulle continue innovazioni tecniche in materia di assicurazione e progressione, tale da garantire affidabilità e competenza, fondamentali requisiti per poter frequentare la montagna in sicurezza.

**Il 22 Febbraio 2026 partirà
il corso di Sci Alpinismo di base,**

**e nel mese di Maggio 2026 ci sarà
il corso di arrampicata.**



COMMISSIONE MEDICA CAI ABRUZZO

**Nel corso dell'anno,
la Commissione Medica CAI Abruzzo,
insieme alla Sezione CAI di Sulmona,
collabora all'evento
"Una Montagna di Salute" organizzata dalla
Commissione Centrale Medica CAI,
e propone incontri intersezionali
aventi come obiettivo
la promozione e la conoscenza
delle nozioni utili per il
"Primo Soccorso" in montagna.**

GRUPPI SEZIONE CAI SULMONA

Nel corso dell'anno 2026 in attuazione dei Regolamenti vigenti sono state avviate le manifestazioni di interesse per i Soci che intendono far parte dei nuovi Gruppi Sezionali che si andranno a costituire.
Chi è interessato può rivolgersi in Sezione



ALPINISMO GIOVANILE



CAI GIOVANI



Una Montagna



in Musica



CUSTODI DEL TERRITORIO

La realizzazione e il mantenimento in efficienza della rete sentieristica, è tra le finalità del Club Alpino Italiano, previste dal Regolamento generale,

La nostra Sezione è da sempre impegnata ad effettuare questo servizio, non solo rivolto ai soci CAI, ma a tutta la comunità degli escursionisti e frequentatori delle nostre montagne.

Anche nel corso del 2026 il Gruppo Cartografia, Sentieristica e Manutenzione della Sezione CAI di Sulmona, svolgerà la manutenzione dei sentieri.

Anche tu puoi aiutarci per continuare a mantenere in efficienza la rete escursionistica partecipando all'attività del Gruppo che opera attivamente nell'intento di fare tutto ciò.

In particolare fornendo la tua manifestazione di interesse alla Sezione per collaborare, in base alle tue disponibilità di tempo, e partecipare alle uscite organizzate per la manutenzione dei sentieri.

Per far parte delle attività di manutenzione dei sentieri, ti invitiamo a contattare

il Referente della Sezione per le attività di cartografia, sentieristica e manutenzione inviando una mail all'indirizzo: sezione@caisulmona.it

**A CURA DEL GRUPPO SENTIERISTICA, CARTOGRAFIA
E MANUTENZIONE CAI SULMONA**

PROGETTI CAI IN CORSO



IL CAI 
E I GIOVANI



Una Montagna



In Musica







CLUB ALPINO ITALIANO
Sez. di SULMONA

www.caisulmona.it
sezione@caisulmona.it
caisulmona@pec.it
Tel. 347-7067869

Sede Sociale: Via Angeloni, 11

Sede Provvisoria:
Associazione Nazionale Alpini
in Via Mazara a SULMONA
(subito dopo il Municipio)

Giorni di apertura: Giovedì e Sabato
dalle ore 18:00 alle ore 19:30

Ci trovate anche sui canali ufficiali di:

