



**programma escursioni 2018**

***trekking2000***

## **LEGENDA DELLE DIFFICOLTÀ ESCURSIONISTICHE**

Le difficoltà con cui sono classificati i percorsi escursionistici, sono raffigurate in una scala “adottata dal C.A.I.” e rappresentate con lettere maiuscole. Alcune di esse qui sotto rappresentate e idonee per questo tipo di programma escursionistico.

### **T = Turistico**

Itinerari su stradine, mulattiere o larghi sentieri, con brevi percorsi molto ben segnalati, in genere a bassa quota o in zone collinari e comunque senza grossi problemi d'orientamento. Richiedono una preparazione fisica alla camminata.

### **E = Escursionistico**

Itinerari che si svolgono su sentieri di ogni genere, oppure su evidenti tracce ben segnalate in terreno vario, possono svolgersi in tratti pianeggianti o lievemente inclinati, ma comunque senza grossi pericoli. Generalmente si sviluppano su terreni aperti non faticosi né impegnativi o con passaggi su roccia che però anche in presenza di scale o pioli non richiedono l'uso di equipaggiamento specifico. E' richiesto un minimo del senso d'orientamento, una certa conoscenza ed esperienza nell'ambiente montano, un buon allenamento alla camminata, oltre a calzature ed equipaggiamento adeguati.

### **EE = Escursionisti Esperti**

Percorsi generalmente segnalati che richiedono una buona capacità nel muoversi su terreni particolari ed un ottimo senso d'orientamento. I sentieri si sviluppano su terreni impervi come pendii ripidi, scivolosi, roccia o un misto di erba e roccia. Itinerari vari, a quote relativamente elevate, generalmente oltre i 2000metri (pietraie, pendii aperti con o senza punti di riferimento. ecc). Tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche, necessitano di un'elevata esperienza di montagna ed un'ottima conoscenza dell'ambiente alpino passo sicuro ed assenza di vertigini. Inoltre equipaggiamento ed un'attrezzatura idonea all'ambiente alpino ed un'ottima preparazione fisica.

### **EEA = Escursionisti Esperti Attrezzati**

Questa sigla si utilizza per percorsi attrezzati e passaggi esposti, svolti prevalentemente su vie ferrate, è richiesta un'ottima preparazione fisica e mentale, un'elevata esperienza sia nell'ambiente alpino che al contatto con la roccia una totale assenza di vertigini e attacchi di panico, inoltre equipaggiamento ed attrezzature idonee all'ambiente alpino ed un'adeguata conoscenza dei dispositivi di sicurezza come moschettoni, dissipatori, imbraco, corde, ecc.

### **EAI = Escursioni Ambiente Innevato**

Questa sigla si utilizza per percorsi in ambiente innevato e richiede attrezzature idonee come ciaspole e ramponi. Percorso evidente con facili vie di accesso di fondo valle o nei crinali mai esposti o pericolosi con dislivelli contenuti che garantiscono la sicurezza delle vie percorse.

### **ATTREZZATURA RICHIESTA:**

1. **Abbigliamento e scarponcini da trekking idonei alla stagione in corso**
2. **Bastoncini telescopici da trekking**
3. **Imbrago, caschetto e doppio cordino di sicurezza per vie ferrate**
4. **Ciaspole e ramponi da neve per vie innevate**
5. **GPS, bussola, mappe o carte topografiche del luogo dell'escursione (io personalmente utilizzo un GARMIH ETREX-20 con tutte le mappe escursionistiche dei monti italiani**

# programma trekking

1. massiccio del Gran Sasso - Corno Grande NOTTURNA



Diff. **EE**

2. catena montuosa di Serra Lunga  
7^ festa di monte Breccioso



Diff. **EE**

3. massiccio della Majella - TRAVERSATA DELLA  
MAJELLA "rifugio Pomilio-Guado di Coccia"



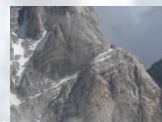
Diff. **EE**

4. massiccio del Gran Sasso - Corno Piccolo VIA  
NORNALE



Diff. **EE**

5. massiccio del Gran Sasso - Bivacco Bafile



Diff. **EEA**

6. massiccio del Gran Sasso - sentiero del Centenario



Diff. **EE**

7. massiccio del Velino - trekking valle Majellama & monte  
Il Bicchero



Diff. **EE**

8. catena montuosa dei monti Sibillini - TRAVERSATA  
DEI SIBILLINI "Forca di Presta-Rifugio Sibilla"



Diff. **EE**

9. massiccio del Gran Sasso - monte Corvo



Diff. **EE**

10. massiccio del Velino - TRAVERSATA DEL VELINO  
"da Cartore-passo delle Forche-vallone di Teve"



Diff. **EE**

11. monti della Laga - valle delle cento fonti-monte Gorzano



Diff. **EE**

12. massiccio del Sirente - TRAVERSATA DEL SIRENTE  
“da Rovere a monte San Nicola”



Diff. **EE**

**N.B. CLICCA SULLA FOTO PER DETTAGLIO ESCURSIONE**

L'ORDINE D'INSERIMENTO DEGLI EVENTI È CASUALE, NON SONO STATE DECISE LE DATE DÌ COME E QUANDO VERRANNO EFFETTUATI. LA DECISIONE SARÀ PRESA DI VOLTA IN VOLTA, IN BASE ALLA DISPONIBILITÀ ED AL NUMERO DEI PARTECIPANTI. INOLTRE DURANTE L'ANNO SARANNO ORGANIZZATI ALTRI EVENTI NON RIPORTATI NEL PROGRAMMA.

**Per informazioni:**

Sito Internet: [www.trekking2000.it](http://www.trekking2000.it)

Email: [postmaster@trekking2000.it](mailto:postmaster@trekking2000.it)

Facebook: [www.facebook.com/Trekking2000](http://www.facebook.com/Trekking2000)

Canale YouTube: [www.youtube.com/user/trekking2000video/videos](http://www.youtube.com/user/trekking2000video/videos)

**N.B. per tutte le uscite escursionistiche organizzate non viene richiesto alcun contributo economico. Si richiede, tuttavia, l'utilizzo delle attrezzature idonee proprie per le attività organizzate.**

*by Maurizio Cianfarani*