

INFORMAZIONI E CONSIGLI PER LA PARTECIPAZIONE ALLE ESCURSIONI

E' doveroso da parte degli organizzatori dire e ricordare che per andare in montagna devono essere rispettate alcune regole riguardanti: il comportamento, l'abbigliamento e la preparazione. Mentre alcuni principi e norme derivano dal buon senso e dalla educazione, altre regole sono frutto dell'esperienza, e come tali devono essere trasmesse a chi va in montagna per la prima volta. Queste regole ed alcuni consigli serviranno essenzialmente per evitare disagi ed inconvenienti, per affrontare la montagna in tranquillità e per trarre da essa le migliori soddisfazioni.

COMPORAMENTO Anche se può apparire superfluo, ricordiamo la necessità di tenere un comportamento corretto e rispettoso nei confronti degli altri e verso l'ambiente. La montagna, i rifugi, etc. non sono adatti agli schiamazzi. La necessità di tenere pulita la montagna deve indurre tutti ad evitare la dispersione dei rifiuti, i quali vanno sempre riportati a valle.

EQUIPAGGIAMENTO La partecipazione alle nostre escursioni non richiede equipaggiamenti particolari ad eccezione dello zaino: chi non possiede un vero zaino da montagna può utilizzare lo zainetto usato per andare a scuola.

ABBIGLIAMENTO In questo caso hanno molta importanza i fattori stagionali ed ambientali, non sempre prevedibili. È sempre opportuno portare un ricambio di biancheria e scarpe pulite di scorta.

Calzature: vanno bene scarponi, scarponcini o pedule purché abbiano la suola tipo "carrarmato".

Calzettoni: vanno bene quelli di lana, meglio se con un paio di cotone sotto, sconsigliati quelli in fibra sintetica in quanto irritano il piede.

Pantaloni: devono essere lunghi e comodi, da escludere i jeans.

Camicia: quelle di flanella sono le più indicate, ma possono andare bene quelle che si portano abitualmente.

Maglione: uno di lana o un pile sono indispensabili, ricordando che sono più pratici due leggeri che uno pesante.

Berretto: serve per il freddo (se pesante), o per il sole (se leggero).

Giacca a vento: non servono modelli particolari, basta la praticità.

Impermeabile: K-Way oppure, molto pratica è la mantella che protegge anche lo zaino.

Guanti: vanno bene un paio qualsiasi.

Viveri: alimenti leggeri e digeribili, come da abitudini; bevande non gassate, acqua nella borraccia.

COMMISSIONE ALPINISMO GIOVANILE

Per maggiori informazioni si possono contattare:
Gabri tel. 348 3335850; Alberto tel. 0432 983236;
Paolo tel. 347 4099017; Gilberto tel. 0432 975625

alpinismogiovanile@caigemona.it



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI GEMONA DEL FRIULI
Sottosezioni di BUJA e OSOPPO



ALPINISMO GIOVANILE

RAGAZZI IN MONTAGNA

2012

PRESENTIAMO IL PROGRAMMA DI ALPINISMO GIOVANILE "RAGAZZI IN MONTAGNA 2012"

Andare in montagna è desiderio di bellezza, soddisfazioni e di emozioni che portano alla scoperta della sensibilità.

"Ragazzi in montagna" non per moda ma per convinzione.

L'iniziativa, consolidata da diversi anni, propone ai ragazzi l'avvicinamento e la conoscenza della montagna nei suoi molteplici aspetti, dando ai giovani l'occasione di essere protagonisti di una esperienza diversa.

Siamo convinti che la vita all'aria aperta, soprattutto nell'ambiente montano, offre le più stimolanti occasioni di coinvolgimento ed è l'ideale per svolgere in libertà attività benefiche sia per il fisico sia per la mente. Le varie uscite sono programmate con difficoltà graduali e sono alla portata di normali camminatori (tutti i ragazzi, quando lo vogliono, lo sono).

Con lo spirito che ci accompagna da sempre, che ci fa sentire giovani e ricchi di entusiasmo, noi accompagnatori vi diamo l'ARRIVEDERCI IN MONTAGNA.

PROGRAMMA ATTIVITA' AG 2012

15/01	Montagna Amica e Sicura ambiente innevato Sella Nevea (con scuola Alpinismo-GDF-esc.)
12/02	uscita con le ciaspe: Piana di Tens - Forni di Sotto (intersezionale con gruppi AG Alto Friuli)
04/03	uscita con le ciaspe a Malga Glazzat (con gruppo sci escursionismo)
15/04	Monte Matajur (Prealpi Giulie)
13/05	apertura attività estiva sezionale Pian di Frassin - Val Venzonassa
20/05	partecipazione promozionale Festa degli aquiloni S.Agnese - Gemona
17/06	Laghi d'Olbe - Monte Lastroni (Alpi Carniche) (intersezionale con gruppi AG Alto Friuli)
30/06 01/07	fine settimana in casermetta Val Dogna ragazzi 1° gruppo (con AG S.Donà)
01/07	Becco di Mezzodi - Dolomiti Ampezzane ragazzi 2° gruppo (con escursionisti sezionali)
21-22 /07	Odle - Dolomiti (con gruppo escursionistico sezionale)
31/07	Poschiadea Day - giochi AG a Forni Sotto (intersezionale con gruppi AG Alto Friuli)
2-3-4- 5/08	soggiorno Alpino autogestito a Osais Val Pesarina
31/08 1-2/09	partecipazione (eventuale) Gita Nazionale AG (località da definire)
8-9/09	fine settimana in Casera - Dolomiti Friulane (intersezionale con gruppi AG Alto Friuli)
09/10	marronata sociale - Baita Winkel
04/11	uscita in ambiente ipogeo (località da definire)
17/11	serata diacolor conclusione attività AG (sede CAI Gemona)
02/12	orientamento a Gemona (Fieste di Sante Lussie)

REGOLAMENTO

Al programma "RAGAZZI IN MONTAGNA" possono partecipare i ragazzi e le ragazze di età compresa tra i 9 e 17 anni.

I partecipanti devono essere iscritti al CAI ed essere in regola col bollino annuale.

I mezzi di trasporto saranno messi a disposizione dagli accompagnatori, qualora non si faccia uso di quelli pubblici. I genitori che lo desiderano, possono accompagnare i propri ragazzi alla partenza dell'escursione e riprenderli al termine della stessa.

Al modulo di iscrizione interamente compilato, allegare certificato medico (o fotocopia) di idoneità all'attività sportiva non agonistica.

La Commissione di Alpinismo Giovanile si riserva la facoltà di annullare le uscite, di variare le date e di modificare i percorsi precedentemente fissati, in dipendenza delle condizioni ambientali o atmosferiche.

AI PARTECIPANTI SI CHIEDE:

- Frequenza al programma;
- Puntualità nella conferma di ogni singola uscita entro il Mercoledì precedente la stessa;
- Comportamento corretto e di educata convivenza;
- Rimanere uniti alla comitiva evitando "fughe" o voluti "ritardi";
- Attenersi alle disposizioni ed ai consigli degli accompagnatori.

Sede sociale C.A.I.

Via IV Novembre, 38 - Maniaglia
33013 Gemona del Friuli