



# Un'annata ricchissima per tutti i gusti

## CALENDARIO

# 2023

Gruppo Regionale SardoUmbro 2023.  
Referente Giovanni Deiana.

8 gennaio Oliena da Monte Maccione a Ortu e Camminu. Difficoltà EE. 12 febbraio Belvi da Texile a Aritzo rifugio Cai Sardegna. Difficoltà E. 12 marzo Montalbo di Lula da Janna Nurai a punta Catirina. Difficoltà EE 09 aprile Arzana dal Villaggio Nuragico Ruinas a Punta Lamarmora. Difficoltà EE Dal 13 al 20 maggio escursioni con Sezione

CAI Perugia

11 giugno Dorgali da Buchi Arta a Cala-Luna. Difficoltà E . 3 settembre Orgosolo dal monte Fumai a Montenovio S. Giovanni S'Eliche E tureddu- Senepida. 08 ottobre Fonni da Arcu Correboi a Supramonte Orgosolo. Difficoltà E 12 novembre Oliena da Daddana -Iscale e Marras Punta Corrasì. Difficoltà EE. 03 dicembre Galtelli- Monte Tuttavista tipo percorso anello.

Il Gruppo Seniores del CAI Perugia ha programmato nel calendario ufficiale le uscite dei primi due mesi dell'anno.

Queste sono invece le date nelle quali si svolgerà l'attività nel 2023: marzo: 2-9-16-23-30; aprile: 6-13-20-27; maggio: 4-11-18-25; giugno: 1-8-15-22-29; luglio: 6 Settembre: 7-14-21-28; ottobre: 5-12-19-26; novembre: 2-9-16-23-30; dicembre: 14-21-28.

### GENNAIO

5 gio	Seniores
6 ven	Speleo
8 dom	Direttivo
8 dom	Amici di Manlio
10 mar	Martedì CAI
12 gio	Seniores
19 gio	Gatti del Tezio
19 gio	Seniores
22 dom	Montagnaterapia
22 dom	Amici di Manlio
22 dom	Alpinismo giovanile
24 mar	Martedì CAI
26 gio	Seniores

Monte Pormaiore (Miccio – Ciaccio)
Befana a Città della Pieve (Franzoni – Acquarelli)
Tombolata degli orrori
Anello di Mongiovino (Ciaccio - Miccio)
I segreti di Montelabate (Alessandri – Pisello - Cerquiglini)
Anello dei Vurgacci di Pioraco (Ragni – Manfredini)
Aggiornamento manovre roccia e ghiaccio (Baldassarri – Geri)
Marzolana e pranzo sociale (Ricci – Bellezza – Valentini)
Monte Tezio (Cecchini - Ascani – Cecilia – Giubboni - Vinti)
Vallemare al Subasio (Bambini – D. Ricci –Rosignoli)
A spasso con le ciaspole (Marani – Baldassarri - Bernet)
Lago Trasimeno, Paciano, Monte Pausillo (Barbetti - Pochini)
Spaccatura delle Lecce (Manfredini - Ragni)

## FEBBRAIO

1 mer Alpinismo Giovanile  
 2 gio Seniores  
 4 sab Azimut  
 5 dom Speleo  
 5 dom Amici di Manlio  
 7 mar Martedì CAI  
 9 gio Seniores  
 12 dom Escursionismo  
 16 gio Seniores  
 19 dom Montagnaterapia  
 19 dom Amici di Manlio  
 21 mar Martedì CAI  
 23 gio Seniores  
 26 dom Alpinismo giovanile

Presentazione 9° corso base A.G. (Marani - Giornelli - Delunghi - Bernet)  
 Monti di Gualdo con le ciaspole (Ricci - Cancelli - Tieri)  
 Notturna invernale al Monte Vettore (Sbaragli - Baldassarri)  
 Grotta Punta degli Stretti (Franzoni - Vescovo - Moscati)  
 Tezio, sentieri e memorie del monte (Alunni - Cicuti - Saiella)  
 Con le ciaspole sul Monte Faeto (Meschini - Franco - Zappelli)  
 Cascate Valpontesi (Crotti - Bellezza - Giuliani - Ciaccio - Bacuccoli)  
 Monte Subasio dalla Madonna della Spella (Bambini - Rosignoli - Zappelli)  
 Monte Igno da Montelago con le ciaspole (Cancelli - Ricci - Cecchini E.)  
 Monte Colognola Monte San Savino (Cecchini - Ascani - Cecilia - Giubboni-Vinti)  
 Santuario delle Fontanelle (Diosono - Ricci)  
 Anello di Castelluccio con le ciaspole (Pisello - Franco - Meschini)  
 Anello di Cassignano (Miccio - Ciaccio)  
 Ciaspole per i più piccoli, piccozza e ramponi per i più grandi (Marani - Baldassarri)

## MARZO

1 gio Cicloescursionismo  
 5 dom Azimut  
 5 dom Amici di Manlio  
 7 mar Martedì CAI  
 12 dom Speleo  
 18 sab Alpinismo Giovanile  
 19 dom Montagnaterapia  
 22 mer Martedì CAI  
 24-31/3 Escursionismo  
 25-26/3 Alpinismo giovanile  
 26 dom Escursionismo

Corso di base CE1 (marzo - maggio) (Biancucci - Piselli - Battistoni)  
 Monte Vettore invernale (Gaggioli - Meschini)  
 Intorno a Colombella (Bellezza - Cecchini E. - Regni)  
 Andar per eremi: Madonna della Stella, Roccatamburo, Poggiodomo (Zappelli - Biagioli - Pochini)  
 Grotta Pozzi della Piana (Franzoni - Fisauli)  
 Seconda lezione teorica corso base AG (Marani - Zurli)  
 Monte Subasio (Cecchini - Ascani - Cecilia - Giubboni - Vinti)  
 Giornata dell'Acqua (Meschini - Biagioli - Franco - Zappelli)  
 Trekking in Marocco: deserto sulla costa atlantica (Gaggioli)  
 Due giorni nella neve (Marani - Baldassarri)  
 Perugia a piedi: girovagando tra santi patroni, chiese e vestigia degli antichi (Mazzasette - Luzi)

## APRILE

1-7/4 Escursionismo  
 1 sab Escursionismo  
 2 dom Escursionismo  
 2 dom Cicloescursionismo  
 4 mar Martedì CAI  
 15 sab Alpinismo Giovanile  
 15 sab Escursionismo  
 16 dom Alpinismo Giovanile  
 16 dom Speleo  
 16 dom Etruskanyoning  
 18 mar Martedì CAI  
 22-25/4 Cicloescursionismo  
 22-25/4 Speleo  
 23 dom Montagnaterapia  
 30 dom Azimut

Il Sentiero dell'AsproMare (Giofrè - Barberio)  
 Da Gualdo ad Assisi (Bambini - Valentini)  
 La valle del Fersenone (Todini - Diosono - Ciaccio - Ricci)  
 Monte Lignano - Arezzo (Biancucci - Battistoni - Piselli)  
 Brunette e Rifugio Casetta Ciccaia (Zappelli - Giubboni - Castellani - Franco)  
 Terza lezione teorica corso base AG (Giornelli - Zurli)  
 Monte Catillo e Villa Gregoriana a Tivoli (Ragni - Valentini)  
 Colfiorito e Botte dei Varano (Giornelli - Zurli)  
 Perugia Sotterranea (Franzoni)  
 Fosso Campione - Prodo (Mosconi)  
 Andar per eremi - Grottafucile - Fabriano (Zappelli - Biagioli - Bambini)  
 Le ruote fumano: Etna in mtb (Giorgettini - Battistoni - Biancucci)  
 Speleologia in Spagna (Franzoni - Bussolati)  
 Torre di Vernazzano (Cecchini-Ascani-Cecilia-Giubboni-Vinti)  
 Gola della Rossa, grotta del Vernino, Monte Murano - Intersez.con CAI Fabriano (Cecchini M. - Piselli A. - Piselli M.)

## MAGGIO

2 mar Martedì CAI  
 6 sab Alpinismo Giovanile  
 6-7/5 Cicloescursionismo  
 7 dom Speleo  
 13-20/5 Sardegna-Umbria  
 14 dom Alpinismo giovanile

Val d'Orcia, percorso del gladiatore (Barbetti - Pisello)  
 Quarta lezione teorica corso base AG (Marani - Baldassarri)  
 Coste e promontori della Toscana (Lucaroni - Pettirossi - Francisci - Biancucci)  
 Grotta dei 5 laghi (Franzoni - Barbieri - Gomez)  
 Tacchi e tonneri dell'Ogliastra (Margaritelli - Ragni - Deiana)  
 Arrampicata in falesia (Marani - Baldassarri)

14 dom	Azimut	Creste del Catria (Gentili – Savino – Falcinelli)
14 dom	Escursionismo	Monti Tolagna e Cicolletta (Cancelli)
16 mar	Martedì CAI	Andar per eremi: Camaldoli (Grassellini – Zappelli – Saioni – Cardinali)
21 dom	Gatti del Tezio	Vie Lunghe (Geri – Baldassarri)
21 dom	Montagnaterapia	Cascate Menotre, eremo S. Maria Giacobbe (Cecchini-Ascani-Cecilia-Giubboni-Vinti)
21 dom	Escursionismo	Monte Aspra dal Salto del Cieco (Ciaccio – Miccio)
21 dom	Cicloescursionismo	Colfiorito, Monte Pennino, Bocchetta della Scurosa (Cangi - Biancucci)
26-28/5	Gruppi vari	Multidisciplinare intersezionale con Foligno nelle Apuane (Franzoni - Biancucci Antonini - Sbaragli)
28 dom	Escursionismo	Lago della Duchessa, cammino dei Briganti (De Angelis - Biaoletti)
30 mar	Martedì CAI	Monte Petrano (Alessandri – Cerquiglini – Pisello)
<b>GIUGNO</b>		
3 sab	Alpinismo giovanile	Raduno regionale (Marani – Giornelli – Baldassarri)
4 dom	Comitato regionale	Raduno regionale CAI a Orvieto
6 mar	Martedì CAI	Monti di Gubbio: Monte Foce e Gole del Bottaccione (Meschini - Tovani - Barberini)
10 sab	Cicloescursionismo	Da Perugia a Città di Castello lungo il Tevere (Biancucci)
11 dom	Escursionismo	Monte Lieto ad anello (Majorana - Biaoletti - Valentini)
17 sab	Alpinismo Giovanile	Quinta lezione teorica Corso Base AG (Delunghi – Bernet)
20 mar	Martedì CAI	Tramonto al solstizio da Cima Gosparini (Pisello – Alessandri)
25 dom	Azimut	Direttissima Gran Sasso (Gentili – Falcinelli – Cecchini – Barbalata)
25 dom	Montagnaterapia	Fiorita di Castelluccio (Ascani – Cecilia – Giubboni - Vinti)
25 dom	Escursionismo	Da Casali al Pizzo Berro (Biaoletti - Valentini - Majorana)
25 dom	Cicloescursionismo	Giornata Sentiero Italia CAI (Biancucci)
29/6 - 2/7	Alpinismo giovanile	Accantonamento: la magia dell'andar per monti (Marani - Giornelli - Baldassarri)
<b>LUGLIO</b>		
1 sab	Azimut	Notturna al Monte Vettore intersezionale CAI Fabriano (Cecchini – Cecilia – Farinelli Biaoletti - Piselli A.)
4 mar	Martedì CAI	Monte Catria (Meschini – Castellani – Franco)
8-9/7	Cicloescursionismo	Monti della Laga, Intersezionale con CAI Amandola (Grazzi - Biancucci)
9 dom	Escursionismo	Parco nazionale foreste casentinesi (De Angelis)
9 dom	Speleo	La Forra di Rio Freddo (Franzoni – Barbieri)
12-16/7	Azimut	Civetta, Pelmo, Sasso di Bosconero (Sbaragli - Bellucci - Savino - Gaggioli)
15 sab	Cicloescursionismo	Lago Trasimeno - Montegualandro (Lucaroni - Pettirossi - Francisci - Biancucci)
16 dom	Escursionismo	Le cinque cime (Biaoletti – Valentini – Majorana)
16 dom	Alpinismo Giovanile	A spasso per i Sibillini (Marani – Giornelli)
18 mar	Martedì CAI	Monte Cucco: lo Spicchio (Grassellini - Cardinali - Saioni - Zappelli)
22-23/7	Alpinismo Giovanile	Due giorni in grotta (Marani. Giornelli)
23 dom	Cicloescursionismo	Monte Peglia da Prodo (Meschini - Marinelli - Biancucci)
23 dom	Montagnaterapia	Lago di Fiastra e Lame Rosse (Cecchini-Ascani-Cecilia-Giubboni-Vinti)
23 dom	Escursionismo	Lago di Pilato da Foce (Biaoletti - Valentini - Majorana)
27-30/7	Gatti del Tezio	Alpinismo sul Brenta (Geri - Baldassarri)
<b>AGOSTO</b>		
2-6/8	Azimut	Alta Via del Granito e Giro del Zimon (Barbalata - Calabrese - Cipriani - Grazzi)
6 dom	Escursionismo	La Via dei pastori (Ragni – Menghini)
8 mar	Martedì CAI	I Sibillini di tutti: Val di Canatra, Poggio Croce (Pisello - Meschini - Cerquiglini - Franco)
12 sab	Martedì CAI	I Sibillini di tutti: Vettore da Forca di Presta (Pisello - Meschini - Cerquiglini - Franco)
19 sab	Martedì CAI	I Sibillini di tutti: Monte Castel Manardo (Pisello – Meschini – Cerquiglini – Franco)
20 dom	Azimut	Vettore e creste del Torrione (Biaoletti)
22 mar	Martedì CAI	I Sibillini di tutti: Monte Macchia Alta dalle Cese (Grassellini – Franco - Meschini – Pisello - Cardinali)
23-27/8	Gatti del Tezio	Alpinismo sul Monviso (Pecetti)
24 gio	Azimut	Notturna al Macaco (Cecchini – Cecilia – Biaoletti – Chiesa – Falcinelli)
26 sab	Alpinismo giovanile	Trek-a-bestia (Marani – Bernet)

27/8-1/9	Escursionismo	Escursioni in Valsavarenche (Valentini – Baioletti)
<b>SETTEMBRE</b>		
1-3/9	Azimut	Ferrate al Gran Sasso – Intersezionale con CAI Roma (Sbaragli)
2-3/9	Alpinismo Giovanile	Due giorni tra rocce, sentieri e cieli stellati (Marani – Baldassarri)
3 dom	Azimut	Prata, Porche, Vallelunga e Sibilla (Cecchini – Baioletti – Cecilia – Chiesa)
3 dom	Cicloescursionismo	Ciclabile Assisi-Spoleto (Lucaroni - Pettirossi - Francisci - Biancucci)
4-6/9	Martedì CAI	Il Gran Sasso e il suo Territorio – Intersezionale con CAI Aquila (Franco – Biagioli – Meschini – Zappelli)
10 dom	Azimut	Anello del Monte Corvo (Majorana – Bigozzi – Chiesa)
10 dom	Speleo	Grotta di Faggeto Tondo (Franzoni – Bussolati)
10 dom	Escursionismo	Anello Puntone di Scarlino (Diosono - Cardinali)
10 dom	Cicloescursionismo	Monte Ginezzo da Gosparini (Cittadini - Biancucci)
12 mar	Martedì CAI	“Ci ritorni in mente” tra le distese azzurre e le verdi terre (Bambini – Biagioli – Pisello)
16-17/9	Cicloescursionismo	Cammino d’Etruria, intersezionale con CAI Bologna, Livorno, Sesto F. (Biancucci)
17 dom	Montagnaterapia	Monte Cucco (Cecchini-Ascani-Cecilia-Giubboni-Vinti)
21 gio	Speleo	48° Corso di introduzione alla speleologia (Franzoni – Barbieri)
23 sab	Alpinismo Giovanile	Mountain bike (Marani - Giornelli - Bernet)
24 dom	Escursionismo	Tolagna in traversata da Dignano a Rasenna (Bambini – Mercuri – Grassellini)
26 mar	Martedì CAI	Sasso di Pale (Franco – Biagioli – Meschini – Bambini)
30/9-1/10	Gatti del Tezio	Alpinismo sul Gran Sasso (Geri – Baldassarri)
<b>OTTOBRE</b>		
1-6/10	Escursionismo	Autunno in Piemonte (Tierì – Valentini)
1 dom	Cicloescursionismo	I sette castelli di Anghiari (Meschini - Marinelli - Biancucci)
3 mar	Martedì CAI	Le Lame Rosse (Giubboni – Ascani – Zappelli)
7 sab	Cicloescursionismo	Valnerina, intersezionale con CAI Terni (Piselli - Biancucci)
8 dom	Azimut	San Vittore e Val Rapara - Intersez. con CAI Fabriano (Cecchini M. - Piselli M. - Piselli A.)
13-15/10	Azimut	Foliage e cascate autunnali: due escursioni nella Laga, versante teramano (Majorana – Biondo – Chiesa – Bellucci)
14 sab	Gatti del Tezio	Argentario: Canne d’organo (Baldassarri - Sbaragli)
15 dom	Montagnaterapia	Bosco di Torre Colombaia (Cecchini - Ascani - Cecilia - Giubboni - Vinti)
15 dom	Escursionismo	Foliage e tre cime nel gruppo del Velino (Cancelli)
17 mar	Martedì CAI	Trek urbano a Spoleto e castagnata alla Caprareccia (Zappelli - Bambini - Franco)
21 sab	Escursionismo	Alla ricerca del foliage in Appennino – Intersezionale con CAI Amandola (Grazzi)
22 dom	Alpinismo giovanile	Lago di Bracciano e museo dell’Aeronautica (Giornelli – Zurli)
22 dom	Azimut	Monte Maggio: da Rocchetta alla Valle Tema (Sbaragli – Fisauli – Plaz)
29 dom	Escursionismo	Da Panicale a Città della Pieve tra i paesaggi del Perugino (Bambini – Ricci D.)
31 mar	Martedì CAI	Colline castelli del Chianti (Barbetti – Tovani – Castellani)
<b>NOVEMBRE</b>		
11 dom	Escursionismo	Grande anello di Montelabate (Bambini – Bellezza)
11-12/11	Cicloescursionismo	Foreste Casentinesi (Giorgetti - Biancucci - Battistoni)
14 mar	Martedì CAI	Foliage da Armenzano (Bambini – Rosignoli)
18 sab	Cicloescursionismo	Perugia in bici, girovagando fra santi patroni, chiese e vestigia degli antichi rioni (Mazzasette – Biancucci)
19 dom	Alpinismo giovanile	Giornata con i genitori (Marani – Giornelli – Baldassarri)
19 dom	Montagnaterapia	Le Mole di Narni (Cecchini – Ascani – Cecilia – Giubboni - Vinti)
19 dom	Speleo	Perugia sotterranea (Franzoni)
28 mar	Martedì CAI	Monte Cetona (Franco – Biagioli – Pochini - Meschini)
<b>DICEMBRE</b>		
5 mar	Martedì CAI	I luoghi della battaglia di Annibale e Monte Gualandro (Barbetti - Pochini – Pisello)
8 ven	Direttivo	Giornata di fine attività
10 dom	Montagnaterapia	Perugia vecchia (Deruta) (Cecchini – Ascani – Cecilia – Giubboni - Vinti)
19 mar	Martedì CAI	“Assisi by night” tra luci e atmosfere natalizie (Bambini - Moriconi)