

Cartografia: un volume escursionistico, da solo, molte volte non è sufficiente ad affrontare e percorrere tutte le proposte escursionistiche presentate. Tutti gli itinerari fanno riferimento alle mappe dei sentieri 1:50 000 presenti nella guida. È consigliabile abbinare al testo una **carta dei sentieri** in scala 1:15 000. Per gli itinerari più difficili o poco frequentati è consigliabile portare e saper leggere un altimetro ed una bussola.

Periodo: gli itinerari presentati vanno effettuati nei mesi indicati nel periodo evidenziato senza sottovalutare la montagna.

Difficoltà: tutti i percorsi vengono classificati secondo la loro difficoltà in relazione allo standard nazionale adottato dal CAI.

Segnaletica: nell'area presentata la mappa sentieristica è eterogenea formata principalmente da sentieri curati dal CAI con segnaletica bianco/rossa e giallo/rossa. Nel caso l'itinerario si svolgesse su neve, su strada asfaltata oppure al di fuori del sentiero segnato, nella cartografia o nella guida ne viene data opportuna indicazione.

Tempo A.R.: tutti gli itinerari presentati vengono testati e percorsi con passo corto (medio/lento), in gruppo (2 persone) e con buone condizioni meteorologiche. I tempi sono stati calcolati considerando soltanto le brevi pause (3/5 minuti per bere e scattare alcune foto). Non vengono prese in considerazione

soste maggiori per snack, ristoro o pause nei rifugi. Ricordiamo che il tempo di percorrenza è fortemente condizionato dal meteo e dalla propria preparazione fisica.

Partenza, Arrivo: il luogo dove inizia (partenza) e finisce (arrivo) l'itinerario. Se è un anello la partenza coincide con l'arrivo.

Dislivello: indica la differenza di quota che esiste tra il punto più basso e quello più alto incontrati lungo l'intero percorso.

Riassumendo: indicazione sintetica che riassume l'itinerario.

SEGNALETICA DEI SENTIERI

Segnaletica Verticale: su supporti in legno/ferro..

Tabella Segnavia: indica la direzione della località di destinazione del sentiero ed il tempo necessario a raggiungerla.

Tabellone o Pannello d'Insieme: rappresenta l'insieme dei sentieri inquadrati anche dal punto di vista geografico, storico e topografico.

Segnaletica Orizzontale: evidenziata su sassi, rocce, alberi, indica la continuità del sentiero.

Segnavia bianco/rossa: indica la continuità del sentiero, usato anche per il Sentiero Italia.

Segnavia rosso/giallo: continuità del percorso.

Bollo: indica la continuità del percorso, ascensioni in vetta e passaggi su roccia.

Ometto di pietra: indica la continuità del sentiero o la vetta.

Picchetto segnavia: indica la continuità del sentiero su zone prive di segni di riferimento.

Soccorso Alpino



Lazio

TECHNOPRESS®

IL SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO

Il Club Alpino Italiano (CAI) ha, al suo interno, un servizio di soccorso che si avvale del Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico (CNSAS). Questo é costituito da 25 delegazioni alpine e 12 delegazioni speleologiche con piú di 6.000 volontari che ne fanno parte attivamente. Il servizio del CNSAS raggiunge un ampio arco territoriale dalle Alpi all'Appennino, isole comprese. Ogni delegazione ha un proprio numero telefonico per le richieste di soccorso. Nel territorio montano la maggior parte dei rifugi privati e di proprietà del CAI, hanno una rete di telefoni e ponti radio per esclusive chiamate di emergenza al Soccorso Alpino. I volontari e tecnici del CNSAS sono spesso chiamati ad azioni di emergenza e recupero feriti in condizioni estreme o in zone impervie dove occorre molta esperienza ed allenamento. A tale proposito all'interno del CNSAS ci sono le scuole regionali di formazione dove ogni volontario ne prende parte attivamente. A tale proposito ricordiamo la Scuola Regionale Tecnici CNSAS Lazio con un organico molto attivo e coordinata da professionisti di alto rilievo alpinistico. Diretta da Maurizio Sola, figura autorevole del Club Alpino e della montagna reatina nonché istruttore di alpinismo, membro direttivo del soccorso alpino e gestore del Rif. Angelo Sebastiani sui Monti Reatini.

NUMERI PER RICHIESTA SOCCORSO

Riportiamo di seguito i numeri da effettuare telefonicamente per la richiesta di soccorso in montagna nell'intero territorio nazionale.

REGIONE	N. VERDE	ALTRI NUMERI
01) VALLE D'AOSTA	118	0165.238222
02) PIEMONTE	118	
03) LOMBARDIA	118	
04) TRENTINO	118	
05) ALTO ADIGE	118	
06) VENETO	118	
07) FRIULI	118	040.327205
08) LIGURIA	118	336.689316
09) EMILIA ROMAGNA	118	800.848088
10) TOSCANA	118	
11) MARCHE	118	
12) UMBRIA	118	0744.425078
13) LAZIO	118	
14) CAMPANIA	118	081.5515950
15) ABRUZZO	800.258239	
16) MOLISE	118	337.827929
17) PUGLIA	118	0874.66500
18) BASILICATA	118	0973.612002
19) CALABRIA	118	339.1916666
20) SICILIA	117	095.914141
21) SARDEGNA	118	

SVIZZERA E CANTON TICINO

Per la Svizzera e Canton Ticino e per i territori confinanti, la REGA (Guradia Aerea Svizzera) é l'organo di vigilanza ed assistenza al soccorso aereo alpino. Il numero per le chiamate di soccorso é **1414** nelle zone raggiunte dal servizio, oppure **+49.333.333.333** per le altre.

SEGNALI CONVENZIONALI



SI
Segnalazione affermativa.
Abbiamo bisogno di soccorso.
Atterrare qui.



NO
Segnalazione negativa.
Non abbiamo bisogno di soccorso.
Non atterrare qui.

Lascia sempre detto al gestore del rifugio o a qualcuno di tua fiducia il sentiero o l'itinerario che prevedi di percorrere.

E' d'obbligo a chiunque intercetti segnali di soccorso di avvertire al piú presto la stazione radio o il rifugio piú vicino.

CHIAMATA DI SOCCORSO

Dove?

Indicare il luogo dell'incidente

Cosa?

è successo e quando

Quanti?

sono i feriti

Quali?

sono i disturbi o lesioni

Chi?

chiede aiuto (nome),
da dove (luogo), possibilità
di richiamata da parte dei
soccorritori (telefono)

