



il Varco del Paradiso



notiziario della Sezione CAI di Salerno 1/2024



**Articolo 33: I VALORI
DELL'ATTIVITÀ SPORTIVA**

**Salviamo la montagna per
SALVARE IL MONDO**

**La quercia
UN SEME PER IL FUTURO**



LA NOSTRA COSTITUZIONE

di Francescopaolo Ferrara

Dire la "nostra" Costituzione non corrisponde ad una generica ed ovvia indicazione di appartenenza, ma vale a significare che essa contiene e rappresenta i valori fondamentali della nostra comunità nazionale, valori condivisi e basilari del nostro vivere civile e politico, maturati ed approfonditi nel travaglio della storia: la costituzione della Repubblica è dunque innegabilmente "nostra" ovvero di tutti noi.

In essa non può non riconoscersi la grande associazione del Club Alpino Italiano, portatrice di valori morali, culturali e sociali del tutto coerenti al dettato costituzionale.

Tale riconoscimento e tale ossequio viepiù si rafforzano e si evidenziano - ove fosse necessario - a seguito della recente modifica dell'art. 33 della Costituzione stessa la quale ha sancito che "La Repubblica riconosce il valore educativo, sociale e di promozione del benessere psicofisico dell'attività sportiva in tutte le sue forme"

La norma non determina un vero e proprio diritto, ma riconosce un valore, affidando alle classi dirigenti il compito di trasformare il riconoscimento del valore in un diritto da garantire a tutti (v. relazione ministeriale) e viene significativamente inserita nel titolo secondo della Carta costituzionale relativo ai rapporti etico-sociali.

Al di là delle generali iniziative politiche e degli opportuni interventi idonei a favorire l'esercizio dello sport, per quanto concretamente attiene al nostro particolare attendiamo detta trasformazione specie per quanto attiene al patrocinio ed alla collaborazione dei vari enti locali in tema di sentieristica (spesso lasciata al disordine di vari gruppi ed associazioni) e rifugi, di attenzione alle nostre segnalazioni di guasti ambientali, e quant'altro occorre per diffondere assieme a noi nelle scuole e agli altri enti educativi la frequentazione della montagna.

L'alpinismo, che a buon diritto può vantare una particolare presenza, nobile e storica, nel gotha delle attività sportive, viene a questo punto esso pure costituzionalizzato essendo valido portatore dei principi e dei valori richiamati dal legislatore.

Ed invero la pratica, la conoscenza e lo studio delle montagne e la difesa del loro ambiente naturale a quei principi ed a quei valori pienamente corrispondono, non solo per la formale enunciazione contenuta nell'art.1 dello statuto nazionale del CAI ma anche e soprattutto per la sostanziale storia vissuta e realizzata dalla nostra Associazione in ogni manifestazione, da quella più elementare dell'escursionismo sino a quella del più arduo alpinismo.

Avvicinare le persone alla montagna, magari sottraendola a più futili ed insignificanti obiettivi, educare all'impegno e alla prova, al superamento dei propri limiti, all'esercizio fisico e spirituale, alla religione della natura, alla contemplazione dalla cima delle montagne - e non solo - di "quell'infinito che tanto affatica la mente" (Giustino Fortunato), senz'altro realizza "il valore educativo, sociale e di promozione del benessere psicofisico" richiamato dall'art 33 Cost.



Articolo 33

"La Repubblica riconosce il valore educativo, sociale e di promozione del benessere psicofisico dell'attività sportiva in tutte le sue forme"



Ed a proposito di storia concretamente vissuta e realizzata, non sembri estraneo e presuntuoso l'accento alla piccola vicenda della nostra sezione.

Nel corso della sua vita ormai quasi quarantennale la nostra sezione "mediterranea" ha "portato" in montagna più di un migliaio di soci (non tutti rimasti tali, ma questo è un altro discorso); si è autonomamente dotata di una sede, ha tenuto fede a continui ed ininterrotti programmi escursionistici e speleologici, ha realizzato attività e corsi di alpinismo e speleologia, ha intrapreso iniziative di tutela ambientale, ha segnato sentieri su vasti territori, ha realizzato carte e pubblicazioni, ha dedicato particolare attenzione ai giovanissimi, ha costituito nell'ambito regionale esempio ed incentivo per la costituzione di altre sezioni e sottosezioni.

E giacché parliamo di costituzione, va detto che nel nostro caso il termine va inteso nel duplice senso della materiale fondazione della Sezione e dei valori e degli scopi che la ispirarono fin dal momento della sua nascita.

Si era infatti nell'anno 1986, epoca in cui nel nostro territorio non era ancora diffusa la pratica della montagna, e la realizzazione stessa della Sezione sembrava costituire quasi una sfida, tant'è che ai fondatori sembrava quasi di essere innanzi ad un difficile "varco", che essi nell'ansia di raggiungere quella "vetta che è ad un tempo sogno ed ossessione", figuratamente si chiedevano cosa avrebbero trovato "dietro la linea dei monti" e che ben sapevano che "superato un varco ce ne è sempre un altro".... queste ed altre simili parole un po' datate si leggono nell'articolo di fondo del nostro primo notiziario sezionale del 1 giugno 1987. Parole e pubblicazione che mi è caro richiamare non per mera nostalgia ma perché essi testimoniano lo spirito con cui parti e proseguì per lunghi decenni il nostro cammino, nella convinta prospettiva di quella crescita morale sociale ed educativa che ha avuto ora il crisma del riconoscimento costituzionale.

Testimoniano il profilo - vissuto e vivente - della Sezione di Salerno del Club Alpino, dunque la "nostra costituzione".

Foto: Vallo di Diano





UN ANNO DI ATTIVITÀ CON CAI GIOVANI

di Carmine Nobile

È trascorso un anno dal lancio del progetto CAI GIOVANI. Per chi non ne avesse seguito gli sviluppi, il tutto è nato a novembre 2021 quando, su idea del presidente generale Antonio Montani, è stato lanciato, tramite le pagine social del CAI, il primo "CAMP GIOVANI CAI" che si è svolto in Toscana, sulle Alpi Apuane.

A seguito di quell'evento, è stato costituito il Gruppo di Lavoro Giovani così organizzato: sono stati eletti due coordinatori nazionali, con il compito appunto di coordinare ed organizzare tutto il GdL; a seguire sono stati eletti i referenti per i tavoli di lavoro tematici (ambiente, cultura, scuola, socializzazione, informatizzazione, attività, comunicazione, vita di sezione) con il compito di proporre periodicamente riunioni con tutti i giovani delle sezioni interessati alle suddette tematiche per sviluppare idee e proposte a riguardo. Infine, sono stati eletti i referenti regionali, il cui compito è quello di fare da filo conduttore tra il CAI centrale ed i Gruppi Regionali, garantendo il dialogo tra le sezioni e i loro presidenti, supportando così la nascita di Gruppi Giovani nelle sezioni.

Dopo aver delineato la struttura del GdL Giovani, c'è stato un secondo camp nazionale, organizzato a Corvara in Badia dal 22 al 25 aprile. Questo evento ha rappresentato il vero e proprio trampolino di lancio per tutto il progetto, infatti si è registrato un numero di presenze di circa 150 soci under 40 provenienti da tutte le regioni d'Italia. Nei mesi successivi, grazie all'entusiasmo trasmesso dall'evento di Corvara, abbiamo assistito alla nascita di numerosi Gruppi Giovani in molte sezioni, tra cui anche Salerno, dove il gruppo è stato costituito alla fine di maggio, a seguito delibera del nostro consiglio direttivo che fin da subito e all'unanimità si è dimostrato disponibile ed attento ad accogliere tutto il progetto, atteggiamento di apertura e disponibilità verso i giovani. Purtroppo non è stata riscontrata la stessa disponibilità in tutte le sezioni perché molti giovani referenti si sono trovati a discutere con interi consigli direttivi che si sono dimostrati non favorevoli all'insediamento dei giovani.

Per Salerno, c'è da dire che già un discreto numero di soci giovani ruotava intorno alla sezione, grazie anche al rinato gruppo arrampicata e alpinismo che dal 2021 opera in sezione proponendo numerose attività che rappresentano un'attrattiva per i soci ed ancor di più per i giovani.

Proprio per questo, col gruppo arrampicata e alpinismo si è creata fin da subito una sinergica intesa ed una proficua collaborazione.



Per l'anno 2023 non è stato redatto un programma di attività dedicato ai giovani in quanto il gruppo è nato ad attività già avviate e quindi si è proceduto inserendo alcune uscite condivise con altre sezioni e partecipando in gruppo a quelle già programmate dalla nostra sezione. Per l'anno 2024 è stato redatto un programma regionale dedicato alla fascia 18-40 composto da 12 uscite intersezionali organizzate a turno dalle sezioni campane dove risulta essere già attivo un gruppo giovani, inoltre il Gruppo Giovani di Salerno si è impegnato nel consueto programma escursionistico proponendo alla sezione diverse uscite che saranno contraddistinte dalla dicitura "a cura Gruppo Giovani" il cui obiettivo è quello integrare la partecipazione dei giovani nella vita sezionale.

Il fine ultimo del progetto, ideato da Montani, è quello di avvicinare al CAI, ed in particolare alla vita attiva di sezione i giovani, nello specifico la fascia 18-40 che attualmente, nella maggior parte delle sezioni risulta essere assente tra le cariche sociali. Questo servirà a garantire al CAI di domani un ottimo trapasso di competenze e soprattutto di valori che il nostro sodalizio testimonia in molteplici ambiti.

Tutti i riferimenti del Gruppo Giovani CAI Salerno, si trovano sul nostro sito, nella sezione dedicata. I referenti sezionali sono Carmine Nobile e Luigi De Santis ed è possibile seguire le attività tramite la pagina Instagram cai giovani salerno o la chat telegram il cui link di accesso è disponibile sul sito.





IL CAI, UNA GRANDE RISORSA PER LA FORMAZIONE DEI GIOVANI

di Caterina Ciccarelli

Rieccomi a scrivere sulle esperienze con i ragazzi perché è indiscutibile che siano tra le più gratificanti. In modo particolare per me, che ho la fortuna di essere un'insegnante oltre che una socia che vive con passione il sodalizio con il CAI.

I ragazzi, a saperli prendere, danno l'opportunità di credere in un cambiamento di rotta delle politiche inquinanti, e stimolano ognuno di noi a fare la propria parte, nell'aiutarli a conoscere i punti di forza e di debolezza dell'ambiente che li ospita.

Le attività di quest'anno hanno visto impegnato un gruppo di alunni della scuola secondaria di primo grado di Montecorice (I.C. Patroni Pollica) nei mesi di giugno e luglio, con 60 ore da spendere nell'esplorazione e nella lettura del territorio e anche nella sua rappresentazione. Grazie ad un'esperta di teatro, Camilla Esposito, abbiamo animato e raccontato i venti e la loro azione nei contesti paesaggistici e sociali.

Partendo dalla tettonica delle placche, abbiamo catalogato diversi tipi di roccia, prestando particolare attenzione al flysch cilentano, che abbiamo osservato in tutta la sua articolata bellezza lungo la vicina costa di Punta Licosa.

Abbiamo studiato sul campo l'erosione dell'acqua e in particolare quegli effetti speciali che ci hanno affascinato nelle Gole del Calore. E poi la storia dell'antica città della Molpa tra le foci dei fiumi Lambro e Mingardo con le grotte sottostanti abitate fin dall'era quaternaria e la stupenda prospettiva dell'arco naturale visto dall'alto. Con le competenze del giovane Carmine Nobile abbiamo letto le carte del territorio ed individuato i percorsi da seguire; con il nostro Presidente **Ciro** abbiamo allestito un percorso di vie ferrate e imparato a fare i nodi. Vanno riconosciute ai Nobile passione e grande sensibilità nei confronti del mondo giovanile.

Le attività si sono concluse con l'adozione, da parte della nostra scuola, del sentiero delle Ripe Rosse n. 704 che da Montecorice scende sulla spiaggia di Baia Arena nella frazione di Case del Conte. Lo stesso è stato poi inaugurato con una manifestazione che ha visto partecipi molti soci CAI, tra cui i decani della nostra sezione **Ennio Capone** ed **Aldo Tisi**. L'evento si è svolto il 28 luglio con un'escursione che ha preso avvio nella cornice di uno splendido tramonto cilentano. Durante l'escursione il nostro socio, prof. **Giuliano Bonanomi**, ci ha raccontato, a tratti umanizzandole, le specie botaniche caratteristiche del territorio catturando l'attenzione e la curiosità dei presenti.

Arrivati col buio della sera nella incontaminata pineta che anticipa la spiaggia della baia, siamo stati avvolti dalle melodie di voci e strumenti del gruppo "Scialacore" impegnato nella ricerca delle tradizioni musicali dei popoli del Mediterraneo. Pochi i punti luce predisposti, ma la luna riflessa sul mare ha collaborato alla serata con un generoso pizzico di magia.



Il concerto è stato offerto dall'Amministrazione Comunale di Montecorice che ha organizzato anche un ricco aperitivo.

Particolari ringraziamenti vanno al sindaco, **Flavio Meola**, e al suo giovane vice, **Ciro Cozzolino**, che è stato fattivamente presente nella fase di ripristino del sentiero e nell'organizzazione dell'evento. Ancora un giovane, innamorato del suo territorio, che ha compreso che per dare ossigeno agli abitanti delle terre cilentane bisogna saper guardare alle spalle del mare, valorizzando forme di turismo sostenibile alternative a quella balneare.

Concludo manifestando gratitudine al collega **Angelo Meola**, che mi affianca e supporta nelle fasi progettuali ed organizzative di queste significative esperienze, ma soprattutto alla nostra **D.S. Daniela Ruffolo** che, credendo nella grande valenza formativa di queste attività, ci sostiene con entusiasmo.

E infine complimenti ai ragazzi, vera anima del progetto che, nonostante il caldo e le levatcce mattutine, non sono mai mancati ai nostri appuntamenti.





LA QUERCIA: UN SEME PER IL FUTURO

Un progetto di Walter Pecoraro

Premessa

L'idea di questo progetto mi è venuta preparando la relazione *La Quercia di Home* che ho tenuto nell'ambito della rubrica Cai Cultura che si svolge periodicamente presso la nostra sezione. Durante le ricerche che ho svolto per preparare l'intervento ho avuto modo di conoscere meglio la quercia, le sue straordinarie caratteristiche botaniche, sotto vari aspetti, oltre alla sua simbologia che nella mitologia dell'antichità classica, dal nord Europa fino alla Grecia e all'Antica Roma, e ancora oltre fino ai nostri giorni, la collegano alle nobili virtù di **forza, giustizia e pace**. Sempre nel corso di queste ricerche sono venuto a conoscenza di alcuni progetti, svolti sia in Italia che in altri paesi europei, finalizzati alla propagazione e alla diffusione di questa pianta su vasti territori con finalità ecologico-ambientali e tutto ciò mi ha indotto a pensare che anche il CAI di Salerno potesse sviluppare un progetto centrato su quest'albero.

Finalità

La specificità del nostro progetto è data dalla consapevolezza, ben nota alla comunità scientifica tutta ma ormai sotto gli occhi di ognuno di noi, dei cambiamenti climatici in atto in ogni parte del pianeta e delle conseguenze, talora catastrofiche, che questi comportano. Nello stesso tempo si è capito però che uno dei rimedi più efficaci, e più efficienti, che si possono mettere in atto per contrastare, o almeno ridurre, i rischi di questi eventi è la piantumazione massiccia di alberi. Pertanto ritengo che il CAI, attraverso questo progetto, possa offrire ai soci e a tutta la comunità un suo contributo, sia da un punto di vista fattuale che dello sviluppo di una più urgente e vigile sensibilizzazione rispetto a tali tematiche.

Gli alberi, per la loro capacità di assorbimento di anidride carbonica (CO₂) e di generare ossigeno, per la capacità di assorbimento e di accumulo dell'acqua, per la capacità di frenare la velocità dell'acqua, sia piovana che di scorrimento, trattenendo il terreno ed evitando le frane, per la capacità di contenere l'innalzamento delle temperature con l'ombra della chioma e attraverso la traspirazione idrica - nei mesi più caldi, specie in città dove l'asfalto e il cemento accumulano e riflettono notevolmente il calore, si può ottenere un abbassamento della temperatura da 2 a 4 gradi - rappresentano un rimedio grandioso e davvero sorprendente contro i rischi conseguenti ai cambiamenti climatici.

Perché la quercia

Certamente tutti gli alberi svolgono questo ruolo ma tra i vari tipi di piante la quercia è quella che si presta meglio nel nostro caso per una serie di vantaggi:

1. Facilità di creare da seme nuove piantine a costi ridottissimi.
2. Facilità di attecchimento.
3. Lunga vita.
4. Ampia chioma.
5. Resistenza agli agenti patogeni.
6. Capacità di resilienza al fuoco.
7. Presenza, attraverso l'insieme di simboli e concetti, nell'immaginario collettivo della nostra comunità.

Tra le varie specie di quercia si prediligerà il leccio (*quercus ilex*) non solo per la sua facile adattabilità e per l'ampia presenza nel nostro territorio, ma anche perché è una quercia sempreverde, e per il fatto che tra le querce è quella relativamente più veloce nello sviluppo.

Il programma e i tempi

Le fasi e le modalità di realizzazione del progetto sono le seguenti:

- a) Raccolta di semi di leccio da parte dei soci CAI durante escursioni dedicate, nel periodo dicembre 2023-febbraio



2024. Il leccio (*quercus ilex*) è una specie di quercia molto presente nel nostro territorio che si incontra facilmente in quasi tutti i sentieri e gli habitat che attraversiamo durante lo svolgimento delle nostre escursioni.

b) Trattamento e scelta dei semi: una volta raccolti, i semi vengono immersi nell'acqua per separare quelli rovinati, o per qualche altro motivo non buoni, che saliranno a galla da quelli integri e quindi fertili che resteranno sul fondo della vaschetta. Solo questi ultimi verranno seminati in appositi contenitori (fitocelle),

riempiti di terriccio universale.

- c) Dopo che i semi saranno germinati e le plantule avranno raggiunto l'altezza di circa 30 centimetri è arrivato il momento di organizzare delle uscite per procedere alla loro piantumazione nelle aree identificate. Ciò avverrà presumibilmente nei mesi da settembre a dicembre del 2024.
- d) Scelta delle aree da piantumare, preferibilmente aree incolte del perimetro urbano e/o periferico ma anche aree collinari e/o montane che abbiano subito recenti incendi.
- e) Successivamente, almeno per il primo anno sarà opportuno effettuare dei sopralluoghi di monitoraggio del processo di crescita degli alberelli ed eventuali interventi di cura per risolvere possibili problematiche di attecchimento o di sviluppo.

Gli attori

Un aspetto particolarmente interessante del progetto è rappresentato dalla possibilità, di coinvolgere in prima persona, in quanto attori privilegiati, diverse figure:

- Prima di tutto i soci del CAI di Salerno e delle sue sottosezioni, sia dal punto di vista organizzativo, nella figura del comitato scientifico, che attraverso la partecipazione diretta dei soci.
- La scuola, soprattutto secondaria ma anche primaria, laddove i ragazzi e i bambini possono diventare protagonisti nella raccolta dei semi, nella semina in fitocelle e poi anche nella messa a dimora delle piantine.
- Le famiglie dei ragazzi con evidente divulgazione del progetto, amplificazione mediatica e sensibilizzazione rispetto alle finalità dell'iniziativa e al ruolo del CAI.
- Le istituzioni, *in primis* il comune, i comitati di quartiere ed eventualmente le amministrazioni di ambiti territoriali extracomunali
- L'Università di Salerno e in particolare il dipartimento di Scienze Agrarie e l'Osservatorio dell'Appennino Meridionale, consorzio costituito dalla Regione Campania e dall'Università degli Studi di Salerno con lo scopo di promuovere lo studio, la pianificazione e la gestione del territorio dell'Appennino Meridionale.
- Associazioni di categoria in particolare agronomi, geologi, etc.
- Associazioni di volontariato e di promozione.

Tempi di realizzazione del progetto

Da novembre 2023 a dicembre 2024

Conclusioni

A prescindere da quanti alberi riusciremo a far germinare e a piantumare, il nostro progetto avrà conseguito una importante funzione di sensibilizzazione dell'opinione pubblica rispetto ai temi ecologici e all'importanza delle piante come concreta possibilità di contenimento dell'innalzamento della temperatura del pianeta e potrà essere di stimolo per interventi più strutturati e più consistenti da parte degli organi preposti.

walterpecoraro@libero.it



MARTEDI CULTURALI

di Camillo Gallo

Anche il 2023 è stato ricco dei martedì culturali che hanno acquisito una cadenza settimanale ad esclusione dei mesi di luglio e agosto.

Gli argomenti trattati hanno spaziato dalla montagna alla biologia, dall'alimentazione alle attività benefiche, dal clima all'astronomia, dai viaggi alla letteratura e alla musica.

Di seguito riportiamo brevemente i titoli e i rispettivi relatori:

Il Gruppo Alpinistico della Sezione ha illustrato il viaggio estivo effettuato sulle Alpi occidentali; la sezione TAM ha presentato finalità e programmi, il Gruppo Speleo ha descritto le grotte di Castelcivita.

Lucia Quaranta ha presentato una divertente serata col titolo "Scope, fate e cioccolata" e Alfredo Nicastri tratterà del tema "Erica e montagna".

Walter Pecoraro, dopo il taglio, ha trattato con risvolti scientifici e culturali una trilogia sulla quercia, sull'olmo e sul tasso. Giandomenico Di Giuliano ha parlato delle variazioni morfologiche dei fiori in Appennino e Alessandro Milite delle orchidee spontanee sul monte Bastiglia. Il tema dell'alimentazione è stato curato da Vittorio Caponigro con esposizioni sulla quarta gamma e sugli alimenti in casa e fuori, nonché da Belinda Villanova che ha anche donato ai partecipanti la sua ultima pubblicazione sulla rucola. Gastronomia e astronomia sono state correlate in un interessante intervento

di Raffaele D'Arco, mentre il CANA ha partecipato alle serate con Enzo Gallo (tre pianeti ed evoluzione del clima) e con Paolo Rota (la Silla, l'osservatorio astronomico nel deserto di Atacama), mentre Paolo Genovese, Responsabile degli eventi scientifici del Meteo3B, ha trattato del clima locale. Sul cambiamento del clima in montagna connesso agli sport invernali ha anche parlato Giuliano Buonanomi.

Annamaria Guagliardi, Docente di Biochimica presso l'Università di Napoli, ha trattato in tre diversi appuntamenti dello stress ossidativo, dei grassi e dei carboidrati mentre Marisa Di Vito ha presentato un breve excursus storico sulla genetica.

Paola Capone e Roberta Gabola hanno rispettivamente trattato della Scuola Medica Salernitana e presentato il proprio libro "Dentro e fuori la città."

Mariateresa Loffredo ha parlato dei luoghi leggendari della Terra e Vienna Cammarota ha presentato un reportage sul primo tratto da lei compiuto sulla via della Seta percorsa a piedi.

Infine il sottoscritto ha presentato cinque proiezioni sul suo viaggio in Istria e Friuli, sulla Spagna medioevale e sulle Basiliche laziali, dentro e fuori Roma.

Sono in calendario per la fine dell'anno una serata sulla musica napoletana a cura di Vincenzo Aversano e una trattazione sul tema "Amore e desiderio" del prof. Paolino Cantalupo.

Concludo ricordando l'incontro per la sensibilizzazione alla donazione degli organi e dei tessuti organizzato dalle Dot.sse Zampetti, Baccari e Borrelli.





UNO SGUARDO ALLE TERRE ALTE

Il ruolo degli Operatori Naturalistici e Culturali del CAI nell'era del cambiamento climatico

di Alfredo Nicastri

Si è concluso nell'ottobre 2023 il Corso di Formazione Interregionale per Operatore Naturalistico e Culturale di primo livello (ONC) dell'area CMI (Centro, Meridione, Isole). Organizzato dai Comitati Scientifici Regionali di Abruzzo, Campania e Puglia e dai Gruppi Regionali di Basilicata e Molise, sotto la direzione di Luigi Iozzoli, il corso ha licenziato sedici nuovi operatori, tra cui due soci della nostra Sezione: Francesco Galizia e Giuseppe Catania. Il programma formativo prevedeva un certo numero di lezioni preregistrate da fruire online e quattro weekend didattici in presenza, uno per regione, con attività teoriche in aula ed esercitazioni pratiche in ambiente. Anna Maria Martorano ed il sottoscritto hanno svolto il ruolo di referenti del corso per la Campania ed organizzato la relativa sessione formativa in presenza, svoltasi il 16 e 17 settembre in località Piano Laceno. La sessione ha avuto come tema "Le Terre alte: dall'abbandono alla rinascita" ed ha visto la partecipazione anche del Presidente del Comitato Scientifico Centrale, Piero Carlesi.

I titolari ONC sono i soci che nelle Sezioni e sui territori traducono in attività operativa le finalità costitutive del Comitato Scientifico Centrale, il più antico tra gli Organi Tecnici del CAI; nato nel 1931, esso ha lo scopo di promuovere la cultura e la conoscenza della montagna, conformemente a quanto indicato nell'art. 1 dello Statuto. Il ruolo dell'ONC è descritto con queste parole nel sito istituzionale del CSC: «sono titolari del Club Alpino Italiano con il compito di promuovere la ricerca scientifica e naturalistica, la didattica presso le scuole e il CAI, la divulgazione degli aspetti scientifici, naturalistici, antropici e culturali della montagna, attraverso l'organizzazione di eventi scientifici e culturali con frequentazione dell'ambiente e partecipazione ai gruppi di lavoro del Comitato Scientifico Centrale e dei Comitati Scientifici Territoriali». Ricerca, didattica e divulgazione sono dunque i tre ambiti operativi che definiscono la funzione dell'ONC; tra questi, la divulgazione è senz'altro quello su cui maggiormente si pone l'accento: «la missione dell'Operatore Naturalistico e Culturale – è scritto nel sito – si attua seguendo due idee ambiziose: il desiderio di conoscere la grande complessità dell'ambiente naturale ed umano delle nostre montagne, la volontà di divulgarne i caratteri salienti». Per questo motivo nella formazione degli operatori è dato sempre particolare rilievo all'apprendimento delle tecniche di comunicazione.

Senza nulla togliere all'importanza dell'attività divulgativa, è tuttavia opportuno riflettere su come oggi il ruolo dell'ONC debba cambiare. Lo richiede la crisi ambientale in atto, della quale il riscaldamento climatico è solo l'aspetto più appariscente¹. Salvare le montagne è diventato un imperativo categorico, condizione imprescindibile per la sopravvivenza dell'umanità sul pianeta; per una serie di ragioni. Le montagne ricoprono un quarto della superficie emersa della Terra, in Italia rappresentano oltre la metà del territorio, corrispondente ad un'area in cui risiede una popolazione di poco più di 14 milioni di abitanti, dunque ampiamente spopolata. L'ambiente montano, per la sua stessa conformazione fisica, è oggi il meno devastato dalle attività umane. Costituisce quindi la più importante riserva di biodiversità del pianeta, oltre ad essere ovviamente la principale fonte di risorse idriche. Senza le montagne non sarebbe possibile per l'uomo vivere in pianura; la civiltà urbana capitalistica industriale, che garantisce il nostro elevato benessere attuale, si nutre delle risorse montane.

C'è tuttavia un'ulteriore ragione per cui è indispensabile sal-

vare le montagne, ed è una ragione etica. Come ormai si continua a ripetere da decenni, per combattere il riscaldamento globale e tentare di salvare il pianeta è necessario cambiare stile di vita. Hanno iniziato a sostenerlo più di cinquant'anni fa studiosi d'ogni disciplina e provenienza: scienziati, filosofi, economisti, antropologi; è puntualmente ribadito ai massimi livelli istituzionali in occasione delle conferenze mondiali sul clima (COP), che si susseguono a partire dal 1995; lo invocano le più importanti autorità religiose della Terra, Papa Francesco *in primis*²; eppure nulla o pochissimo si muove. Come scriveva già nel 1973 Ivan Illich: «siamo talmente deformati dalle abitudini industriali che non osiamo più scrutare il campo del possibile, e l'idea di rinunciare alla produzione di massa di tutti gli articoli e servizi è per noi come un ritorno alle catene del passato o al mito del buon selvaggio»³. Ci troviamo in una situazione molto simile a quella descritta dal regista statunitense Adam McKay nel film del 2021 *Don't Look Up*: pur davanti alla certezza matematica, annunciata dai media di tutto il mondo, che entro pochi mesi l'impatto di una cometa distruggerà il pianeta, tra la debolezza della politica, il prevalere degli interessi economici e l'indifferenza dell'opinione pubblica, nulla viene realmente fatto per evitare la catastrofe, che puntualmente arriva. Così l'uomo contemporaneo sembra non riuscire in alcun modo a sottrarsi al meccanismo consumistico compulsivo creato dal mercato per piazzare i suoi prodotti. A nulla vale la consapevolezza razionale che le risorse naturali siano destinate ad esaurirsi: immerso in questa bulimia senza scopo, l'uomo *consumens* continua a segare il ramo su cui si seduto.

Molto acutamente Nicola Lagioia sottolinea l'aspetto psicologico della questione: «il problema è che conceiti come il sistema di produzione, o lo stile di vita, non sono la conseguenza di un disegno razionale. Rispondono a istinti ben più profondi. Per cambiare le regole del gioco dovremmo scendere nei territori dove pulsioni primordiali e correnti inconse determinano le nostre azioni più di quanto non vorremmo. Perché l'informazione diventi conoscenza bisogna arrivare a sentire laggiù ciò di cui siamo già edotti in superficie»⁴. Per salvare il pianeta siamo dunque chiamati ad operare un vero e proprio "cambiamento antropologico", una "trasfigurazione esistenziale"; compito immane, se rapportato all'esiguità del tempo a disposizione. Lagioia suggerisce il ricorso ad uno strumento che può apparire paradossale, ma ha tuttavia una sua ragion d'essere: le sostanze psichedeliche. Un tempo ritenute droghe pericolose, sono oggi accettate dalla comunità scientifica per combattere dipendenze e contrastare patologie psichiche di varia natura. Se adoperate con le giuste precauzioni, favoriscono un'esperienza olistica del reale, liberando l'uomo dalla gabbia dell'individualismo esasperato in cui lo costringe la società dei consumi. Come ampiamente attestato, la percezione d'essere parte integrante del creato in unione indissolubile con tutti gli altri esseri viventi, induce l'uomo a non oggettivare più la natura per sfruttarla a proprio vantaggio, bensì a porsi in sintonia con essa e a rispettarla⁵.

Più realisticamente, un ruolo fondamentale per favorire questo "cambio di mentalità" può svolgerlo l'educazione. Soprattutto dei giovani, ma non solo. Si tratta di estirpare l'ossessione quantitativa indotta dal mercato, l'economicizzazione delle menti o, per dirla

²Cfr. FRANCESCO, "Puntare su un altro stile di vita" in *Laudato si'*. Lettera enciclica sulla cura della casa comune, 2015 (204-208). Si veda anche lo, *Laudate Deum. Esortazione apostolica a tutte le persone di buona volontà sulla crisi climatica*, 2023: «Sono passati ormai otto anni dalla pubblicazione della Lettera enciclica *Laudato si'*, [...] Ma con il passare del tempo mi rendo conto che non reagiamo abbastanza, poiché il mondo che ci accoglie si sta sregolando e forse si sta avvicinando il punto di non ritorno» (2).

³IVAN ILICH, *La convivialità*, ed. it., redi, 2014, p. 14 (1 ed., New York, 1973)

⁴NICOLA LAGIOIA, *Perché non ci muoviamo*, in «Robinson», supplemento de «la Repubblica», 6 agosto 2022.

⁵Sull'argomento si veda MICHAEL POLLAN, *Come cambiare la tua mente*, tr. It., Adelphi 2022.

¹Secondo l'autorevole rivista scientifica («Sciences Advances»), sono stati superati già sei dei nove limiti planetari individuati nel 2009 dal gruppo di scienziati dell'ambiente guidati da Johan Rockström e Will Steffen. Cfr. RICHARDSON, KATHERINE; STEFFEN, WILL; LUCHT, WOLFGANG, *Earth beyond six of nine planetary boundaries*, («Sciences Advances»), 2023 (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10499318>).



con Serge Latouche, «di decolonizzare l'immaginario e rovesciare i nostri modi di pensare»⁶. La montagna, ancor più della scuola, può fare ciò. Contro la cultura dello spreco e della fretta, la montagna educa all'austerità e al "prenderci cura"; la montagna indica all'uomo contemporaneo una via etica alternativa in grado di curarlo da quel senso di spaesamento e di angoscia generato in lui dall'insensato stile di vita consumistico. Come scrive Annibale Salsa: «L'ambiente della montagna può costituire un insuperabile "serbatoio di senso" e svolgere un'importante, fondamentale azione terapeutica»⁷. Frequentare la montagna nel giusto modo, ovvero con lentezza, senso di responsabilità e consapevolezza, restituisce all'uomo la sua dimensione più autentica, al di là delle "scissioni" operate in lui dalla modernità e causa del suo disagio esistenziale⁸. «La dialettica tra l'uomo e la montagna - scrive ancora Salsa - apre ad una relazione di autenticità [...] Nella relazione con la montagna si realizza, infatti, la pienezza del rapporto a tre livelli tra natura, relazioni sociali, interiorità soggettiva. In tal senso, la logica della separazione tra sfere diverse viene superata e la montagna può realizzare anche sul piano psichico quell'esperienza olistica che altre "visioni del mondo" alla moda hanno eluso o apertamente confutato»⁹.

Il perché la montagna abbia questo potere lo sanno bene i veri montanari: andare in montagna è pericoloso, ed il rischio maggiore

⁶Cfr. SERGE LATOUCHE, *Breve storia della decrescita*, tr. It., Torino 2021, pp. 86-89.

⁷ANNIBALE SALSA, *Il tramonto delle identità tradizionali. Spaesamento e disagio esistenziale nelle Alpi*, Priuli & Verlucca, Torino, 2009, p. 103.

⁸La prima di queste scissioni è quella tra uomo e natura, che affonda le sue radici nel dettato biblico della Genesi in cui l'uomo è invitato a dominare la terra (cfr. Gen. 1,28). Si veda sull'argomento FRANCESCO, *Laudato si'*, cit. (67-70).

⁹IBIDEM, p. 76.

è la morte. Questa è la vera esperienza cui la montagna necessariamente costringe: l'esperienza della propria finitezza umana ed al contempo del mistero di una possibile, infinita, trascendenza. Lo spiega bene in termini filosofici Francesco Tomatis: «La via che mostra la montagna è del limite e dell'illimito assieme, di orizzontalità e verticalità come dimensioni essenziali, entrambe, all'uomo autentico, vero»¹⁰. La montagna rieduca l'uomo al ritmo naturale dell'esistenza; lo ricolloca entro la dimensione lineare del tempo articolata nella successione di passato-presente-futuro, contro l'artificioso "presente senza fine" scandito dalla fretta del "compra, usa, getta" imposto dal mercato. Educarsi alla montagna significa dunque fare esperienza della morte rimanendo in vita, e «(qui - dice ancora Tomatis - acquisiamo quei valori fondamentali di ogni autentica vita mortale: la gradualità e la lentezza, la rinuncia e la fatica, la solidarietà e la sofferenza personale, la gioia e la semplicità, la variegatezza e la minimalità, la fugacità e la durata... e tanti altri ancora. Valori esperibili solo attraverso la vera esperienza, cioè quella del limite»¹¹.

Oggi gli Operatori Naturalistici e Culturali dovrebbero innanzitutto essere in grado di compiere questa "trasfigurazione esistenziale" di se stessi e cambiare stile di vita; poi educare gli altri soci attraverso la condivisione della propria esperienza. È questa la loro funzione principale: farsi mediatori culturali per favorire lo sviluppo di una mentalità alternativa a quella economicistica dominante. È questo in verità l'esempio che tutto il CAI dovrebbe dare per contribuire in modo significativo alla lotta per la salvezza del pianeta.

¹⁰FRANCESCO TOMATIS, *La via della montagna*, Bompiani 2019, p. 48. Sul rapporto montagna-morte si vedano le pp. 51 e sgg.: «Già in accadico morire e morte consonano: *mātu* e *mātu*, tanto che in assiro morire significa aggrapparsi alla montagna [...] "entrare nella montagna" comporta fare esperienza della morte, ma in vita» (p. 52).

¹¹IBIDEM, p. 48.



Castel San Vincenzo (IS), 15 ottobre 2023: foto di gruppo a conclusione del Corso di formazione interregionale per ONC



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI SALERNO



PROGRAMMA ESCURSIONI GENNAIO-DICEMBRE 2024

GENNAIO

lunedì 1 gennaio

Bagno di Capodanno a Cetara

Referenti: Sandro Giannattasio - 339.4875688; Aldo Tisi - 347.7227413

domenica 7 gennaio

Circuito di Giovi Montena - (Colline Salernitane)

A - Percorso: Via Di Giacomo (215 m), Giovi Montena (420 m), Via Di Giacomo

Dislivello: 220 m - Durata: 2 ore - Difficoltà: T

Direttori: Ennio Capone - 338.8715121; Ciro Nobile - 339.1695263

Partenza: ore 9:00 da Salerno

mercoledì 10 gennaio

Ciaspolata - (Monti Picentini)

Programma da definire in base alle condizioni d'innevamento

Direttori: Paolo Sarni - 339.2132116; Mario Salsano - 335.7154446

domenica 14 gennaio

Giornata di avvicinamento all'arrampicata sportiva - (Colline di Cava)

In collaborazione con la Commissione Alpinismo e Arrampicata e con il Gruppo Giovani

A - Percorso: Sede CAI Salerno, Canalone, Tre Confini (393 m), Valle (300 m),

Monte San Liberatore (466 m), Canalone, Salerno

Dislivello: 550 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: E

Direttori: Mauro Vernieri - 333.1814143; Carmine Nobile - 388.0735376

Partenza: ore 8:00 da Salerno

domenica 21 gennaio

Ciaspolata alla Calcare D'Alessio - (Monti Picentini)

AR - Percorso: Campolasperto (1300 m), Rifugio degli Uccelli (1250 m), Calcare

D'Alessio (1449 m)

Dislivello: 700 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: EA1-D

Direttori: Paolo Sarni - 339.2132116; Camelia Andron - 347.0530680

Partenza: ore 8:00 da Salerno

mercoledì 24 gennaio

Ciaspolata - (Monti Alburni)

Programma da definire in base alle condizioni d'innevamento

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

domenica 28 gennaio

Tra i borghi del Cilento - (Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

T - Percorso: Gioi Cilento (684 m), borgo medioevale, Cardile (493 m)

Dislivello in salita: 120 m - Dislivello in discesa: 370 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: T

Direttori: Anna Maria Martorano - 338.9498941; Angela Maio - 338.8097929

Partenza: ore 8:00 da Salerno

FEBBRAIO

domenica 4 febbraio

Traversata delle Colline Salernitane

T - Percorso: Salerno - Parco Pinochio, lago di Brignano (130 m), Pietra di Santo

Stefano (390 m), Casa D'Amato (215 m)

Dislivello in salita: 450 m - Dislivello in discesa: 200 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: E

Direttori: Ciro Nobile - 339.1695263; Lorella Lombase - 324.6007824

Partenza: ore 9:00 da Salerno

mercoledì 7 febbraio

Ciaspolata - (Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

Programma da definire in base alle condizioni d'innevamento

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

domenica 11 febbraio

Tra fortezze e valloni: anello delle Creste - (Colline di Cava)

In collaborazione con l'associazione APE Salerno

A - Percorso: Sede CAI Salerno, Castello di Arechi, Bastiglia (320 m), Piano di

Croce, Case Pariti, Prete Martorano (576 m), Le Creste (697 m), Il Telegrafo,

Sant'Eremita, Salerno

Dislivello: 700 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: E

Direttori: Daniele Bagnoli - 328.4512688; Ugo Lazzaro - 349.3627515

Partenza: ore 8:30 da Salerno

domenica 18 febbraio

La Via Maestra dei Villaggi - (Monti Lattari)

T - Percorso: Amalfi, Lone (157 m), Tovere (397 m)

Dislivello: 400 m - Durata: 3 ore - Difficoltà: E

Direttori: Ennio Capone - 338.8715121; Pasquale Quaglia - 328.0354877

Partenza: ore 8:00 da Salerno

mercoledì 21 febbraio

Ciaspolata - (Monti Picentini)

Programma da definire in base alle condizioni d'innevamento

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

da sabato 24 a domenica 25 febbraio

Notturna invernale su neve al rifugio Cervati - (Parco Nazionale del Cilento,

Vallo di Diano e Alburni)

Pernottamento al rifugio

Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it

Direttori: Sandro Giannattasio - 339.4875688; Mario Cioffi - 333.8502818

Partenza: ore 15:30 di sabato 24 da Salerno

domenica 25 febbraio

Montevergine dopo la Candelora - (Monti del Partenio)

A - Percorso: Casone (974 m), Rifugio Principe di Savoia (1359 m), Campo

Maggiore (1350 m), Santuario di Montevergine (1263 m)

Dislivello: 600 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Giuseppe Bellucci - 339.7138004; Luca Bellucci

Partenza: ore 9:00 da Ospedaletto d'Alpinolo

MARZO

domenica 3 marzo

Un balcone su Capri - (Monti Lattari)

AR - Percorso: Santa Maria del Castello (685 m), Monte Comune (888 m)

Dislivello: 250 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: E

Direttori: Ennio Capone - 338.8715121; Gaetano Florio - 328.9174587

Partenza: ore 8:00 da Salerno

mercoledì 6 marzo

Ciaspolata - (Monti Alburni)

Programma da definire in base alle condizioni d'innevamento

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

domenica 10 marzo

Ciaspolata - (Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

Programma da definire in base alle condizioni d'innevamento

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

domenica 17 marzo

Dal paradiso dei Cognoli di Ottaviano alla Valle dell'Inferno - (Parco

Nazionale del Vesuvio)

A - Percorso: Ottaviano (500 m), Cognoli (1112 m) Valle dell'Inferno, Ottaviano

Dislivello: 650 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: E

Direttori: Claudia Mascolini - 338.2612674; Aldo Tisi - 347.7227413

Partenza: ore 7:30 da Salerno

mercoledì 20 marzo

Ciaspolata - (Parco Nazionale del Pollino)

Programma da definire in base alle condizioni d'innevamento

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Alessandro Cunego - 348.4975636

domenica 24 marzo

Sentiero Liberato - (Monti Picentini)

AR - Percorso: Campagna (300 m), Grotta del Brigante Giardullo (800 m), Monte

Ripalta (1014 m)

Dislivello: 750 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Sandro Giannattasio - 339.4875688; Alessandro Cunego - 348.4975636

Partenza: ore 8:00 da Salerno

APRILE

lunedì 1 aprile

Pasquetta sul Monte Tobenna - (Monti Picentini)

AR - Percorso: Madonna del Carmine di San Cipriano Picentino (301 m), Croce di

Pezzano (520 m), Monte Tobenna (837 m)

Dislivello: 550 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: E

Direttori: Aldo Tisi - 347.7227413; Mario Cioffi - 333.8502818

Partenza: ore 8:00 da Salerno

mercoledì 3 aprile

Ciaspolata - (Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

Programma da definire in base alle condizioni di innevamento

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

domenica 7 aprile

Intersezionale Campana di Primavera a cura della Sezione di Caserta -

(Monti di Roccamonfina)

A - Da Roccamonfina alla Capanna Sociale per il Santuario di Santa Maria

dei Lattari (765 m)

Dislivello: 400 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: E

Direttori: Accompagnatori di Escursionismo della Campania

Referente per Salerno: Caterina Ciccarelli - 333.2747470

Partenza: ore 8:00 da Salerno

STACCARE E CONSERVARE

da sabato 13 a domenica 14 aprile

Monte Soratte e Monte Acuziano - (Lazio)

Intersezionale con la Sezione CAI di Rieti

Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it

Direttori: Anna Maria Martorano - 338.9498941; Alfonso Palumbo - 333.22323248

Partenza: ore 7:00 di sabato 13 da Salerno

domenica 14 aprile

Monte della Nuda - (Monti Alburni)

AR - Percorso: Postiglione (766 m), Grotta di Sant'Elia, Colle Medoro (1482 m), Valico Valle dell'Arco, Monte della Nuda (1704 m)

Dislivello: 1000 m - Durata: 8 ore - Difficoltà: **EE**

Direttori: Mario Cioffi - 333.8502818; Franca Calenda - 333.4198054

Partenza: ore 8:00 da Postiglione

mercoledì 17 aprile

La spiaggia più bella d'Italia - (P.co Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

AR - Percorso: Marina di Camerota, Baia degli Infreschi

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

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

Partenza: ore 8:00 da Agropoli

domenica 21 aprile

1) Scigliano Postiglione: solo andata - (Monti Alburni)

T - Percorso: Scigliano - campo sportivo (656 m), Vuccolo dell'Arena, Monte Tirone (1556 m), Monte Urto (1661 m), Cima Palombelle (1689 m), Campo d'Amore (1649 m), Postiglione (650 m)

Dislivello: 1300 m - Durata: 8 ore - Difficoltà: **EE**

Direttori: Andrea Torre - 331.7445475; Giorgio Quaglia - 338.8911451

Partenza: ore 8:00 da Scigliano

2) Le Miniere di Itilio e il Vallone Pagliariello - (Monti Picentini)

T - Percorso: SP Giffoni Valle Piana-Serino (788 m), Miniere di Itilio, Porta di Monte Diavolo (941 m), Vallone Pagliariello, Curticelle (419 m)

Dislivello in salita: 300 m - Dislivello in discesa: 680 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **E**

Direttori: Enzo Butrico - 328.1176666; Michele Pezzulo - 089.234504

Partenza: ore 8:00 da Salerno

da giovedì 25 a domenica 28 aprile

XVII Traversata dei Monti Picentini: da Calvanico a Calabritto

Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it

Direttori: Sandro Giannattasio - 339.4875688; Mario Cioffi - 333.8502818

Partenza: ore 8:00 di giovedì 25 da Calvanico

da venerdì 26 a domenica 28 aprile

Traversata dei Monti della Maddalena: da Montesano sulla Marcellana a Caggiano

Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it

Direttori: Caterina Ciccarelli - 333.2274747; Antonio D'Elia - 348.4933309

Partenza: ore 8:30 di venerdì 26 da Montesano sulla Marcellana

MAGGIO

da giovedì 2 a domenica 5 maggio

Da Amelia a Castel Sant'Elia lungo la Via Amerina

Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it

Direttori: Anna Maria Martorano - 338.9498941; Maria Teresa Labella - 347.1545073

Partenza: ore 7:30 di giovedì 2 da Salerno

domenica 5 maggio

La montagna è di tutti - (Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

Escursione ambientalista a cura della Commissione Regionale TAM e del Comitato Scientifico Regionale

AR - Percorso: Piaggine, Monte Cervati (1899 m)

Dislivello: 800 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **E**

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Alfredo Nicastri - 349.4027623; Simone Merola - 393.1971038

Partenza: ore 7:00 da Salerno

mercoledì 8 maggio

Monte Soprano - (Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

T - Percorso: Valico di Vesole (1020 m), Monte Soprano (1087 m), Madonna del Granato (242 m)

Dislivello in salita: 250 m - Dislivello in discesa: 1000 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **E**

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

Partenza: ore 8:30 da Capaccio

domenica 12 maggio

Traversata in Cilento - (Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

T - Percorso: San Marco di Castellabate, ex-Semaforo (184 m), Monte Licosa (335 m), Baia Arena, Tempa Rossa, Cozzo San Biagio, Montecorice

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

Direttori: Caterina Ciccarelli - 333.2274747; Giuliano Bonanomi - 320.7646560

Partenza: ore 9:30 da San Marco di Castellabate

da sabato 18 a domenica 19 maggio

Cammino di San Benedetto: da Gerano a Trevi nel Lazio - (Monti Simbruini)

Intersezionale con la Sezione CAI di Aprilia

Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it

Direttori: Walter Pecoraro - 347.4372534; Anna Maria Martorano - 338.9498941

Partenza: ore 7:00 da Salerno

domenica 19 maggio

La cresta del Monte Calvelluzzo - (Parco Nazionale dell'Appennino Lucano Val d'Agri - Lagonegrese)

A - Percorso: Piana del Lago (1290 m), Monte Lama (1566 m), Serra di Calvello (1567 m), Monte Calvelluzzo (1699 m), Bosco Orticeili (1560 m), Le Scalette (1450 m), Coste dei Corvi (1386 m), Piana del Lago

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

Direttori: Daniele Bagnoli - 328.4512688; Vincenzo Gaeta - 339.4405670

Partenza: ore 8:30 da Salerno

mercoledì 22 maggio

Il belvedere delle quattro regioni - (Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

A - Percorso: Scario, Ciolandrea (540 m), Santuario di Pietrasanta, Scario

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

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

Partenza: ore 8:00 da Agropoli

da sabato 25 a domenica 26 maggio

Monte Amaro di Opi - (Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise)

Intersezionale con le Sezioni CAI di Napoli, Castellammare di Stabia e Popoli

AR - Percorso: Val Fondillo - ex segheria (1084 m), sentiero F1, lo Stazzo (1690 m), Monte Amaro (1862 m)

Dislivello: 850 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **E**

Direttori: Ugo Lazzaro (SA) - 349.3627515; Eugenio Simioli (NA) - 338.7317749; Nino Mastellone (C.S.) - 328.6142798; Carlo Diodati (Popoli)

Partenza: ore 8:30 di sabato 25 da Salerno

domenica 26 maggio

I mille rivoli del Tusciano tra Olevano e Acerno - (Monti Picentini)

A - Percorso: Ariano di Olevano sul Tusciano (220 m), Ponte dell'Angelo (210 m), Parco San Michele (270 m), Presa di San Giacomo (310 m), località Acqua Buona (440 m), Rippe di Pappalardo (520 m), Cannabotto (470 m), Ariano

Dislivello: 800 m - Durata: 7:30 ore - Difficoltà: **EE**

Direttori: Loredana Masuccio - 340.0027971; Giovanni Guerra - 328.6319760

Partenza: ore 8:30 da Olevano sul Tusciano

GIUGNO

domenica 2 giugno

Anello dei quattro piani - (Parco Nazionale del Pollino)

A - Percorso: Rifugio Fasanelli (1350 m), Montagna di Grasta (1465 m), Piano Morfino, Piano Coppone, Piano Marolo, Piano Ermita, Fonte Ermita, Grotta dell'Orso (1445 m), Rifugio Fasanelli

Dislivello: 560 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: **E**

Direttori: Franca Calenda - 333.4198054; Mario Cioffi - 333.8502818

Partenza: ore 7:00 da Salerno

domenica 9 giugno

Circuito del Vallone Scannacapre - (Dolomiti Lucane)

A - Percorso: Caserma Palazzo (800 m), Vallone Scannacapre, Fontana Pantalena (830 m), Acqua della Verna (860 m), bivio per Accettura (450 m), Caserma Palazzo

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

Direttori: Walter Pecoraro - 347.4372534; Aldo Tisi - 347.7227413

Partenza: ore 7:30 da Salerno

domenica 16 giugno

1) Anello del Terminio - (Monti Picentini)

A cura del Gruppo Giovani

A - Percorso: Ex SS 574 (545 m), Grotta del Santissimo Salvatore (1140 m), Monte Terminio (1806 m), Monte Vernacolo (1430 m), Vallone Matruncolo

Dislivello: 1550 m - Durata: 9 ore - Difficoltà: **EE**

Direttori: Mauro Vernieri - 333.1814143; Francesco Merola - 388.0941144; Alfredo Nicastri - 349.4027623; Francesco Galizita - 347.3776107

Partenza: ore 7:30 da Serino

2) La via ferrata Salemm - (Dolomiti Lucane)

A - Percorso: Cimitero di Castelmezzano, Anro delle Streghe, Ponte Romano, via ferrata Salemm, via Peschiere, Castelmezzano

Dislivello: 250 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: **EEA**

Direttori: Aldo Tisi - 347.7227413; Rosario Baritono - 338.4598784; Mario Cioffi - 333.8502818

Partenza: ore 8:00 da Salerno

da venerdì 21 a domenica 23 giugno

Monte Marrone ed Abbazia di San Vincenzo al Volturno - (Mainerda)

Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it

Direttori: Anna Maria Martorano - 338.9498941; Alfonso Palumbo - 333.22323248

Partenza: ore 15:00 di venerdì 21 da Salerno

domenica 23 giugno

Il Sentiero Francesco Tullio - (Monti Eremita Marzano)

T - Percorso: Piani di Campo di Colliano (1254 m), Fontana Giancarlo (866 m), Pescopagano (950 m)

Dislivello in salita: 530 m - Dislivello in discesa: 800 m - Durata: 8 ore - Difficoltà: **EE**

Direttori: Ennio Capone - 338.8715121; Pietro Tullio - 349.3563097

Partenza: ore 7:30 da Salerno

domenica 30 giugno

La Faiatella - (Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

AR - Percorso: SP Piaggine-Rofrano (1180 m), Campolongo (1120 m), Monte Faiatella (1710 m)

Dislivello: 650 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: E

Direttori: Enzo Butrico - 328.1176666; Michele Pezzulo - 089.234504

Partenza: ore 7:30 da Salerno

LUGLIO

da sabato 6 a domenica 7 luglio

Pizzo Intermesoli - (Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga)

A - Percorso: Campo Imperatore (2220 m), Passo del Lupo (2147 m), Passo della Portella (2256 m), Sella del Cefalone (2320 m), Sella dei Grilli, Pizzo Intermesoli (2635 m), Val Moane, Campo Pericoli (2000 m), Rifugio Garibaldi (2230 m)

Dislivello: 1400 m - Durata: 9 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Mario Cioffi - 333.8502818; Carmine Nobile - 388.0735376

Partenza: ore 15:00 di sabato 6 da Salerno

domenica 14 luglio

Cresta Nord del Pollino - (Parco Nazionale del Pollino)

A cura del Gruppo Giovani

A - Percorso: Colle dell'Impiso (1573 m), Monte Pollino (2248 m), Pollinello (1820 m), Colle Gaudolino (1684 m), Colle dell'Impiso

Dislivello: 900 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Giorgio Quaglia - 338.8911455; Valentina Aliberti - 320.2724206

Partenza: ore 9:00 da Colle dell'Impiso

domenica 21 luglio

Grande anello delle sorgenti dei Picentini - (Monti Picentini)

A cura del Gruppo Giovani

A - Percorso: Piano di Verteglia (1200 m), Grotta Candraioni, Piano Acquenere (1061 m), Faggio Scarito, Varco delle Boche, Serra di Lacerone (1329 m), Troncone, Tronconcello, Scorzella, Raio della Tufara, Vallone Fiumicello, Scannolara, Varco della Creta, Piano di Verteglia

Dislivello: 1200 m - Durata: 9 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Daniele Bagnoli - 328.4512688; Vincenzo Gaeta - 339.4405670

Partenza: ore 8:30 da Serino

domenica 28 luglio

Pizzola di Montenero - (Monti Picentini)

A - Percorso: Piano Canale (850 m), Grotta Profunnata, Pizzola di Montenero (1466 m), Monte La Piccola (1524 m), Eremo di San Michele, Piano di Montenero (1080 m), Piano Canale

Dislivello: 700 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Sandro Giannattasio - 339.4875688; Ciro Nobile - 339.1695263

Partenza: ore 7:30 da Salerno

AGOSTO

sabato 3 agosto

Le luminarie di San Domenico - (Monti Lattari)

A - Percorso: Bomerano (636 m), Praiano (252 m), spiaggia della Gavitella

Dislivello: 650 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Giuseppe Bellucci - 339.7138004; Luca Bellucci

Partenza: ore 14:00 da Agerola

da sabato 3 a domenica 4 agosto

Escursione notturna al bivacco San Raione - (Monti Picentini)

AR - Percorso: Piani di Giffoni (750 m), Valico di Acqua Fredda, Timpone dell'Accellita (1444 m)

Dislivello: 700 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: E

Direttori: Sandro Giannattasio - 339.4875688; Mario Cioffi - 333.850281

Partenza: ore 18:00 di sabato 3 da Salerno

domenica 11 agosto

Monte Cervialto - (Monti Picentini)

A - Percorso: Colle del Leone (1219 m), Filicecchio (1520 m), Monte Cervialto (1808 m)

Dislivello: 600 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: E

Direttori: Giovanni Scafuro - 339.540177; Mario Cioffi - 333.8502818

Partenza: ore 7:30 da Salerno

domenica 25 agosto

Monti Costa Fredda e Costa Calda - (Monti Picentini)

A - Percorso: Campagna, Vallone della Cerreta, Monte Costa Fredda (1285 m), Monte Costa Calda (1165 m), Vallone Piedicolacchi, Campagna

Dislivello: 700 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Sandro Giannattasio - 339.4875688; Paolo Sarni - 339.2132116

Partenza: ore 7:30 da Salerno

SETTEMBRE

da sabato 31 agosto a domenica 1 settembre

Monte Sirente e il Tempio - (Gruppo del Sirente - Velino)

A cura del Gruppo Giovani

AR - Percorso: Chalet del Sirente (1200 m), Valle Lupara, Monte Sirente (2348 m), Tempio (2099 m)

Dislivello: 1500 m - Durata: 9 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Mauro Vernieri - 333.1814143; Carmine Nobile - 388.0735376

Partenza: ore 14:00 di sabato 31 da Salerno

da sabato 7 a domenica 8 settembre

Monte Mattone e la Montagnola - (Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise)

A - Percorso: Villetta Barrea, Monte Mattone (1809 m), la Montagnola (1939 m)

Dislivello: 850 m - Durata: 6:30 ore - Difficoltà: E

Direttori: Caterina Ciccarelli - 333.2747470; Claudia Mascolini - 338.2612674

Partenza: ore 15:00 di sabato 7 da Salerno

domenica 15 settembre

Sapori d'autunno tra i vigneti di Taurasi - (Colline dell'Irpinia)

A - Percorso: Taurasi (398 m), Fiume Calore (243 m), Stazione di Lapiro (285 m), Taurasi

Dislivello: 300 m - Durata: 3 ore - Difficoltà: T

Direttori: Carmine Nobile - 388.0735376; Giuseppe Pastore - 340.9586018; Rosario Bartiramo - 338.4598784

Partenza: ore 8:00 da Salerno

da sabato 21 a domenica 22 settembre

Circuito delle Mainarde

A - Percorso: Prati di Mezzo (1430 m), Passo dei Monaci (1967 m), la Metuccia (2102 m), Monte a Mare (2160 m), Cappello del Prete (2013 m), Valle Venafra, Prati di Mezzo

Dislivello: 1100 m - Durata: 8 ore - Difficoltà: E

Direttori: Alfredo Nicastri - 349.4027623; Ugo Lazzaro - 349.3627515

Partenza: ore 14:00 di sabato 21 da Salerno

domenica 22 settembre

I casali di Massalubrense - (Monti Lattari)

T - Percorso: Sant'Agata sui Due Golfi (457 m), Acquara (340 m), Marina della Lobra

Dislivello in discesa: 460 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: T

Direttori: Ennio Capone - 338.8715121; Donato Di Matteo - 392.9709865

Partenza: ore 8:00 da Salerno

domenica 29 settembre

Presenzano e la sua centrale - (Gruppo del Monte Cesima)

Intersezionale con la Sezione CAI di Napoli e la Sottosezione Vesuvio

A cura delle Commissioni TAM di Salerno e Napoli

A - Percorso: Centrale Idroelettrica di Presenzano, Presenzano (272 m), anfiteatro di Rufrae

Dislivello: 200 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: T

Direttori: Franca Calenda (SA) - 333.4198054; Paola Daniele (SA) - 338.1693901;

Elvira Cherubini (NA) - 339.4063825; Ciro Teodonno (VS) - 333.4742944

Partenza: ore 7:45 da Salerno

OCTOBRE

da martedì 1 a lunedì 7 ottobre

Via Francigena: da Lucca a Siena - (Appennino Toscano)

Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it

Direttori: Anna Maria Martorano - 338.9498941; Sandro Cirino - 331.1793534

Partenza: ore 7:30 di martedì 1 da Salerno

domenica 6 ottobre

Intersezionale Campana di Autunno a cura della Sez. di Avellino - (Monti Picentini)

A - Dal Piano di Verteglia al Monte Sassoano (1438 m) ed al Piano Acquenere

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

Direttori: Alfonso De Cesare - 338.6852647; Vito Abate - 347.7756669

e gli Accompagnatori di Escursionismo della Campania

Referente per Salerno: Mario Cioffi - 333.8502818

Partenza: ore 8:00 da Salerno

mercoledì 9 ottobre

Monte Tresino - (Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

A - Percorso: Trentova, Monte Tresino (356 m), Villedio San Giovanni, Trentova

Dislivello: 360 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: E

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

Partenza: ore 9:00 da Agropoli

domenica 13 ottobre

Verso la Meta - (Mainarde)

Intersezionale con le Sezioni CAI di Napoli e Popoli

AR - Percorso: Piano Campitelli (1443 m), Piano Biscurri, Monte Meta (2242 m)

Dislivello: 920 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Carmine Nobile (SA) - 388.0735376; Luigi De Santis (SA) - 331.2880061; Eugenio Simioli (NA) - 338.7317749; Carlo Diodati (Popoli)

Partenza: ore 7:00 da Salerno

da sabato 19 a domenica 20 ottobre

Parco Nazionale del Circeo

Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it

Direttori: Ennio Capone - 338.8715121; Anna Maria Martorano - 338.9498941

Partenza: ore 15:00 di sabato 19 da Salerno

domenica 20 ottobre

Il triangolo del Monte Raparo - (Parco Nazionale dell'Appennino Lucano - Val d'Agri - Lagonegrese)

A cura del Gruppo Giovani

A - Percorso: Ex Rifugio Forestale Croce di Raparo (1365 m), Monte Raparo (1764 m), Verrò Croce (1672 m), Fondovalle Cugno di Mezzo (1270 m), la Bannerà (1703 m), Ex Rifugio Forestale Croce di Raparo

Dislivello: 900 m - Durata: 8 ore - Difficoltà: E

Direttori: Luigi De Santis - 331.2880061; Ciro Lobascio - 342.3108003

Partenza: ore 9:30 da Spinosa

mercoledì 23 ottobre

Monte Mai - (Monti Picentini)

AR - Percorso: Capo Calvanico - strada per Acqua Carpegna (840 m), Vallone del Faggeto, Monte Mai (1607 m)

Dislivello: 800 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: E

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

Partenza: ore 9:00 da Capo Calvanico

domenica 27 ottobre

1) Parco e sorgenti del fiume Sarno - (Monti di Sarno)

A cura della Commissione TAM

AR - Percorso: Sarno - Piazza Garibaldi (30 m), Chiesa di San Martino (100 m), Chiesa della Madonna del Carmine (230 m), Pian della Colla (410 m), Grotta di Santa Lucia (340 m)

Dislivello: 700 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: E

Direttori: Paola Daniele - 388.1693901; Franca Calenda - 333.4198054

Partenza: ore 8:00 da Salerno

2) Andiamo al Ciavano - (Monti Lattari)

A - Percorso: San Lazzaro di Agerola (642m), Monte Murillo (910m), Monte Ciavano (1031m)

Dislivello: 600 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: E

Direttori: Giuseppe Bellucci - 339.7138004; Luca Bellucci

Partenza: ore 9:00 da San Lazzaro

NOVEMBRE

domenica 3 novembre

Monte Stella - (Monti Picentini)

A cura del Gruppo Giovani

AR - Percorso: Oglitara - Pannello Sant'Angelo, Colle Maddalena (932m), Monte Stella (953m)

Dislivello: 500 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: E

Direttori: Ylenia Lucia Nobile - 393.0505194; Deianira Cioffi - 329.6026109

Partenza: ore 8:00 da Salerno

martedì 6 novembre

Monte della Stella - (Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

A - Percorso: San Mauro Cilento (560 m), Monte della Stella (1130 m), Castelluccio, San Mauro Cilento

Dislivello: 570 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: E

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

Partenza: ore 8:00 da Agropoli

domenica 10 novembre

Tre cime e un Craparizz - (Monti Eremita Marzano)

Intersezionale con le Sezioni CAI di Avellino, Benevento e la Sotese. Monte Bulgheria

A - Percorso: Agriturismo "Lu Craparizz" (1109 m), Monte Saracino, Monte Raistulo (1488 m), Monte Carpineta, Agriturismo "Lu Craparizz"

Dislivello: 550 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: E

Direttori: Katia Mascolini (SA) - 349.3289499; Alfredo Nicastri (SA) - 349.4027623; Alfonso De Cesare (AV) - 338.6852647; Enzo Auletta (BN) - 320.7406508; Giuseppe Sorrentino (M.B.) - 333.3257727

Partenza: ore 8:00 da Salerno

domenica 17 novembre

1) Monte di Mezzo, per gli amici "Il Canino" - (Monti Lattari)

A - Percorso: Bomerano (636 m), Monte Tre Calli (1122 m), Capo Muro, Monte Catiello (1380 m), "Il Canino" (1425 m), Capo Muro, Paipo, Bomerano

Dislivello: 950 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Ugo Lazzaro - 349.3627515; Andrea Torre - 331.7445475

Partenza: ore 8:00 da Salerno

2) Affondatore di Vallivona - (P.co Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

A cura della Commissione TAM e del Comitato Scientifico

AR - Percorso: Colle del Pero (1250 m), Affondatore di Vallivona (1100m), area attrezzata picnic Vallivona (1114m), Fontana del Ruscio (1200m)

Dislivello: 150 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: E

Direttori: Rossana Bracca - 347.5854529; Franca Calenda - 333.4198054; Paola Daniele - 388.1693901; Alfredo Nicastri - 349.4027623

Partenza: ore 7:30 da Salerno

martedì 20 novembre

L'Anteco e le Grave degli Alburni - (Monti Alburni)

AR - Percorso: Casone dell'Arستا (1160 m), Grave degli Alburni, Anteco (1125 m), Casone dell'Arستا

Dislivello: 450 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: E

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

Partenza: ore 9:00 da Agropoli

domenica 24 novembre

1) Monna...lisa - (Monti Picentini)

In occasione della Giornata Internazionale per l'eliminazione della violenza contro le donne

A - Percorso: Piano delle Fosse (765 m), Monte Monna (1195 m), dorsale nord-ovest, Piano delle Fosse

Dislivello: 430 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: E

Direttori: Katia Mascolini - 349.3289499; Caterina Ciccarelli - 333.2747470

Partenza: ore 8:30 da Salerno

2) Creste vista mare - (Monti Lattari)

A cura del Gruppo Giovani

T - Percorso: Il Casone (430 m), Monte Finestra Nord (1138 m), Monte Finestra Sud (1145 m), Colle della Serra (1029 m), Foce di Pucara (860 m), Monti del Demanio (932 m), Monte dell'Avvocata (1014 m), Santuario (873 m), Cappella Vecchia (680 m), Badia di Cava (350 m)

Dislivello: 1500 m - Durata: 9 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Giorgio Quaglia - 338.8911451; Emanuele Siano - 320.2856185

Partenza: ore 8:00 da Cava de' Tirreni

DICEMBRE

domenica 1 dicembre

1) Colagrosso e i suoi fratelli - (Monti Alburni)

A - Percorso: Postiglione - strada pedemontana (700 m), Varco Colagrosso (1205 m), Monte Parco (1411 m), Monte Chiodo (1400 m), Monte Pizzuto (1403 m), Varco Chiainunno (1380 m), Postiglione

Dislivello: 850 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Andrea Torre - 331.7445475; Luigi Monetti - 320.4306767

Partenza: ore 8:00 da Postiglione

2) Il Sentiero degli Dei - (Monti Lattari)

AR - Percorso: Bomerano (636m), Grotta Biscotto, Colle la Serra (578m), Nocelle (420m)

Dislivello: 300 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: E

Direttori: Claudia Mascolini - 338.2612674; Michele Pagano - 324.7784494

Partenza: ore 8:00 da Salerno

mercoledì 4 dicembre

Monte Bulgheria - (Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni)

A - Percorso: San Giovanni a Piro - campo sportivo (530 m), Sorgente Remite, Monte Bulgheria (1225 m), lazzo della Lequa, San Giovanni a Piro

Dislivello: 730 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: E

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

Partenza: ore 8:00 da Agropoli

domenica 8 dicembre

Monte Pennone - (Monti Eremita Marzano)

A - Percorso: Laviano, Monte Pennone (1541 m), Franzino, Laviano

Dislivello: 700 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: E

Direttori: Sandro Giannattasio - 339.4875688; Mario Cioffi - 333.8502818

Partenza: ore 7:30 da Salerno

domenica 15 dicembre

Pranzo Sociale

Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it

mercoledì 18 dicembre

Sentiero Apprezziati l'Asino - (Appennino Lucano)

AR - Percorso: Porto di Sapri, Canale di Mezzanotte

Dislivello: 120 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: E

Direttori: Mario Salsano - 335.7154446; Marco Fasolino - 349.6049416

Partenza: ore 9:00 da Sapri

domenica 22 dicembre

Circuito dell'Eterno - (Monti Picentini)

A - Percorso: Montecorvino Rovella (300 m), Votraci, Gole La Manna, Sorgente Canale (826 m), Varco della Noce (926 m), Casone e Piano Cerasuolo (850 m), Piano Antico (750 m), Madonna dell'Eterno (390 m), Montecorvino Rovella

Dislivello: 700 m - Durata: 7 ore - Difficoltà: EE

Direttori: Sandro Giannattasio - 339.4875688; Carmine Nobile - 388.0735376

Partenza: ore 7:30 da Salerno

martedì 31 dicembre

Brindisi di fine anno sull'Accellia - (Monti Picentini)

AR - Percorso: Piani di Giffoni (750 m), Valico di Acqua Fredda (1420 m), Varco della Pettinessa (1482 m), Accellia Sud (1606 m)

Dislivello: 900 m - Durata: 6 ore - Difficoltà: E

Direttori: Sandro Giannattasio - 339.4875688; Carmine Nobile - 388.0735376

Partenza: ore 7:30 da Salerno



Per aggiornamenti su eventuali variazioni consultare il sito internet della sezione

www.caisalerno.it



CALENDARIO ALPINISMO Gennaio - Dicembre 2024

domenica 14 gennaio Salerno

Giornata di avvicinamento all'arrampicata sportiva presso la falesia di San Liberatore
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttori: Mauro Vernieri - 333.181413
Carmine Nobile - 388.0735376

domenica 28 gennaio Salerno

Arrampicata Sportiva
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttore: Mauro Vernieri - 333.1814143
Federica Stellavatecasio - 328.3359844

sabato 24 e domenica 25 febbraio Salerno

Alpinismo invernale
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttore: Mauro Vernieri - 333.1814143

domenica 10 marzo Salerno

Arrampicata Sportiva
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttori: Mauro Vernieri (SA) - 333.1814143
Federica Stellavatecasio (SA) - 328.3359844

domenica 17 marzo Salerno

Alpinismo invernale
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttore: Mauro Vernieri - 333.1814143

domenica 14 aprile Salerno

Alpinismo invernale
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttore: Mauro Vernieri - 333.1814143

domenica 21 aprile Salerno

Alpinismo invernale
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttore: Mauro Vernieri - 333.1814143

domenica 5 maggio Salerno

Arrampicata Sportiva
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttore: Mauro Vernieri (SA) - 333.1814143
Federica Stellavatecasio (SA) - 328.3359844

domenica 9 giugno Salerno

Alpinismo su roccia/multipitch
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttore: Mauro Vernieri - 333.1814143

domenica 7 luglio Salerno

Arrampicata Sportiva
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttori: Mauro Vernieri (SA) - 333.1814143
Federica Stellavatecasio (SA) - 328.3359844

da sabato 13 a domenica 21 luglio Salerno

Settimana alpinistica
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttori: Mauro Vernieri - 333.1814143
Carmine Nobile - 388.0735376

domenica 8 settembre Salerno

Arrampicata Sportiva
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttori: Mauro Vernieri (SA) - 333.1814143
Federica Stellavatecasio (SA) - 328.3359844

domenica 22 settembre Salerno

Alpinismo su roccia
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttore: Mauro Vernieri - 333.1814143

sabato 5 ottobre Salerno

Alpinismo su roccia
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttore: Mauro Vernieri - 333.1814143

domenica 10 novembre Salerno

Arrampicata Sportiva
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttori: Mauro Vernieri - 333.1814143
Federica Stellavatecasio - 328.3359844

martedì 31 dicembre Salerno - Monti Picentini

Acellica sud - Brindisi di fine anno
Programma dettagliato in sede e su www.caisalerno.it
Direttore: Mauro Vernieri - 333.1814143



CALENDARIO ALPINISMO GIOVANILE Gennaio - Dicembre 2024

Doménica 14 gennaio - Salerno - Monti Picentini

A - Uno sguardo al territorio-circuito Monte Monna
Dislivello: 450 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: E
Direttori: AAG Ciro Nobile - 339.11695263
AAG Antonella Di Motta 3771300961

Doménica 25 febbraio - Salerno - Monti Picentini

AR - Ciaspolata a Piano Laceno
Dislivello: 350 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: E
Direttori: AAG Ciro Nobile - 339.11695263
AAG Antonella Di Motta 3771300961

Doménica 17 Marzo - Salerno - Colline Salernitane

AR - Poggio S. Antonio e Piano Diecimare
Dislivello: 400 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: E
Direttori: AAG Ciro Nobile - 339.11695263

Doménica 7 Aprile - Salerno - Parco del Cilento

A - Diga dell'Alento- Sentiero del Lago
Dislivello: 200 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: E
Direttori: AAG Ciro Nobile - 339.11695263
ORTAM Rossana Braca 347.5854529

Doménica 19 Maggio - Salerno - Area Urbana Salerno

Alpinismo in città: la presa della Carne, assalto alla Polveriera
Arrampicata e percorso attrezzato
Dislivello irrilevante Durata Sabato/Domenica
Direttori: AAG Ciro Nobile - 339.11695263
Mauro Vernieri - 333.1814143

Doménica 18 Giugno - Salerno - Monti Picentini

Uscita Speleologia
Dislivello - Durata 5 ore - Diff. E
Direttori: A cura del Gruppo Speleologia Sezionale

Luglio - Agosto

Saranno programmate attività in funzione della disponibilità estiva dei giovani

Sabato 31 Agosto - Salerno - Fine Settimana in montagna Itinerario da definire

Doménica 22 Settembre - Salerno - P.co Del Cilento

Le Gole del Calore
Escursione Ambientale/Scientifica
Dislivello: 300 m - Durata: 4 ore - Difficoltà: T
Direttori: AAG Ciro Nobile - 339.11695263
ORTAM Rossana Braca - 347.5854529

Doménica 13 Ottobre - Salerno - Monti Alburni

Circuito delle castagne: dalla raccolta alla degustazione
Visita del borgo di Sicignano degli Alburni
Dislivello: 400 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: E
Direttori: AAG Ciro Nobile - 339.11695263

Doménica 3 Novembre - Salerno - Monti Picentini

Escursione Ambientale TAM
A - Il Circuito degli Uliveti: dalla raccolta al Frantoio
Visita guidata sulla trasformazione delle olive
Dislivello: 400 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: E
Direttori: AAG Ciro Nobile - 339.11695263
AAG Antonella Di Motta 3771300961

Doménica 15 Dicembre - Salerno - Monti Picentini

A - Circuito Giustino Fortunato e il borgo di Terravecchia
Visita guidata al Convento di San Francesco:
mostra internazionale dei presepi
Dislivello: 450 m - Durata: 5 ore - Difficoltà: E
Direttori: AAG Ciro Nobile - 339.11695263
Lorella Lambiose 3246007824



TREKKING VAL D'ITRIA 2023

di Alfonso Palumbo

Partiti il 3 ottobre in dodici come gli apostoli (o forse per meglio dire "apostole", data la massiccia partecipazione del gentil sesso!) e accompagnati da un caldo sole ancora estivo, arriviamo a Bari guidati dalla nostra condottiera, Federmarescialla Annamaria. Resilienti, affrontiamo le difficoltà dei collegamenti dei mezzi pubblici del Sud, pervenendo infine a **Putignano**, paese del famoso Carnevale e nostro punto di partenza del trekking. Qui incontriamo gli amici pugliesi Beatrice e Giovanni, i veri strateghi del percorso, i quali ci consegnano un dispositivo satellitare per poter seguire autonomamente il percorso. Ci conforta molto la sistemazione alberghiera diffusa nel centro storico del paese, potendo qualche fortunata caina addirittura praticare il bagno in vasca idromassaggio! La cena nel locale da loro consigliato, Mammamè, è davvero squisita: in particolare le orecchiette con le cime di rape mi mandano letteralmente in visibilibio... purtroppo resteranno un'esperienza unica, poiché nel seguito non saremo altrettanto fortunati!

L'indomani, particolarmente motivati, partiamo per la 1ª tappa che ci porta ad Alberobello. L'entusiasmo si spegne un po' per via della grande quantità di asfalto che siamo costretti a percorrere (e ciò si verificherà purtroppo anche nei giorni successivi), soprattutto all'uscita e all'ingresso dei vari paesi: complice, in tutto ciò, il dispositivo satellitare fornitoci, vecchio nella concezione e difficile da leggere, che ci porta a seguire le vie carrozzabili e non i (pochi) sentieri praticabili. E proprio l'andare per strade provinciali, ci fa fare uno strano incontro con una loquace e senza freni vedova di un Primario Ospedaliero che, andando a zonzo nella sua utilitaria, ci intercetta e ci invita, per una prossima volta, a prenotare il suo BeB.

Nonostante ciò, facciamo incetta visiva lungo il percorso di costruzioni a trullo davvero belle e dalle fogge più varie, che ci inducono a fare numerose fotografie. In particolare ci stupisce la bellissima chiesa di Barsento, del VI secolo, che sorge bianchissima e isolata sopra un poggio, armoniosamente inserita nel paesaggio circostante popolato da tantissimi ulivi secolari. Ormai siamo in vista di **Alberobello** e l'ingresso nei trulli assegnatici è, per certi versi, emozionante, così come lo saranno la visita al museo del Trullo Sovrano, la passeggiata notturna sotto la luna e quella mattutina con la nebbia nel centro urbano unico al mondo, ancora, a quell'ora, non aggredito dall'assalto quotidiano del turismo internazionale.

L'indomani si percorre la strada per **Lecorotondo** (anch'essa al 90% su asfalto, ma per fortuna ricca di trulli incantevoli e qualche bella edicola votiva) dove arriviamo relativamente presto, al punto che le nostre stanze prenotate non sono ancora pronte: questo ci dà l'opportunità di visitare con calma il centro storico, piccolo ma davvero incantevole, al punto che, a un certo punto, davanti a noi si esibiscono delle fotomodelle di una troupe straniera che ha scelto questa località come sfondo per un servizio fotografico. La gente è davvero cordiale ed ospitale e questo ci riempie il cuore. In serata ci raggiunge Giovanni, il quale finalmente ci consegna un dispositivo satellitare migliore, col quale finalmente saremo in grado nei giorni successivi di seguire il vero percorso del trekking.

Il giorno dopo, saltato con il pulmino il tratto in asfalto per Cisternino, ci avviamo finalmente per un bellissimo sentiero per **Ostuni**, la città bianca. Attraversiamo un vero e proprio santuario di ulivi centenari, patriarchi dai tronchi spessi e contorti, con diramazioni dalle fogge quasi umane.

Sforiamo le pareti rocciose delle Murge estreme, che ci parlano dell'uomo paleolitico vissuto qui centinaia di migliaia di anni fa, mentre lo sguardo alla sua sinistra, dopo la pianura, verso nord-



est, incrocia per la prima volta il mare Adriatico in lontananza. La sosta panino (la miglior del trekking) si svolge in un posto "stralunato", quasi felliniano, dove la nostra Marisa si esibisce in un assolo teatrale.

Arriviamo ad Ostuni al nostro esagerato hotel 4 stelle posto sulla strada di ingresso al paese: la statua di S. Oronzo ci accoglie nella grande piazza del paese e poi, lemme lemme, visitiamo il Centro storico con la sua sfolgorante Cattedrale ed il belvedere sulla piana sottostante.

L'indomani, tranne qualche caina decisa a farsi bella nella beauty farm dell'hotel, il gruppo affronta la discesa da Ostuni, non senza aver prima ammirato parte delle bellissime mura bianche che un tempo difendevano la città... un po' Nordafrica, un po' Andalusia. Seguiamo un bel tracciato, oramai in pianura, che ci porta a vedere, purtroppo, i primi segni dell'infestazione da Xylella (detta anche Spatucchina) nei grandi uliveti pugliesi.

La nostra meta è una bellissima masseria situata a pochi metri dal mare: ci aspetta un meraviglioso tuffo nell'azzurro mare di una caletta intagliata della Costa Merlata, fra le rocce bianche di Puglia! Non manca la piscina, che affrontiamo in seconda battuta. Per il resto, ci incontriamo tutti per la cena finale, nel corso della quale si verifica una piccola scissione nel gruppo per il programma dell'indomani: una parte maggioritaria decide di fare esclusivamente turismo fra Monopoli e Polignano, l'altra, seguendo fino in fondo lo spirito caimo, segue il programma, che indica, dopo un transfer fino a Monopoli, il trekking costiero fino a Polignano.

Ebbene, il sottoscritto e le quattro magnifiche caine, Annamaria, Ida, Maria Teresa e Sasà, dopo aver passeggiato per l'incomparabile cittadina costiera di Monopoli (una sorta di piccola Saint Tropez pugliese, sede, al momento, di una bel Festival di Fotografia), affrontano la solita zona industriale, superata la quale si apre un mondo magnifico semidesertico, fatto di rocce, insenature, lami, cave di pietra, mare infinito, isolotti, resti archeologici, torri costiere, segni di guerre passate, barche in secca, strani personaggi, qualche cane tranquillo e, infine, uno stupendo villaggio di pescatori (stile Grecia-Tunisia), che precede di poco il nostro ingresso nella tappa finale di Polignano a Mare, dal nome evocativo di **Cala Porf'Alga**: qui troviamo tra l'altro una libreria ricavata da una barca di libero accesso per tutti e giovani fotomodelle che, anche qui, posano per un indimenticabile servizio fotografico immerse nella natura più tipicamente pugliese.

A **Polignano** troviamo tanta folla domenicale, ma anche l'opportunità (mancata) di far benedire le suole in Cattedrale!

Questione di poche ore e siamo a Bari per il rientro con il Flixbus (ahimè via Napoli) a Salerno.



I CAMMINI

di Anna Maria Martorano

Anche quest'anno vengono proposti due cammini:

2/5 maggio

da Amelia a Castel Sant'Elia tra Lazio e Umbria

Sentiero suggestivo tra boschi e rovine etrusche e romane ed abbazie, con tratti di pavimentazione a lastre di basalto e rupi tufacee.

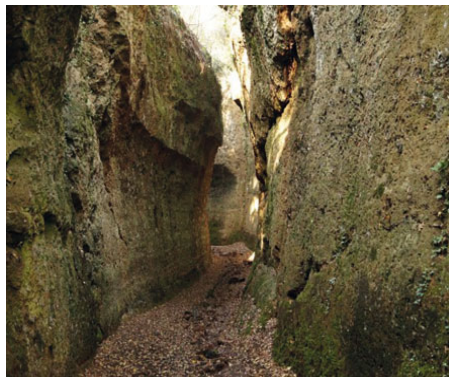
La Via Amerina era un'importante arteria, utilizzata a partire dal 240 a.C., collegava Veio (a nord di Roma) con Ameria (l'attuale Amelia) attraversando tutto il territorio falisco e toccando i centri di Nepet (Nepi), Falerii (Civita Castellana), Fescennium (Corchiano), Gallesse, Vasanello e Hortae (Orte).

I Falisci, antichi abitanti del territorio chiamato Agro Falisco, hanno avuto un ruolo di grande importanza tra le popolazioni italiane. Un popolo di grandi artisti della ceramica, che li ha resi famosi già in antichità. Il momento di massimo splendore economico e artistico, ma anche di affermazione politica, dei Falisci è stato il IV secolo a.C. In questo periodo la città di Falerii Veteres, odierna Civita Castellana, viene elevata a capitale dell'intero territorio. Anche se disinteressati alle attività belliche, resistono alla minaccia romana per circa due secoli, combattendo una guerra lunga e logorante, tra assedi e tregue. In questo periodo i Falisci si alleano più volte con i vicini Etruschi: l'assedio a Falerii Veteres, nel 241 a.C., segna la fine della guerra. In pochi giorni la città viene distrutta, depredata ed esclusa dalle nuove vie di comunicazione, per evitare una possibile rinascita. Gli abitanti vengono trasferiti in una città di fondazione romana, situata in un luogo facilmente controllabile dai vincitori: Falerii Novi che visiteremo.

Altro luogo interessante è Cavo degli Zucchi, la più grande necropoli falisca esistente con la presenza di quasi 200 tombe.

Passeremo per Amelia, città di confine che vanta numerose testimonianze del suo passato: oltre alla cinta muraria in opera poligonale (che costituisce il monumento più importante) i palazzi rinascimentali, le chiese, resti di mosaici e terme, Amelia ha avuto un periodo molto florido nell'era Romana, tanto da essere annoverata tra le città umbre più importanti e l'assunzione dello *status* di Municipio dopo essersi alleata con Roma.

A Nepi invece vedremo le Forre che rappresentano l'elemento geomorfologico caratteristico di tutto il territorio.



Tagliata Fantibassi

1/7 ottobre Via Francigena Lucca - Siena:

Lucca - Altopascio - Fucecchio - San Miniato - Gambassi Terme - San Gimignano - Monteriggioni - Siena



Monteriggioni

Noi percorreremo circa 130 km su una delle vie più belle del nostro Appennino e dei 2000 km della Francigena, dalla cinta muraria rinascimentale di Lucca alle mura medioevali di Altopascio passando per una pianura ricca di edifici storici e religiosi.

Saliremo poi sulle colline toscane, l'area selvaggia della Riserva Naturale delle Cerbaie, attraverseremo l'antico ponte mediceo a Cappiano e dopo superato l'Arno raggiungeremo il borgo medioevale di San Miniato.

Da qui la Via Francigena entra nel territorio della Val d'Elsa; la Via Francigena medioevale seguiva in questo tratto le antiche rotte commerciali etrusche e la "Via Clodia" romana tra Siena e Lucca.

Superate la Pieve di Coiano e la Pieve di Chianni continueremo in direzione di Gambassi Terme, località di transito di numerosi viaggiatori nell'Alto Medioevo.

L'Arcivescovo Sigerico di Canterbury, da dove parte la Francigena, pernottò in questa ridente cittadina termale.

Da Gambassi, superate le antiche pievi e le ville circondate da pittoreschi vigneti, uliveti e cipressi, si arriva a San Gimignano, borgo conosciuto come la "città delle 100 torri"; in realtà le torri erano 72 e ora non ne rimane che una dozzina: le famiglie benestanti dell'epoca erano spesso in competizione per realizzare quella più alta, ma le torri avevano anche una funzione difensiva, permettendo di sorvegliare il territorio per allertare gli abitanti in caso si avvicinassero dei nemici.



Arriveremo a Monteriggioni, descritta da Dante come una "corona nel paesaggio" attraverso Abbadia a Isola, fondata nel 1100.

Dopo aver attraversato la Via Cassia su strade bianche attraverso colline e boschi a nord-ovest si arriva a Siena.

Diversi sono i luoghi interessanti lungo il percorso come il borgo medioevale abbandonato di Cerbaia, i castelli della Chiocciola e il Convento di San Leonardo appena sopra la pianura bonificata di Pian del Lago.



L'IMPATTO AMBIENTALE E SOCIALE DEL SISTEMA ALIMENTARE

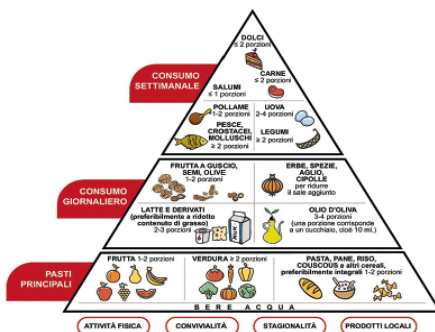
di Mario Salsano

Siamo davanti ad un'emergenza globale. Gli scienziati ci dicono che le emissioni di gas serra stanno accelerando e che siamo di fronte ad una serie di eventi climatici sempre più intensi che metteranno in pericolo la vita sulla Terra. I cambiamenti climatici ci sono sempre stati in passato, ma sono avvenuti lentamente e in periodi molto lunghi. Invece oggi il clima è cambiato in pochi decenni a causa dell'influenza delle attività umane, che hanno modificato gli equilibri climatici, geologici, biologici e chimici del sistema.

Sul Pianeta gli anni dal 2015 al 2022 sono stati gli anni più caldi mai registrati da quando misuriamo le temperature. Rispetto ai livelli preindustriali la temperatura superficiale globale è aumentata di 1,1 gradi centigradi tra il 2011 e il 2020.

La comunità scientifica da tempo ha dimostrato che le emissioni di gas climalteranti, prevalentemente anidride carbonica, metano e protossido di azoto, prodotte dalle attività industriali, cambiano la composizione chimica dell'atmosfera, aumentano la capacità di trattenere le radiazioni solari e provocano il riscaldamento globale. Le conseguenze del cambiamento climatico sono devastanti: scioglimento dei ghiacciai, aumento degli eventi climatici estremi come nubifragi e siccità, aumento del livello degli oceani e inondazioni di aree costiere, contaminazione di falde acquifere e terreni agricoli da salsedine e perdita di habitat per pesci, uccelli e piante, insufficienza di cibo e migrazioni climatiche.

Per evitare la catastrofe ambientale è necessario un cambiamento senza precedenti nella storia umana della nostra economia, della nostra società e del nostro stile di vita. Dobbiamo cambiare il nostro modello di sviluppo riducendo le emissioni di gas climalteranti in tutti i settori a partire dal passaggio dalle energie fossili (responsabili per circa il 57% delle emissioni) a quelle rinnovabili, dai trasporti, le industrie, i rifiuti, l'agricoltura e l'uso del suolo. Anche la produzione alimentare ha un impatto rilevante sull'ambiente (è responsabile per il 26% delle emissioni globali di gas serra). Abbattere foreste, usare fertilizzanti chimici, piantare monocolture industriali per l'esportazione e i mangiami sono pratiche che impoveriscono i suoli e concorrono all'aumento dell'insicurezza alimen-



tare e delle emissioni climalteranti, che aumentano anche a causa degli allevamenti intensivi dei bovini (con i ritti e le flatulenze che emettono metano).

Con l'attuale sistema alimentare per far mangiare 8 miliardi di persone, con proiezioni di aumento a 10 miliardi entro il 2050, c'è bisogno di aumentare il consumo di carne ed espandere la produzione di cereali necessari a sfamare gli animali.

Per questo è indispensabile che i consumatori diventino consapevoli che le loro scelte alimentari hanno un impatto rilevante sull'ambiente e sul sociale. Abbiamo bisogno di un'alimentazione sana e sostenibile: mangiare meno carne, mai quella proveniente da allevamenti intensivi, consumare più vegetali e frutta, comprare prodotti di stagione e a km. zero, da produttori che rispettano l'ambiente e i lavoratori. Ricordiamo sempre che se il cibo costa troppo poco c'è sempre un problema oltre che di qualità anche di sfruttamento del lavoro. Tutti gli studi scientifici sono concordi nell'affermare che la Dieta Mediterranea, inventata da Ancel Keys, il più grande esperto di nutrizione umana del Novecento, basata sull'alimentazione suddetta, comporta benefici sia per la salute che per l'ambiente.

AMBIENTE E TERRITORIO



PENSIERO DI UN SANZESE

di Giuseppe Catania

Ultimamente si sta facendo un gran parlare dei lavori in corso sulla strada che da Sanza porta al Santuario della Madonna della Neve sul Monte Cervati.

Si tratta della messa in sicurezza di una strada sterrata costruita in due momenti storici diversi: il primo tratto, che arriva fino alla località Ruscio di Vallevona, risale agli anni '50, mentre il secondo tratto che conduce al Santuario è degli anni '80.

Si sta procedendo alla regimentazione delle acque meteore, che nel corso degli anni hanno provocato dissesti idrogeologici non indifferenti nonché alla stesura di un manto stradale di conglomerato ecologico che avrà un impatto sia visivo che ambientale molto contenuto. L'intervento è stato analizzato in toto e approvato da tutte le autorità competenti. Dunque da dove nascono le polemiche? Diverse Associazioni ma anche i semplici appassionati della montagna che sono intervenuti sull'argomento, lamentano il fatto che una viabilità più fluida possa portare in montagna anche persone poco attente al rispetto e alla tutela dell'ambiente naturale con conseguente alterazione di un ecosistema già provato dai cambiamenti climatici degli ultimi tempi. Nella stesura del progetto

si è pensato a come ovviare a questo: all'inizio dell'ascesa sarà installato uno sbarramento con pass elettronico in modo che gli accessi siano consentiti ma opportunamente contingentati.

Pare quindi che siano state prese tutte le precauzioni affinché questi adeguamenti non arrechino ulteriori cambiamenti né danni alla montagna.

Tocca anche e soprattutto a noi, popolo di Sanza, che amiamo tanto il Cervati, un compito importante: la sensibilizzazione al rispetto e alla tutela di un ambiente così unico e delicato al tempo stesso.

"Combattiamo" da anni per difendere la nostra "montagna sacra" con iniziative di ogni genere, come ad esempio la divulgazione nelle scuole o la pulizia in ambiente e le risposte sono più che positive.

Siamo noi le "sentinelle" del nostro territorio e ci impegniamo a vigilare affinché sia i lavori prima, che la gestione del traffico che si potrebbe creare in seguito, non deturpino in modo irreversibile una montagna a cui ogni sanzese è legato da una devozione millenaria.



TRE VETTE, SEI AVVENTURIERI. UN'ECITANTE ESCURSIONE TRA IL MONTE BIANCO, IL CASTORE E IL GRAN PARADISO

di Mario Cioffi

Le Alpi italiane sono una regione ricca di paesaggi mozzafiato e avventure all'aria aperta, e tra le molte montagne spettacolari, il Castore, il Monte Bianco e il Gran Paradiso spiccano come tre delle mete più affascinanti per gli amanti dell'escursionismo. Queste vette sfidanti, situate nella regione del Piemonte, sono state recentemente scalate da un gruppo di coraggiosi avventurieri affrontando sfide e pericoli per raggiungere i loro obiettivi. In questo articolo, esploreremo la loro avventura. Nel mese di luglio 2023, un gruppo di sei appassionati alpinisti del Club Alpino Italiano della sezione di Salerno si è messo alla prova affrontando una serie di avventure tra le vette delle Alpi. Franca, Mauro, Carmine, Mario, Claudio e Luigi hanno unito le loro forze e il loro spirito avventuroso per scalare il Monte Bianco, il Castore e il Gran Paradiso, in una serie di esperienze alpinistiche indimenticabili.

Il Castore: La prima sfida per il gruppo è stata il Castore, con un'altitudine di 4.228 metri. La salita è stata impegnativa, con una serie di passaggi rocciosi e pietraie scoscese. Il tempo incerto ha reso l'ascensione ancora più impegnativa, ma il gruppo è rimasto unito e ha continuato a spingersi oltre i propri limiti. Dopo ore di fatica e determinazione, hanno raggiunto la vetta del Castore, godendo di una vista spettacolare sulle valli circostanti e sulle vette delle Alpi.

L'escursione al Monte Bianco è un'impresa ambiziosa e coinvolgente, che richiede una preparazione adeguata, determinazione e una buona dose di coraggio. Le escursioni partono da varie località, con il percorso più noto che inizia da Courmayeur, in Italia. Da qui, gli escursionisti affrontano un'ascesa impegnativa, attraversando paesaggi mozzafiato e cambiamenti climatici repentini. Una delle sfide principali dell'escursione al Monte Bianco è l'altitudine. Il Monte Bianco, che raggiunge un'impressionante altitudine di 4.810 metri sul livello del mare, può causare problemi legati all'altitudine, quindi è importante pianificare con cura l'itinerario e acclimatarsi gradualmente. L'ascesa al Monte Bianco, la vetta più alta delle Alpi, era il primo grande obiettivo del gruppo. Tuttavia, nonostante la preparazione e la determinazione, l'ascesa al Monte Bianco è stata impossibilitata da avversità climatiche. La montagna, infatti, è nota per le sue condizioni meteorologiche imprevedibili, e la sicurezza degli alpinisti è sempre una priorità assoluta. Anche se il gruppo ha



dovuto rinunciare all'obiettivo principale, l'entusiasmo e la voglia di avventura non si sono affievoliti.

Il Gran Paradiso: Dopo aver conquistato il Castore e rinunciato al Monte Bianco, il gruppo si è spostato verso il Gran Paradiso, che con i suoi 4.061 metri è la montagna più alta situata completamente in Italia. La salita è stata altrettanto impegnativa, con l'attraversamento di ghiacciai e la navigazione tra crepacci. Il gruppo ha dovuto fare affidamento sulle proprie abilità su ghiaccio e sull'uso di attrezzature specializzate. Alla fine, con grande soddisfazione, tutti hanno raggiunto anche la vetta del Gran Paradiso, testimoniando una vista panoramica mozzafiato su tutta la regione alpina. Queste due vette sono spesso sottovalutate per la loro posizione meno famosa rispetto ad altre cime delle Alpi, ma l'avventura e il fascino che offrono sono paragonabili a molte altre vette rinomate. La conquista di queste due vette è stata una dimostrazione di coraggio, determinazione e unità da parte del gruppo. Hanno affrontato condizioni meteorologiche avverse, terreni difficili e altitudini estreme, ma il loro spirito di squadra e la passione per la montagna li hanno portati al successo. La loro avventura non solo ha portato a una straordinaria realizzazione individuale ma ha anche ispirato altri ad affrontare le sfide che le montagne offrono. È un promemoria che con impegno, preparazione e spirito di squadra, è possibile raggiungere le vette più alte e ottenere risultati straordinari. In conclusione, l'ascensione del Castore e del Gran Paradiso da parte di questo coraggioso gruppo è un esempio di come la passione per l'avventura e la montagna possa portare a risultati incredibili. Queste due vette offrono sfide e bellezze uniche che possono soddisfare anche i cuori più avventurosi: che sia una sfida personale o una conquista di squadra, le Alpi italiane continuano ad offrire avventure straordinarie per coloro che sono disposti a sfidare se stessi nelle loro vette impressionanti.

Il Club Alpino Italiano della sezione di Salerno è estremamente orgoglioso dei suoi membri e li elogia per il loro impegno nell'alpinismo e nella promozione dell'amore per la montagna. Questa impresa eccezionale continuerà a ispirare appassionati di alpinismo e aspiranti scalatori della nostra sezione.





“IL MAESTOSO SCENARIO MONTANO: LE MONTAGNE CHE INCORNICIANO LA PROVINCIA DI SALERNO”

di Mario Cioffi

La provincia di Salerno, incastonata tra il Mar Tirreno e le colline lussureggianti, offre uno spettacolo naturale straordinario grazie alle sue montagne imponenti e mozzafiato. Queste cime, ricche di storia, flora e fauna uniche, contribuiscono a creare un paesaggio che incanta e ispira. In questo articolo, esploreremo le montagne che circondano la provincia di Salerno, svelando la loro bellezza e il loro significato per la regione.

Il Massiccio del Cilento: Il Cuore Montano di Salerno

Al centro della provincia sorge il maestoso Massiccio del Cilento, dichiarato Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO. Le sue cime raggiungono altezze considerevoli, offrendo panorami epici del litorale e dell'entroterra. Il Cilento è una terra di contrasti, con valli verdeggianti che si alternano a gole scoscese e grotte misteriose. Queste montagne sono custodi di antiche tradizioni e borghi dal fascino senza tempo.

Il Fascino delle Montagne Salernitane: Un'Esperienza Unica

Le montagne che circondano la provincia di Salerno non sono solo panorami spettacolari; sono un invito a esplorare la natura incontaminata, a immergersi nella cultura locale e a scoprire la storia che queste cime antiche custodiscono. Le attività all'aperto, come l'escursionismo e il trekking, consentono di avvicinarsi a questo paesaggio montano, mentre i villaggi tradizionali offrono un'assaggio autentico della vita nelle montagne. Le montagne che circondano la provincia di Salerno non sono semplicemente elementi geografici, ma piuttosto un patrimonio prezioso che arricchisce la vita di chi abita e visita questa affascinante regione. Esplorare le vette, respirare l'aria fresca e contemplare i panorami indimenticabili diventano esperienze che restano impresse nella memoria, celebrando la grandezza di questa terra montuosa.

Nel cuore della provincia di Salerno e Avellino, tra le pieghe del territorio ricco di storia e natura, si erge la catena montuosa dei Monti Picentini, il Terminio e l'Accellica ne fanno parte. Questi giganti di pietra si stagliano maestosi nel paesaggio, donando alla provincia un carattere unico e inconfondibile.

Monti Picentini e Alburni: Il Grande Palcoscenico Naturale

I Monti Picentini e gli Alburni rappresentano il grande palcoscenico naturale che abbraccia la provincia da nord a sud. Con cime che toccano quota tra i 1.700 e i quasi 1900 metri, questi monti sono la cornice perfetta per la bellezza dei paesaggi circostanti. Le valli verdi e le creste frastagliate creano un contrasto affascinante, mentre le numerose specie di flora e fauna rendono questa regione una delle più biodiverse del sud Italia.

Accellica: Il Respiro Selvaggio delle Montagne

Accellica, con la sua natura selvaggia e incontaminata, è un gioiello nascosto tra le pieghe dei Monti Picentini. Le sue foreste



Monte Cervati

dense e le sorgenti cristalline creano uno scenario da favola, invitando gli avventurieri a esplorare sentieri antichi e a scoprire angoli di paradiso ancora intatti. Accellica è un richiamo per chi cerca la quiete della natura e il fascino di luoghi lontani dai percorsi più battuti.

Monte Terminio: La Cima dei Sogni

Il Monte Terminio, con la sua vetta che si erge a oltre 1.700 metri di altitudine, è la cima dei sogni per gli amanti dell'escursionismo e della montagna. La vista panoramica che si gode dalla sua sommità abbraccia il Golfo di Salerno, il Vesuvio e i Monti Lattari, regalando un'emozione indescrivibile. Il Terminio è anche un'area protetta, ricca di biodiversità e di testimonianze storiche che affondano le radici nell'antichità.

I Monti Alburni: Tesori Nascosti tra Rocce e Foreste

A nord-est della provincia, gli imponenti Monti Alburni si ergono come guardiani di segreti naturali. Questo sistema montuoso, noto per le sue rocce calcaree e le foreste di faggi secolari, è una riserva naturale di incommensurabile bellezza. I paesaggi selvaggi e intatti catturano l'immaginazione, mentre i villaggi storici nelle vicinanze raccontano storie di una vita armoniosa tra l'uomo e la natura.

Monte Panormo: Tra Storia e Bellezza Paesaggistica

Il Panormo, con la sua storia e fascino intramontabile, completa il dipinto montano della provincia. Le sue valli fertili e i villaggi pittoreschi aggiungono un tocco di tradizione e autenticità al paesaggio. Esplorare il Panormo significa immergersi in una combinazione unica di bellezza naturale e patrimonio culturale.

Monte Cervati: La Sinfonia della Natura

Il Monte Cervati, con i suoi 1899 m di altezza e le sue vaste foreste e la flora unica, completa il quadro di questa sinfonia montana. Questa montagna è una riserva naturale che ospita una varietà di specie vegetali e animali. Gli amanti della natura troveranno nel Cervati un santuario di biodiversità e un rifugio sereno.

Esperienze Uniche tra le Vette:

L'esplorazione di queste montagne offre un'opportunità unica di connettersi con la natura e immergersi nella storia millenaria della provincia di Salerno. Escursioni, passeggiate panoramiche nelle radure verdeggianti sono solo alcune delle esperienze che attendono coloro che si avventurano tra le vette dell'Accellica del Terminio del Panormo e del Cervati.

In conclusione, questi monti non sono solo spettatori imponenti nel paesaggio, ma custodi di storie antiche e di paesaggi mozzafiato. Le loro cime, illuminate dai raggi del sole o avvolte dalla nebbia, sono un richiamo per coloro che cercano avventura, bellezza e un rifugio dal trambusto quotidiano. Scoprire i Monti Picentini, l'Accellica e il Terminio significa immergersi in un mondo di emozioni e scoperte che rimarranno impresse nella memoria di chiunque abbia la fortuna di esplorarli.



Coccuzo delle Puglie



RADUNO DI SPELEOLOGIA

di Antonia Landi

Quando arriva novembre, il ponte dei morti, per noi speleo è tempo di partire, per il nostro raduno.

Quest'anno dal 1 a 5 novembre siamo stati a Costacciaro dove tutto iniziò. Infatti il primo raduno avvenne nel 1922 con 500 speleologi. Ma è dal 1980 che sono iniziati i Raduni Nazionali di Speleologia a Costacciaro e poi in giro per l'Italia.

Andare al raduno è un pò come incontrare i parenti lontani che vedi poco, è vedere mostre, assistere ai filmati di esplorazioni in terre lontane oppure in Italia.

Comprare materiale e libri.

Ma è soprattutto allegria, divertimento, grazie allo speleobar dove ci sono gli stand dei vari gruppi speleo e lì puoi gustare le varie specialità e fare un brindisi in ricordo di chi non è più tra noi.

Del Gruppo Speleo Cai Salerno quest'anno siamo andati, io, Raffaele Basile e Luisa Astolfi. Mentre Giovanni Galdieri aveva lo stand materiali col suo storico negozio DueGi Sport, aiutato da Domenico Rago (un altro socio del gruppo speleo) e Francesco Cosentini.

È dal 2012 che aiuto Giovanni e porto le mie creazioni all'uncinetto, soprattutto i pipistrelli, che ogni anno finiscono in un baleno.

È difficile da descrivere quello che si prova in quei giorni. Abbracciare gli amici, finalmente senza paura. Siamo una tribù allegra. Una grande famiglia allargata.

Il prossimo anno sarà qua in Campania a Caselle in Pittari: Syphonia 2024.

E so già che sarà bellissimo. Perché ogni anno è così.

Venite anche voi a scoprire il mondo speleo.



Caselle in Pittari

TESSERAMENTO CAI

È possibile rinnovare l'iscrizione al Club Alpino Italiano, Ricordiamo alcuni vantaggi esclusivi per i nostri Soci:



- **Copertura assicurativa** per Infortuni, Soccorso Alpino, Responsabilità civile, Tutela penale.
- **Sconti** per l'acquisto di pubblicazioni e gadget del CAI.
- **Diritto** di ricevere la rivista nazionale **Montagne 360°** (mensile in carta patinata) e il nostro notiziario sezionale **Il Varco del Paradiso** (solo per tutti i Soci ordinari e per quei Soci giovani che non li dovessero già ricevere in famiglia).
- Condizioni agevolate nella fruizione dei **Rifugi del CAI**.



BOLLINO 2024 - TESSERAMENTO CAI

di Anna Maria Martorano

Il bollino CAI del 2024 ricorda il 150° anniversario di fondazione del Museo Nazionale della Montagna sito a Torino in Piazzale Monte dei Cappuccini 7, una piccola collina al centro della città dove il 9 agosto 1874, la città di Torino, in accordo e su proposta della sezione torinese del Club Alpino Italiano, edificava un piccolo padiglione secondo l'uso del tempo, dotato di cannocchiale per ammirare il panorama delle Alpi, dal Monviso al Monte Rosa.

Oggi la Terrazza Panoramica realizzata sui tetti del Museo è un osservatorio esclusivo che unisce Torino e le Alpi.

Nel 1901 il Principe Luigi Amedeo di Savoia-Aosta, Duca degli Abruzzi donò alla sezione torinese del Club Alpino Italiano, di cui era presidente onorario, oggetti provenienti dalla sua spedizione al Polo Nord.

Fra il 1885 e il 1942 l'area era servita dalla funicolare del Monte dei Cappuccini, con accanto una birreria.

L'incremento delle collezioni ha fatto in modo che, prima lentamente e poi con maggiore decisione, la struttura abbia iniziato a crescere e ad articolarsi. Questo ha portato nel 2003 alla creazione dell'Area Documentazione e nel 2005, dopo una ristrutturazione e un riallestimento generale, all'apertura della nuova Area Espositiva e dell'Area Incontri.

Attualmente il Museo opera, con varie attività, sia a livello nazionale sia internazionale ed è diventato un polo culturale che unisce tutti gli aspetti legati alle montagne del mondo. All'allestimento museografico permanente e alle esposizioni temporanee, si aggiungono gli archivi raccolti nel Centro Documentazione e quelli dell'Area Documentazione afferenti al Museomontagna: Cineteca Storica e Videoteca; Archivio del CISDAE - Centro Italiano Studio Documentazione Alpinismo Extraeuropeo.

Il Centro Documentazione è nato nel 1980 e comprende vari fondi e raccolte riuniti nei seguenti archivi: Fototeca, Raccolte iconografiche, Archivio alpinistico e Archivio Walter Bonatti. Dal 2003 fa parte dell'Area Documentazione il nuovo polo culturale costituito dal Centro Documentazione, la Cineteca Storica e Videoteca, l'Archivio CISDAE e la Biblioteca Nazionale del Club Alpino Italiano.

Dal 2014 il Museomontagna gestisce CAISIDoc con la Biblioteca Nazionale CAI.

Il museo nazionale della montagna Duca degli Abruzzi è sede e socio fondatore dell'International Alliance for Mountain Film (IAMF), che raggruppa i maggiori festival mondiali di Cinema di montagna, nonché dell'International Mountain Museums Alliance (IMMA).

Un gruppo della nostra Sezione, nel 2013 (150° anniversario del CAI) in occasione di un gemellaggio con la sezione CAI di Cirié, visitò il Museo accompagnati dal Direttore di allora Aldo Audisio.



VAL D'ITRIA

TUTTO QUELLO CHE L'ESCURSIONISTA DEVE SAPERE OBBLIGHI DEI PARTECIPANTI

Essere fisicamente preparati e con abbigliamento ed attrezzature adeguate alle esigenze della escursione;
 attenersi esclusivamente alle disposizioni impartite dai direttori di escursione;
 seguire gli itinerari prestabiliti non allontanandosi dal gruppo, salvo autorizzazione del direttore di escursione;
 collaborare con il direttore per la buona riuscita della escursione;
 ogni partecipante deve inoltre essere solidale con le decisioni del direttore soprattutto a fronte di insorte difficoltà.

IL DIRETTORE DI ESCURSIONE

Cura l'escursione sociale nel rispetto delle opportune norme di comportamento. Le escursioni possono essere condotte da più direttori.

Ha facoltà: di modificare il programma, l'orario, l'itinerario per sopravvenute necessità;
 di escludere i soci non ritenuti idonei o insufficientemente equipaggiati, di spostare o annullare le escursioni in programma per ragioni di sicurezza e di organizzazione, anche senza preavviso.

RISCHI E RESPONSABILITA' per le escursioni sociali del CAI, coerentemente alla loro natura, pongono i partecipanti di fronte ai rischi, e ai pericoli inerenti la pratica dell'alpinismo. I partecipanti pertanto, iscrivendosi alle escursioni sociali, accanto a tali rischi, danno il più ampio scarico delle responsabilità alla sezione di Salerno del CAI ed ai direttori di escursione per incidenti ed infortuni che dovessero verificarsi durante l'escursione.

CLASSIFICAZIONE DELLE DIFFICOLTA' ESCURSIONISTICHE

T= turistico

Itinerari su stradine, mulattiere o comodi sentieri, con percorsi ben evidenziati e che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e 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, che non necessitano l'uso di equipaggiamento specifico (imbraccatura, 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 adeguati.

EE = per escursionisti esperti

Itinerari generalmente segnati 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 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). Necessitano: esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente montano; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguati.

EEA = per escursionisti esperti con attrezzatura

Itinerari escursionistici che presentano particolari difficoltà. E' pertanto richiesto l'utilizzo di dispositivi di autoassicurazione diversi a seconda dei tipi di terreno da attraversare: kit da ferrata, imbraccatura, ramponi, piccozza, ecc.

il **Varco del Paradiso**
www.caisalerno.it

Direttore responsabile: Sergio Stammelluti

Comitato di redazione: Camillo Gallo, Maria Teresa Loffredo, Maria Rosaria Mari, Anna Maria Martorano, Anna Palumbo, Gaetano Troisi

e-mail: ilvarcodelparadiso@caisalerno.it

Stampa: Tip. Gutenberg - Baronissi (Sa) - 089.878651

Referenze fotografiche: Archivio CAI

Proprietà e amministrazione: Sezione CAI di Salerno

Via Porta di Mare 26, Salerno tel./fax 089.252788

IBAN: IT47M0303215200010000001478

DONA IL CINQUE PER MILLE
 alla Sezione CAI di Salerno
 codice fiscale 02360400655