



SEZIONE DELL'AQUILA

TELEMARK EVENT

21 e 22 gennaio 2012

DUE GIORNI

DI ESCURSIONISMO INVERNALE, SCI ESCURSIONISMO & TELEMARK

Vieni a sci - volare con il telemark



Libera il tallone!!!

Coordinamento e info: A.N.E. Latino BAFILE cell. 347/6237644, in collaborazione con:

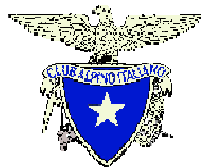
- Gruppo Aquilano Sci Fondo Escursionismo Telemark – GASFET CAI AQ:
coordinatori Enrico Palumbo, Arduino Giancola, Giuseppe Sette
- Sci Club "Telemark Appennini" – Roma

Iscrizioni all'escursione (a numero chiuso e si seguirà l'ordine cronologico d'iscrizione):

Lun - Ven dalle ore 18:30 alle ore 20:00 presso la sede provvisoria CAI oppure ai referenti
G.A.S.F.E.T. - CAI AQ Enrico Palumbo, Arduino Giancola, Giuseppe Sette

Iscrizioni al Telemark Event: contattare A.N.E. Latino Bafile al 347/6237644

CLUB ALPINO ITALIANO



SEZIONE DELL'AQUILA

- **Termini per l'iscrizione** (comprensivo della quota di partecipazione):
 - **Il prima possibile!!** (per pernottamento in hotel, cena, eventuale skipass, iscrizione corso telemark, ecc.)
 - **giovedì 19/01/12** (per coloro che arrivano direttamente domenica mattina e partecipano solo all'escursione con le ciaspole o con gli sci da escursionismo)
- **Mezzi di trasporto:** mezzo proprio;
- **Quota di partecipazione - €15,00** vedi **costi** (quota Sci Club per accreditamento al Telemark Event);
 - **gratuito** per i soci che partecipano solo all'escursione (con le ciaspole o con gli sci da escursionismo)

N.B.

Per l'escursione con racchette da neve o sci, gli **Accompagnatori CAI** e il **Direttore di gita CAI** si riservano la facoltà insindacabile di escludere le persone non ritenute adeguatamente allenate e/o insufficientemente equipaggiate e di apportare variazioni al percorso in funzione delle condizioni meteorologiche e di innevamento.

Non saranno prese in considerazione:

1. iscrizioni tramite mail o per interposta persona;
2. iscrizioni oltre il termine e/o senza il versamento della quota nei termini previsti;

L'iscrizione comporta:

1. l'accettazione integrale del **REGOLAMENTO DELLE ESCURSIONI** www.cailaquila.it
2. la presa visione dei **DATI TECNICI ALLEGATI**.

I Partecipanti all'escursione dovranno attenersi alle disposizioni degli Accompagnatori e del Direttore della gita sciescursionistica CAI

PROGRAMMA

Giovedì 19/01/12

- **Ore 19:00** Incontro in sede (regolarizzazione quote, eventuali variazioni di programma, comunicazioni varie)

Sabato 21/01/2012

- **Ore 06:30** Ritrovo presso piazzale Centro Commerciale "La Meridiana"
- **Ore 06:45** Partenza per Roccaraso (AQ), località Pizzalto (100 km circa)
- **Ore 08:30** Impianti località Pizzalto di Roccaraso (accreditamento e skipass)
- **Ore 09:00** Lezioni pratiche con gli Istruttori Nazionali di Telemark (su pista)
- **Ore 19:30** Cena e pernottamento in hotel oppure B&B

Domenica 22/01/2012

- **Ore 08:15** Ritrovo al Piano delle Cinquemiglia (AQ)
- **Ore 08:30** Inizio escursione
- **Ore 18:00** Rientro stimato a L'Aquila

ACCOMPAGNATORI CAI (escursione con le ciaspole): ANE Latino Bafile, ASE Fabio Di Vito

DIRETTORE GITA SCIESCURSIONISTICA CAI (sci escursione): socio esperto Enrico Palumbo

CLUB ALPINO ITALIANO



SEZIONE DELL'AQUILA

DATI TECNICI

ESCURSIONE del 22 gennaio 2012

Valico delle Croci ^{1685M}

(alle pendici di Serra Sparvera ^{1998m})

(Piano delle Cinquemiglia – Altipiani Maggiori)

L'escursione è riservata ai soli soci CAI, in regola con l'iscrizione 2012

N.B.: MAX 20 PERSONE (escursione ciaspole)

MAX 15 PERSONE (gita sciescursionistica)

DIFFICOLTÀ': *EAI* (escursionismo con racchette da neve)

BLU (gita sciescursionistica)

Domenica 22/01/2012

- Località di partenza: PIANO DELLE CINQUEMIGLIA ^{1270M}
- LOCALITÀ DI ARRIVO: VALICO DELLE CROCI ^{1685M} (SERRA SPARVERA) FINE ESCURSIONE
- Lunghezza percorso: 12 km ^{circa}
- Dislivello in salita: 420 m ^{circa}
- TEMPO DI PERCORRENZA STIMATO: 5-6 ORE (variabile in base alle condizioni della neve e escluse soste)
- RIENTRO STIMATO A L'AQUILA: ORE 18:00 ^{CIRCA}

Notizie tecniche

Gran parte dell'escursione si svolge su tratti pianeggianti o in leggera salita, ad esclusione di un tratto di circa 400 metri con pendenza media del 19% (inclinazione approssimativa 15°)

Cartografia: Carta Turistico-escursionistica 1:50.000 PNALM, nuova IGM 1:25.000 378 II San Lorenzo, Carta dei sentieri 1:25.000 Scanno-Villalago

EQUIPAGGIAMENTO MINIMO OBBLIGATORIO

RACCHETTE DA NEVE (ciaspole), scarponi invernali oppure attrezzatura completa da sciescursionismo (per coloro che partecipano alla gita sciescursionistica), bastoncini telescopici, zaino, giacca a vento impermeabile, maglione/pile, guanti e copricapo, occhiali da sole protettivi e/o maschera da sci, crema protezione UV, pranzo al sacco, termos con thè caldo;



**Pescocostanzo
Rivisondoli
Roccaraso**



**20-21-22 gennaio 2012
Alto Sangro Telemark Event**



**Prova il Telemark e
test materiali gratuiti
Corsi con Istruttori Telemark
www.telemarksnowevents.it
Info 3356528442 s_m_mari@yahoo.it**

CLUB ALPINO ITALIANO



SEZIONE DELL'AQUILA

La manifestazione "Alto Sangro Telemark Event 2012" è organizzata dallo Sci Club Telemark Appennini di Roma, in collaborazione con TelemarkSnowEvents e si svolgerà a Pescocostanzo, Rivisondoli e Roccaraso nei giorni 20-21-22 gennaio 2012.

Per maggiori informazioni consultare www.telemarksnowevents.it
Per partecipare all'intera manifestazione, della durata di tre giorni, contattare direttamente il presidente dello Sci Club Mariella Serafini al 335/6528442 oppure alla mail s_m_mari@yahoo.it;

Programma "CAI L'Aquila & Telemark Event"

Sabato 21/01/2012

- Ore 8:30 **Ritrovo** alla base degli impianti in località PIZZALTO di Roccaraso per **accreditamenti e skipass** presso lo stand dello Sci Club Telemark Appennini;
- Ore 9:00 **Lezioni di Telemark*** con Istruttori Nazionali di Telemark, divisi in 3 gruppi: **sciatori principianti** o che non hanno mai sciato telemark, **intermedi ed esperti**. La composizione dei gruppi sarà a cura degli Istruttori Nazionali
- Ore 12:30 Ritrovo presso baite convenzionate per il **pranzo** (eventuale);
- Ore 19:30 **Cena tipica** (eventuale) presso ristorante locale;

*In alternativa, possibilità di partecipare ad un'escursione con gli sci da telemark in località "Valle Chiarano", accompagnati da un Telemarker/Sci alpinista esperto.
E' richiesta una buona tecnica sciistica fuoripista ed iscrizione entro venerdì 20/01/12; obbligatori ARTVA-Pala-Sonda.

COSTI

- **Accreditamento (obbligatorio) € 15,00**
comprende gadget e convenzioni per: cene, alberghi, skipass, lezioni, noleggio materiale, possibilità di partecipare alle escursioni giornaliere con gli sci;
- **Cena tipica (eventuale) € 30,00 per gli accreditati**
I posti sono limitati ed è richiesta la prenotazione (fino ad esaurimento dei posti disponibili) all'atto dell'iscrizione.
La cena di sabato si terrà nel locale "MUCH MORE" di Pescocostanzo con due assaggi di primo, un secondo, un contorno, acqua, e vino.
- **CONVENZIONE SKIPASS** (valido per gli impianti di Pizzalto, Aremogna e Monte Pratello)
 - €34,00 **giorni 1**
 - €65,00 **giorni 2**
 - €95,00 **giorni 3**

CLUB ALPINO ITALIANO



SEZIONE DELL'AQUILA

- **LEZIONI DI TELEMARCK** (tre livelli, con gruppi di max 9 persone e due turni giornalieri: dalle ore 9:00 alle ore 12:00 oppure dalle ore 13:00 alle ore 16:00)
 - €35,00 giorni 1
 - €60,00 giorni 2
 - €85,00 giorni 3

- **NOLEGGIO SCI E SCARPONI DA TELEMARCK** (da comunicare con congruo anticipo)
 - Sci €10,00 al giorno (€ 25,00 per 3 giorni)
 - Scarponi €10,00 al giorno (€ 25,00 per 3 giorni)
 - Sci e scarponi €15,00 al giorno (€ 40,00 per 3 giorni)

- **PERNOTTAMENTI PRESSO STRUTTURE CONVENZIONATE**

Per stanze triple o quadruple sono previste riduzioni:

 - **IL PESCHIO** (B&B in centro a Pescocostanzo tel. 0864640082) pernottamento e prima colazione in camera matrimoniale/doppia € 90,00 per 2 persone.
 - **IL CAMOSCIO** (B&B in centro a Pescocostanzo tel. 0864641436 - 3294344950) pernottamento e prima colazione in camera matrimoniale/doppia € 75,00 per 2 persone
 - **Archi Del Sole** (B&B in centro a Pescocostanzo tel. 0864 640007) pernottamento e prima colazione in camera matrimoniale/doppia € 85,00 per 2 persone
 - **CERASELLA** (B&B a 4 km da Pescocostanzo tel. 3207515630) pernottamento e prima colazione in camera matrimoniale/doppia € 70,00 per 2 persone
 - **LO CHALET** (B&B in centro a Pescocostanzo tel 0864641255) pernottamento e prima colazione in camera matrimoniale/doppia € 80,00 per 2 persone
 - **Agriturismo Giuliana** (a 4 km da Pescocostanzo tel. 3332111225) pernottamento e prima colazione in camera matrimoniale/doppia € 80,00 per 2 persone
 - **Agriturismo Primo Campo** (a 5 km da Pescocostanzo tel. 0864642058) pernottamento e prima colazione in camera matrimoniale/doppia € 70,00 per 2 persone
 - **ALBERGO VALLE FURA** (a 1 km da Pescocostanzo tel. 0864642229)- mezza pensione (obbligatoria la cena) in camera matrimoniale/doppia € 60,00 a persona

ISTRUZIONI OPERATIVE

Per la prenotazione contattare il coordinatore Latino Bafile **IL PRIMA POSSIBILE**, indicando le attività a cui si vuole partecipare: giorni di lezione di telemark o di escursione specificando il livello tecnico, noleggio attrezzatura (comunicare numero di piede e altezza), struttura prescelta ed i giorni di alloggio, cene, ecc. .

L'accreditamento, il saldo delle lezioni di sci e del noleggio materiali dovrà essere effettuato direttamente allo Sci Club (responsabile di tutta l'organizzazione) presso lo stand collocato in località Pizzalto di Roccaraso (seggiovia esaposto di Pizzalto).

Il costo del pernottamento sarà saldato dall'interessato direttamente all'albergo/B&B.