



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Campobasso

data	2 marzo 2025
escursione	Gallinola: uscita con piccozza e ramponi
referenti	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:	2 marzo 2025, ore 7,00 – Piazza Falcone Borsellino - Campobasso
spostamenti:	mezzi propri
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 28 febbraio 2025
riunione pre-escursione e ritiro materiali	ore 19,30 - sede sociale in Campobasso c/o “Terzo Spazio” via E. Cirese snc
quota di partecipazione:	per i non soci quota assicurativa di € 8,40

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 scarico 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 di cui non si riesce a conoscere l’adeguata preparazione fisico_tecnica.

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 28 febbraio 2025** ed il versamento della **quota assicurativa** (€ 8,40) che, salvo diverse indicazioni, andrà consegnata in sede durante la riunione pregita.