



## **Regolamento ad uso dei partecipanti alle escursioni sociali**

### **PROGRAMMA ANNUALE**

La Commissione Escursionismo della Sezione Ligure del CAI predispone un programma annuale di uscite collettive in montagna, di difficoltà compresa tra l'escursionismo turistico e l'alpinismo facile (difficoltà T, E, EE, EAI, EEA), ciascuna organizzata e condotta da due o più dei suoi componenti.

### **AMMISSIONE ALLE ESCURSIONI SOCIALI**

Sono ammessi a partecipare i **soci del CAI e di altre associazioni aderenti all'UIAA**, di ambo i sessi, di età superiore a 16 anni, **in regola con il pagamento della quota sociale**. Ai soci della Sezione Ligure ed in subordine ai soci delle sue Sottosezioni è riservata la priorità di iscrizione.

### **IDONEITA' FISICA**

A discrezione del direttore di escursione, tenuto conto della difficoltà dell'escursione, dell'età del partecipante o di altri elementi rilevanti, può essere richiesta certificazione scritta di idoneità fisica ad attività sportiva non agonistica. Per uscite che raggiungano quote superiori ai m. 3000 o con dislivelli superiori ai 1000 metri, il direttore di escursione può disporre verifiche più accurate in tal senso.

### **LIMITAZIONI ALLA PARTECIPAZIONE**

Per motivi di logistica e/o sicurezza potranno essere fissati limiti minimi o massimi al numero di partecipanti. I partecipanti ad uscite classificate T ed E non sono soggetti a limitazioni o verifiche di carattere tecnico, ma verrà tenuto conto del loro grado di allenamento. Le uscite classificate EE, EAI, EEA **possono essere limitate** a quei soci la cui specifica idoneità risulta dalla proficua partecipazione **ai corsi organizzati e condotti secondo le specifiche normative del CAI**. Sarà tuttavia **facoltà del Direttore di escursione** ammettere i soci che ritenga affidabili pur non avendo frequentato i suddetti corsi. E' altresì facoltà del Direttore di escursione rifiutare l'iscrizione di un socio che, a suo insindacabile giudizio, non sia ritenuto idoneo a partecipare all'escursione.

Fermo restando il diritto del Direttore di escursione di valutare l'idoneità del socio alla partecipazione all'escursione sociale, si precisa che il partecipante all'escursione deve informarsi preventivamente sulle caratteristiche e sulle difficoltà dell'escursione alla quale intende partecipare e valutare personalmente se tali difficoltà sono compatibili con il suo grado di allenamento e preparazione tecnica. I minori di 18 anni possono partecipare solo se accompagnati o muniti di autorizzazione tutoria.

### **NORME COMPORTAMENTALI**

Ogni partecipante è **tenuto** ad osservare tutte le **disposizioni impartite** dall'organizzazione ed in particolare dal **Direttore di escursione**; non può allontanarsi dal gruppo del quale fa parte senza darne avviso all'accompagnatore, specificando temporaneità e motivo.

### **ATTREZZATURA MINIMA E OBBLIGATORIA**

Per partecipare alle uscite classificate EAI è obbligatorio l'uso dell'ARTVA, pala e sonda come da direttive dello SVI del CAI.

I partecipanti all'escursione debbono essere provvisti di adatte calzature (basilare la pedula da trekking), di giacca a vento, razionale sacco da montagna, e comunque, di equipaggiamento consono al tipo di escursione programmata. Al neo socio, alle prime esperienze, potrà essere richiesto di esibire preventivamente il suo equipaggiamento al Direttore di escursione che, in caso di non conformità, potrà rifiutare l'iscrizione.

I partecipanti alle uscite EE, EAI, EEA devono possedere personalmente scarponi idonei alla progressione su terreno anche innevato ed ogni altro attrezzo utile e necessario per il buon esito dell'uscita e che sarà indicato di volta in volta. In caso di carenze significative potrà essere rifiutata l'iscrizione.

Il partecipante all'escursione è tenuto a verificare personalmente e sotto la propria esclusiva responsabilità l'idoneità ed il buono stato manutentivo dell'equipaggiamento individuale e della propria attrezzatura. Relativamente all'attrezzatura per la progressione (es. ramponi, set da ferrata, ecc...) il partecipante all'escursione è tenuto a conoscerne le corrette modalità di utilizzo. Per le uscite classificate EEA (sentieri attrezzati/vie ferrate), è obbligatorio l'uso di materiali adeguati e dotati dell'omologazione richiesta secondo le norme previste dal CAI Centrale.

### **QUOTA DI PARTECIPAZIONE**

Ogni escursione prevede una quota di partecipazione di **euro 1,00** a copertura delle spese organizzative. Tale quota di partecipazione deve essere corrisposta al direttore dell'escursione il giovedì precedente o il giorno stesso dell'escursione.



## PROGRAMMA DETTAGLIATO DELL'ESCURSIONE ED ISCRIZIONE

Il programma dettagliato dell'escursione verrà tempestivamente esposto in sede, oltre ad essere solitamente consultabile sul sito web della Sezione ([www.cailiguregenova.it](http://www.cailiguregenova.it)). L'iscrizione dovrà avvenire **di norma** durante la riunione preparatoria dell'escursione che si effettua in sede alla sera del giovedì precedente l'escursione stessa. In tale occasione verrà versata la quota di partecipazione e dovrà essere fornito al Direttore di escursione il recapito telefonico e data comunicazione dell'eventuale disponibilità di autovettura. Il Direttore di escursione **potrà richiedere di visionare la tessera** del socio, e potrà rifiutare l'iscrizione al socio che non esibirà la tessera sociale o al socio non in regola con il pagamento della quota associativa.

Occorre precisare che il Direttore di escursione, dopo aver dato ogni informazione relativa allo svolgimento dell'attività sociale, compreso l'itinerario automobilistico per raggiungere la meta di partenza, **non è in alcun modo tenuto ad organizzare gli spostamenti dei singoli partecipanti** alla stessa, anche se è consuetudine della Sezione offrire un minimo di organizzazione delle trasferte. Nel caso per gli spostamenti siano utilizzate auto private dei partecipanti all'escursione, è buona norma che i partecipanti dividano le spese secondo quanto concordato dall'equipaggio della singola vettura. Il riferimento per il rimborso chilometrico è di 0,20 euro, al quale si sommano le eventuali spese autostradali.

La partecipazione alla riunione organizzativa è **obbligatoria**; chi fosse impossibilitato/a a presenziare alla riunione ha l'obbligo di contattare **personalmente** il Direttore di escursione, il quale ha **facoltà di accettare o meno l'iscrizione**. Non saranno accettate iscrizioni posteriormente al venerdì precedente l'escursione.

## ESCURSIONI DI PIU' GIORNI

Le modalità organizzative e di iscrizione all'escursione, nonché la quantificazione dell'eventuale caparra ed il termine di versamento, spettano al Direttore di escursione, che ha il compito di darne tempestiva informazione in Sezione e sul sito web. Eventuali spese di soggiorno e di viaggio saranno conteggiate a parte. Nessuna iscrizione è ritenuta valida se non accompagnata dal contestuale pagamento della caparra di volta in volta precisata. In caso di rinuncia detta caparra sarà trattenuta a copertura delle spese, ed eventualmente potrà essere trasferita a favore di un altro socio subentrante.

## Copertura assicurativa

Il socio CAI che partecipa ad una escursione organizzata dalla Commissione di Escursionismo della Sezione Ligure gode delle seguenti coperture assicurative:

### ASSICURAZIONE PER IL SOCCORSO ALPINO

Consente l'eventuale rimborso delle spese sostenute per le operazioni di ricerca, salvataggio e/o recupero in caso di incidente in montagna. In particolare, le spese di intervento dell'elicottero e delle squadre di soccorso composte da guide alpine e volontari del CNSAS. L'assicurazione è operante a favore **di tutti i soci CAI in regola con il pagamento della quota associativa**, e cioè:

- per il nuovo socio, dal giorno del ritiro della tessera
- per il socio che rinnova l'iscrizione, fino al 31 marzo dell'annualità successiva, dopo tale data l'assicurazione rimane sospesa fino al giorno del pagamento del bollino

### ASSICURAZIONE INFORTUNI

Garantisce l'assicurazione in caso di infortunio subito durante lo svolgimento di attività sociale di carattere escursionistico, per il **socio in regola con il pagamento della quota di iscrizione**. L'assicurazione infortuni viene attivata automaticamente **al momento del pagamento della quota associativa**.

La validità, secondo le tabelle redatte dal CAI Centrale, dell'assicurazione infortuni è:

- **per il nuovo socio**, dal giorno del ritiro della tessera;
- **per il socio che rinnova l'iscrizione**, fino al 31 marzo dell'annualità successiva;
- **in caso di mancato rinnovo entro il 31 marzo**, l'assicurazione rimane sospesa fino al giorno del pagamento del bollino.

**Per i soci iscritti** la nuova assicurazione infortuni sarà valida fino al 31/03 dell'anno successivo. Il Direttore di escursione ha facoltà di richiedere in visione la tessera di chi richiama di partecipare all'escursione sociale, per verificare la validità della copertura assicurativa. Questa assicurazione è fornita dal CAI Sede Centrale ed i relativi indennizzi e scadenze si possono trovare sul sito <http://www.cai.it> alla voce "Assicurazioni".

Per i **non soci Cai** si seguono le indicazioni del CAI Nazionale in vigore alla data di effettuazione dell'escursione.



## Scala Difficoltà Escursionistiche

**T (turistico)** Itinerari su stradine, mulattiere o comodi sentieri, con percorsi ben evidenti e che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Si svolgono in genere sotto i 2000 metri e costituiscono di solito l'accesso ad alpeggi o rifugi. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.

**E (escursionistico)** Itinerari che si svolgono quasi sempre su sentieri, oppure su tracce di passaggio in terreno vario (pascoli, detriti, pietraie), di solito con segnalazioni; possono esservi brevi tratti pianeggianti o lievemente inclinati di neve residua, quando, in caso di caduta, la scivolata si arresta in breve spazio e senza pericoli. Si sviluppano a volte su terreni aperti, senza sentieri ma non problematici, sempre con segnalazioni adeguate. Possono svolgersi su pendii ripidi; i tratti esposti sono in genere protetti (barriere) o assicurati (cavi). Possono avere singoli passaggi su roccia, non esposti, o tratti brevi e non faticosi né impegnativi grazie ad attrezzature (scalette, pioli, cavi) che però non necessitano l'uso di equipaggiamento specifico (imbragatura, moschettoni, ecc.). Richiedono un certo senso di orientamento, come pure una certa esperienza e conoscenza del territorio montagnoso, allenamento alla camminata, oltre a calzature ed equipaggiamento adeguati

**EE (escursionisti esperti)** Itinerari generalmente segnalati ma che implicano una capacità di muoversi su terreni particolari. Sentieri o tracce su terreno impervio e infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, o misti di rocce ed erba, o di roccia e detriti). Terreno vario, a quote relativamente elevate (pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento, ecc.). Tratti rocciosi, con lievi difficoltà tecniche (percorsi attrezzati, vie ferrate fra quelle di minor impegno). Rimangono invece esclusi i percorsi su ghiacciai, anche se pianeggianti e/o all'apparenza senza crepacci (perché il loro attraversamento richiederebbe l'uso della corda e della piccozza e la conoscenza delle relative manovre di assicurazione). Necessitano: esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente

**EEA (escursionisti esperti con attrezzatura)** Percorsi attrezzati o vie ferrate per i quali è necessario l'uso dei dispositivi di autoassicurazione (imbragatura, dissipatore, moschettoni, cordini) e di equipaggiamento di protezione personale (casco, guanti)

- **F (ferrata Facile)** Sentiero attrezzato poco esposto e poco impegnativo con lunghi tratti di cammino. Tracciato molto protetto, con buone segnalazioni, dove le strutture metalliche si limitano al solo cavo o catena fissati per migliorare la sicurezza
- **PD (ferrata Poco Difficile)** Ferrata con uno sviluppo contenuto e poco esposta. Il tracciato è di solito articolato con canali, camini e qualche breve tratto verticale, facilitato da infissi come catene, cavi, pioli o anche scale metalliche
- **D (ferrata Difficile)** Ferrata di un certo sviluppo che richiede buona preparazione fisica e buona tecnica. Il tracciato è spesso verticale ed in alcuni casi supera anche qualche breve strapiombo, molto articolato, con lunghi tratti di esposizione; attrezzato con funi metalliche e/o catene, pioli e/o scale metalliche

**EAI (escursionismo in ambiente innevato)** Itinerari in ambiente innevato che richiedono l'utilizzo di racchette da neve, con percorsi evidenti e riconoscibili, con facili vie di accesso, di fondo valle o in zone boschive non impervie o su crinali aperti e poco esposti, con dislivelli e difficoltà generalmente contenuti che garantiscano sicurezza di percorribilità

## Scala difficoltà dei percorsi per il Ciclo Escursionismo

**TC (turistico)** percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile

**MC (per cicloescursionisti di media capacità tecnica)** percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole

**BC (per cicloescursionisti di buone capacità tecniche)** percorso su sterrate molto sconnesse o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici)

**OC (per cicloescursionisti di ottime capacità tecniche)** come sopra ma su sentieri dal fondo molto sconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli

**EC (massimo livello per il cicloescursionista)** percorso su sentieri molto irregolari, caratterizzati da gradoni e ostacoli in continua successione, che richiedono tecniche di tipo trialistico

Per "sconnesso" si intende un fondo non compatto e cosparso di detriti; si considera "irregolare" un terreno non scorrevole segnato da solchi, gradini e/o avvallamenti. Alle sigle può essere aggiunto il segno + se sono presenti tratti significativi con pendenze sostenute.

Per descrivere l'aspetto di impegno tecnico: sigla/sigla (una sigla per salita ed una per la discesa)