



## Un mese ... in Bianco

Niente paura : nel titolo non si nasconde alcun cattivo auspicio e neanche un invito ad una alimentazione "leggera". Ne' tantomeno auguriamo astinenze di qualsivoglia genere.

Il mese di febbraio è infatti caratterizzato dalle escursioni con le ciaspole: due ghiotte opportunità non sfuggiranno di certo agli appassionati di neve, freddo, candidi panorami e (ebbene sì) faticosi passi sprofondanti.

Come potrete notare non abbiamo ignorato le esigenze dei più

"pigri" offrendo loro un notevole ventaglio di opportunità.

I venerdì riprenderanno a pieno ritmo con un ricco e variegato programma.

Ci preme evidenziare che, già da questi primi giorni dell'anno, si è manifestato un grande entusiasmo intorno alle "CAT-iniziativa".

Sarà forse la crisi che ci spinge a dare nuovamente valore alle cose che contano ?

Se così è, ben venga questa stramaledetta crisi. Se questa è la strada per apprezzare nuovamente i rapporti umani, le cose semplici

e naturali allora è forse vero che non tutti i mali vengono per nuocere.

... ritrovarsi insieme in un bosco a condividere freddo e stanchezza (sulla fame siamo più organizzati !) aiuta a crescere insieme e a rinsaldare i rapporti di amicizia.

Il grande Albert Einstein ha scritto : "La crisi è la più grande benedizione per le persone e le nazioni, perché la crisi porta progressi. La creatività nasce dall'angoscia come il giorno nasce dalla notte oscura. E' nella crisi che sorge l'inventiva, le scoperte e le grandi strategie. Chi supera la crisi supera se stesso senza essere 'superato' ".

E noi del CAT ci stiamo attrezzando !

### Sommario

Un mese...in bianco	1
Venerdì in sede	2
Il programma escursionistico di Febbraio	3
Anteprima di Marzo	4



3



**Puglia e cinema**  
a cura di Piero Campanale

10

**“SURVIVAL”**  
a cura di **Luca BALDASSARRA**  
Istruttore di sopravvivenza AAMM



17



**Carnevale soft**  
*“ Chiacchiere “ , musica e poesia.*  
Una serata tra amici , leggendo le “ **vostre poesie** “ , sorseggiando del vino ,  
cullati dalla robusta voce di Fabio. Inizio serata ore 21,00 .  
**NB: portare con se' chiacchiere, torte, dolcetti, prosecco...**

24

**Diaproiezione**  
**ISRAELE E TERRE DI PALESTINA**  
a cura di **Ugo Armeno e Nino Scattarelli**

**DA RICORDARE**

**DA RICORDARE**

**DA RICORDARE**

- **LE PRENOTAZIONI DI TUTTE LE ESCURSIONI DOMENICALI, VERRANNO ACCETTATE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE ENTRO IL VENERDI' PRECEDENTE**
- **17-18 marzo Parco della Cessuta - Iscrizione entro 10 marzo**
- **7-9 aprile : PASQUA in Aspromonte - Iscrizione entro 9 marzo**
- **4-11 agosto : CERVINO - Iscrizione entro 28 febbraio**

**LEGENDA**



T = Turistico  
E = Escursionistico  
EE = Escursionisti Esperti  
EEA = Escursionisti Esperti con Attrezzatura

**CONTATTI CT**

<b>CORRADO</b>	<b>338 309 72 58</b>
<b>FRANCESCA</b>	<b>345 296 70 09</b>
<b>PIERO</b>	<b>334 301 28 49</b>
<b>ROCCO</b>	<b>334 898 75 70</b>
<b>VINCENZO</b>	<b>331 311 51 25</b>
<b>VITO</b>	<b>334 301 26 75</b>

Gli appuntamenti e le partenze sono sempre, salvo diversa segnalazione, presso l'Alter Discount di Viale Borsellino e Falcone a Bari.

## Il Programma Escursionistico di Febbraio

<b>Dom. 5</b>		<b>Ciaspole sul Monte Raparo (PZ)</b>	<i>CT Vincenzo</i>
Lunghezza	11	<p>Meta della ciaspolata, è la vetta del monte Raparo, bella e solitaria montagna della val d'Agri la cui altezza raggiunge i 1761 metri. Il percorso, si snoda interamente su una lunga pista forestale che porta fino in cima, dalla quale, in condizioni di buona visibilità, è possibile godere di panorami di grande respiro. L'escursione non presenta particolari difficoltà; è tuttavia richiesta una buona capacità al passo prolungato in condizioni d'innevamento e un certo adattamento a situazioni climatiche invernali di media-alta quota. Colazione al sacco. <b>Affrettatevi per noleggiare le ciaspole di gruppo.</b></p>	
Dislivello	+500		
<b>GIORNALIERA</b>			
Partenza	7,00		
Difficoltà	E		
<b>Dom. 12</b>		<b>AQP Sentiero della Stella (BA)</b>	<i>CT Piero</i>
Lunghezza	16	<p>Percorso di andata quasi integralmente sulla sterrata del canale Acquedotto Pugliese, con tratti bitumati al rientro, lambendo il gioiello federiciano di Castel del Monte, attraversando la stepposa Murgia, ricca di pascoli, lembi boscosi di roverella, iazzi e magnifiche masserie, accompagnati da un panorama che spazia dal mare al Gargano. Pranzo a sacco.</p> <p>Pomeriggio possibile visita del centro storico di Ruvo di Puglia</p>	
Dislivello	+150		
<b>GIORNALIERA</b>			
Partenza	8,00		
Difficoltà	E		
<b>Dom. 19</b>		<b>Ciaspole sul Monte Calvelluzzo (PZ)</b>	<i>CT Corrado</i>
Lunghezza	10	<p>E' da tanto tempo che ci mancava una bella "invernale" sul Calvelluzzo !! Ripidi dislivelli intervallati da numerosi saliscendi ci porteranno sul bellissimo crinale da cui è possibile godere di un ampio panorama. La conformazione del monte farà sì che, con molta probabilità, la temperatura sarà abbastanza fredda; molti ricorderanno gli oltre -20° di qualche anno fa in vetta. Una ripidissima discesa ci porterà su una comoda sterrata che ci accompagnerà lentamente al punto d'arrivo. Colazione al sacco. <b>Affrettatevi per noleggiare le ciaspole di gruppo</b></p>	
Dislivello	+500		
<b>GIORNALIERA</b>			
Partenza	06.30		
Difficoltà	E		
<b>Dom. 19</b>		<b>Parco Nazionale Alta Murgia : I percorsi di Sara (BA)</b>	<i>CT Nicola</i>
		Lama la Grotta, C.da Chinunno, Mass.Sant'Antonio, Grottillo	
Lunghezza	11	<p><b>Con questo itinerario diamo il benvenuto a Nicola, nostro nuovo CT.</b></p> <p>Il percorso, a tratti impegnativo, si snoda su sterrate spesso fiancheggiate da muri a secco, lungo tutto il lato NO del bosco di Mercadante, con prevalenza di conifere e con alcune splendide querce secolari presenti in Cda la Grotta. Si attraversa l'ampia vallata panoramica in Cda Chinunno, percorsa anche dall'ippovia dei Trulli e delle Murge e si svolta costeggiando i margini ad O e SO del bosco. Uno sguardo alla colonna con le antenne delle TLC di Stato e poi si procede attraverso il bosco fino a costeggiare la splendida Masseria Sant'Antonio e scendendo, lungo un ripido tratto, sul fondo di una lama. Si percorre uno stretto sentiero accidentato tra i massi fino alla Cisterna Grottillo per poi confluire sul tratto iniziale. Tempo medio di percorrenza 3,5 ore.. <b>Iscrizioni Corrado 338 3097258</b></p>	
Dislivello	+100		
<b>GIORNALIERA</b>			
Partenza	8,30		
Difficoltà	T/E		

**Dom.26****MINITREK : I tratturi d'Inverno -NOCI (BA)***CT Francesca 345 29 67 009**minitrek@catbari.it*Lunghezza **3,5**Dislivello **+200**Partenza **10,00**Difficoltà **T**

Noci è ricca di tratturi con muretti a secco, con campi seminati e animali da fattoria: questo è quello che incontreremo nella nostra fredda passeggiata. Nel pomeriggio tutti in una modernissima palestra per una lezione di arrampicata sportiva.

**Riservata a famiglie con bambini****Dom.26****Lama Balice (BA)***CT Vito*Lunghezza **10**Dislivello **+150****GIORNALIERA**Partenza **8,00**Difficoltà **T**

Il Parco naturale regionale Lama Balice è un'area protetta di 504 ettari che si estende fra i comuni di Bari e Bitonto. Il parco prende il nome da Lama Balice che, con i suoi 37 km di lunghezza costituisce una delle più lunghe lame presenti nella provincia di Bari. La lama si origina tra Ruvo di Puglia e Corato e dopo aver attraversato il territorio del comune di Bitonto termina a nord della città di Bari, presso il quartiere Fesca. Il torrente che vi scorre era un tempo chiamato *Tiflis*, normalmente in secca. Il toponimo *Balice* è invece riconducibile al latino medievale "baligium" cioè valle, come la lama è indicata già in un documento del Libro Rosso di Bitonto in cui si legge "baligium qua igitur Barium" ovvero "valle attraverso la quale si giunge a Bari". Alcuni tratti della lama sono bassi e sinuosi, mentre altri sono ripidi e presentano una stratificazione rocciosa notevole. La natura carsica del territorio è evidente per la presenza di numerose cavità naturali alle quali si aggiunsero le caverne scavate dall'uomo fra cui le cosiddette grotte di Chiancariello risalenti al paleolitico. Tutto il bacino di Lama Balice è caratterizzato da casali medievali, chiese e masserie fra cui Villa Frammarino. La lama, area di sosta per l'avifauna, presenta tratti coltivati e altri che mantengono l'originaria macchia mediterranea. Colazione al sacco

**RINNOVO QUOTA ASSOCIATIVA 2012**

Ricordiamo che il 31 dicembre scadono le iscrizioni al **CAT**. Le quote associative sono rimaste inalterate rispetto al 2011  
**40 € - rinnovo 75 € - nucleo familiare 15 € - soci 14/18 anni 55 € - nuovi soci**

**Preghiamo vivamente (anche per motivi organizzativi) di rinnovare l'iscrizione entro il 31 Gennaio**

Ricordiamo che solo per i rinnovi, è possibile effettuare bonifico al Monte Paschi di Siena con il seguente

**NUOVO conto corrente IBAN IT03E0103004012000001747190**

intestato Club Amici del Trekking - Via A. Gimma 201 - 70122 BARI

—( il conto Bancoposta è stato CHIUSO )—

**Anteprima di Marzo**

4	Parco Nazionale Alta Murgia Jazzo Attavuccio (BA)
11	Parco Nazionale del Gargano Da Mattinata a Villaggio Umbra (FG)
11	Tarantino a sorpresa (TA)
17-18	Parco della Cessuta - Madonna delle Armi (CS)
18	Minitrek:Cassano (BA) Le cisterne della foresta
25	Bosco delle Pianelle (TA) in compagnia di Speleo Trekking Salento Lecce

**CLUB  
Amici del Trekking****Sede Legale**

Via Abate Gimma, 201 70122 BARI

**Sede Sociale**Sala San Giacomo Parco Di Cagno Abbrescia  
Corso Alcide De Gasperi, 320 BARI

La Sede Sociale è aperta ai Soci e ai loro Ospiti il Venerdì dalle ore 20,30 in poi.

Fanno eccezione le iniziative a numero chiuso o riservate ai Soci.

Tel.: 080 5241079 - Fax: 080 5241491

Cell. 338 3097258

e-mail info@catbari.it

**www.catbari.it**

seguici su facebook

