# CLUB ALPINO ITALIANO

*Sezione di Campobasso*

| | |
|---|---|
| data | **2 gennaio 2022** |
| escursione | **Gallinola: uscita con piccozza e ramponi** |
| referenti | **Davide SABATO – ASE (335 7764873)**<br>Nicola CIRESE (347 2796562) |
| difficoltà e tipo di escursione | **ALP – F:** uscita in ambiente con avvicinarsi al mondo dell'alpinismo invernale |

| | |
|---|---|
| località e quota di partenza: | Campitello di San Massimo (1450m) *o altra località innevata raggiungibile in giornata che non presenti rischi di valanghe sulla scorta di bollettino aggiornato (https://meteomont.carabinieri.it)* |
| dislivello complessivo: | 300m |
| quota massima raggiunta: | 1650m circa lungo Campo Puzzo tra la Gallinola e le Tre Finestre |
| durata escursione (tempo escluso soste): | **ore 6,00** (termine escursione ore 15,00) |

**EQUIPAGGIAMENTO:**

occhiali da sole per alta montagna/ghiacciaio, berretto, *buff* o *foulard*, guanti da alta montagna, ghette, calzamaglia in fibra, dolcevita in fibra, guscio impermeabile, pantalone da montagna in *shoeller*, calze da montagna.
Nello ZAINO: T-shirt in fibra di riserva, 1 paio di calze da montagna di riserva, maschera da sci, guanti leggeri di riserva, lampada frontale con pile nuove, sopra pantaloni impermeabili, thermos

**ATTREZZATURA TECNICA:**

**(minimo)** scarponi ramponabili, ramponi 12 punte, bastoncini e/o piccozza classica, casco
**(utile)** imbracatura

| | |
|---|---|
| appuntamento: | **ore 7,00** – Piazza Savoia - Campobasso |
| quota di partecipazione: | quota assicurativa per i non soci |

| | |
|---|---|
| spostamenti: | **mezzi propri.** La località di partenza va raggiunta con mezzi propri, nel rispetto delle norme nazionali/regionali che regolano il trasporto in auto di persone non conviventi. |
| partenza escursione: | **ore 08,00** – dopo l'hotel Kristiana sul curvone prima del piazzale di Campitello di San Massimo |
| rientro previsto: | **ore 17,30** |

| | |
|---|---|
| **PER ADESIONI ED INFORMAZIONI** | contattare i referenti **entro il 31 dicembre2021** |

**Ogni partecipante alla gita garantisce** di essere preparato fisicamente e tecnicamente e di essere equipaggiato con abbigliamento e attrezzatura personale adeguate alle esigenze della uscita programmata **essendosi preventivamente informato sul programma e sulle difficoltà sopra dettagliate**. La partecipazione all'uscita, coerentemente alla sua specificità, pone l'iscritto di fronte ai rischi ed ai pericoli, anche gravi, per l'incolumità personale inerenti alla pratica dell'escursionismo e dell'alpinismo. I partecipanti accettano, pertanto, tali rischi e danno il più ampio discarico dalle responsabilità ai coordinatori logistici ed alla Sezione- Si impegnano altresì a collaborare con i Coordinatori Logistici per la buona riuscita della presente uscita.

**È facoltà dei referenti escludere dalla gita le persone non conosciute o non ritenute idonee in relazione alle difficoltà dell'uscita.**

**I non soci CAI** sono ammessi a partecipare previo presa visione del regolamento, della difficoltà dell'escursione, e sentito il parere del referente. Per i non soci è obbligatoria la prenotazione **entro il 31 dicembre 2021** ed il versamento della **quota assicurativa** che, salvo diverse indicazioni, andrà consegnata al referente.

**Chi intende aderire è consapevole che non potrà essere ammesso:**

- qualora non disponga di green pass "*base*";
- se è soggetto a quarantena o a isolamento fiduciario e se non autocertifica una temperatura corporea inferiore ai 37,5°C e assenza di sintomi simil influenzali ascrivibili al Covid-19;

**Durante l'escursione, tutti gli iscritti sono tenuti ad osservare le seguenti regole di comportamento:**

- si fa obbligo ai partecipanti di avere con sé la mascherina e il gel disinfettante a base alcolica;
- in caso di utilizzo di materiali di uso comune è tassativo l'uso di mascherina e di occhiali protettivi al fine di prevenire il contatto delle mani con occhi, naso e bocca, e occorre procedere alla disinfestazione frequente delle mani;
- sono vietati scambi di attrezzatura, oggetti, cibi, bevande o altro tra i partecipanti non appartenenti allo stesso nucleo familiare.