



27 Gennaio 2019

CASINA DELLE CIVETTE
Nella giornata della memoria Visita di Villa Torlonia, Casina delle Civette e del Bunker di Mussolini.

Coordinatori: **Cinzia e Claudio**



10 Febbraio 2019

ANNELLA DA PORTA CAPUANA
Un pomeriggio di teatro a Napoli (Teatro Sannazzaro) per uno spettacolo esempio di autentica commedia dell'arte.

Coordinatori: **Cinzia e Claudio**



10 Marzo 2019

CASCATA DEL PICCHIO
Dislivello +400m - Lunghezza 12Km.
Una cascata che riserva la suggestione che si avverte quando si giunge in un luogo così sconosciuto, solitario ed enigmatico.

Coordinatore: **Giovanni**



7 Aprile 2019

SUTRI, ORIOLO ROMANO
Due delle mete più straordinarie della Tuscia sotto il profilo archeologico ed ambientale, monumenti unici ed eccezionali, perfettamente conservati, quasi a voler sfidare il tempo.

Coordinatori: **Cinzia e Claudio**

Barbara Fustolo
Financial Advisors
Gestione del risparmio
Previdenza

Allianz Bank
Financial Advisors
Via Lavanga, 39/47
04023 Formia (LT)
Telefono +39 0771.267805
Fax +39 0771.324449
Mobile +39 328.8644960



Giovanni GALATOLO
Posa in opera di
Pavimenti e Rivestimenti

Tel. 329.9833104



28 Aprile 2019

BASSIANO, MONTICCHIO
Dislivello +170m/-550m - Lunghezza 12Km.
Da Bassiano fino ai resti della Città di Acquapuzza, quindi fino a Monticchio da dove effettueremo un giro in canoa.

Coordinatore: **Maria Civita**



11-12 Maggio 2019

WEEK-END SUL GARGANO
Noto anche come "Sperone d'Italia", coincide con l'omonimo promontorio montuoso che si estende nella parte settentrionale della Puglia.

Coordinatori: **Cinza e Claudio**



26 Maggio 2019

VALLE DELLE FERRIERE
La Valle delle Ferriere è un luogo unico al mondo. Si raggiunge agevolmente a piedi da Amalfi, con circa un'ora di cammino. Al suo interno vi sono cascate e percorsi d'acqua.

Coordinatori: **Enza e Maria Civita**



2 Giugno 2019

GOLE DI SAN VENANZIO E SAGRA
Il fiume Aterno ha scavato nel corso dei millenni sei chilometri di gole e un suggestivo ed impervio paesaggio incastonato tra due pareti di rocce calcaree.

Coordinatore: **Giovanni**

deluca
car services

INSTALLAZIONE IMPIANTI GPL/METANO

VIA ANTONIO GRAMSCI, 6/8 - 04020 ITRI (LT)
TEL. E FAX: 0771.727366
E-MAIL: DELUCACARSERVICES@TISCALI.IT

CENTRO REVISIONI
SERVIZIO AUTOFFICINA
BOLLINO BLU
SERVIZIO GOMMISTA
ARIA CONDIZIONATA
TAGLIANDI SU AUTO NUOVE
SENZA PERDERE LA GARANZIA



LAZIO EVENTI
Tutte le Sagre, Tradizioni, Musica, Feste, Arte, Cultura, Teatro, Tradizioni, Manifestazioni e Luoghi da visitare nel Lazio

WWW.LAZIOEVENTI.COM



16 Giugno 2019

NINFA E SERMONETA
Visita al Castello di Sermoneta ed al giardino di Ninfa, eletto dal New York Yime il più romantico del mondo.

Coordinatori: **Anna e Giovanni**



30 Giugno 2019

MONTI CAVALLO
Dislivello +660m - Lunghezza 14Km.
Percorso ad anello per itinerario poco frequentato ma che permette di toccare le varie sfumature delle Mainarde.

Coordinatore: **Giovanni**



13-14 Luglio 2019

WEEK-END SULLA MAIELLA
Il primo giorno faremo le Gole di Fara San Martino con il suo famoso Eremo. Il secondo giorno una magnifica calvata di cresta lungo Monte Rotella.

Coordinatore: **Giovanni**



28 Luglio 2019

BIV. BAFILE/MONTE AQUILA
Previste due escursioni, una più facile da Campo Imperatore a Monte Aquila, una alternativa verso il bivacco Bafile attraverso l'omonima ferrata.

Coordinatore: **Giovanni**

Ro. Fi. Al. s.r.l.

AUTOFORNITURE
DISTRIBUTORE MA-FRA

Via degli artigiani, 38 - ITRI (LT)
Tel. 0771.729511 - Cell. 339.7073669
email: info@refsal.it



Bar Giovenco
di Ruggieri Maria Filomena

Via Giovenco - ITRI (LT) - Tel. 0771.729574



18 Agosto 2019

CORNO PICCOLO
Dislivello +650m - Lunghezza 7Km.
Salita sul Corno Piccolo per la ferrata Danesi, discesa per la normale.

Coordinatore: **Giovanni**



24 Agosto - 1 Settembre 2019

SETTIMANA IN CROAZIA
Settimana relax per tutti. Visiteremo il Parco Krka, i Laghi di Plitvice, Zara, Spalato, le Grotte di Postumia (Slovenia), Zagabria.

Coordinatori: **Anna e Giovanni**



8 Settembre 2019

MONTI SIRENTE
Dislivello +1200m - Lunghezza 14Km.
Salita al Monte Sirente dallo Chalet del Sirente per la Valle Lupara, in uno scenario a tratti dolomitico.

Coordinatore: **Giovanni**



22 Settembre 2019

ISOLA DI PROCIDA
Facile passeggiata in un suggestivo percorso nel piccolo gioiello colorato a mezz'ora da Napoli, paesaggi delimitati da spiagge sabbiose e rocce a picco sul mare.

Coordinatori: **Cinza e Claudio**



VIA ITALO BALBO, 147 - ITRI (LT)



EUROTTICA
Occhiali
Lenti a contatto
Stampe digitali
Gadgets con foto

ITRI - Piazza Incoronazione, 9-10 - Tel. 0771.727822
eurottica.snc@libero.it



5-6 Ottobre 2019

WEEK-END A SIENA
Alla ricerca della Spada nella Roccia! Il primo giorno visita dell'Abbazia di San Galgano e di Siena, il secondo giorno visita di San Gimignano.

Coordinatori: **Claudio e Roberto**



13 Ottobre 2019

MONTI MARSICANO
Dislivello +900m/-1200m - Lunghezza 16Km.
Da Passo Godi per una inedita salita sul Monte Marsicano, discesa lungo la salita classica fino ad Opi.

Coordinatore: **Giovanni**



27 Ottobre 2019

CIAMPATE DEL DIAVOLO, SAGRA
Le ciampate del diavolo sono il più antico esempio di tracce di esseri umani. E' considerato un sito maledetto, al termine sosta alla Sagra della Castagna di Roccamonfina.

Coordinatore: **Marco**



3 Novemebre 2019

FORI IMPERIALI
I Fori Imperiali costituiscono una serie di piazze monumentali edificate nel corso di un secolo e mezzo (tra il 46 a.C. e il 113 d.C.) nel cuore della città di Roma.

Coordinatori: **Cinzia e Claudio**



GAETA - Lungomare Caboto, 96
FORMIA - Via Appia, Loc. Santa Croce

STOSA
CUCINE

MOBILTURI
Ristrutturazione Interni

MOBILI ROMANO
Abbiamo a cuore i tuoi spazi

Centro: Leonardo Spigno Saturnia info: 392 73 48 562
Via Michele Paparella. Minturno info: 0771 65 86 49



14 Novembre 2019

MONTE META
Dislivello +750m - Lunghezza 12Km.
La Meta come non l'avete mai vista. Percorso ad anello con salita da Campitelli.

Coordinatore: **Giovanni**



15 Dicembre 2019

MONTI MUTRIA
Dislivello +550m - Lunghezza 12Km.
Finalmente il Matese! Veniva considerato un luogo sacro dagli antichi abitanti Sanniti.

Coordinatore: **Giovanni**

LEGENDA

 Gita culturale o passeggiata su sentiero agevole - adatta a tutti. (T)

 Escursione su sentiero agevole e discreto dislivello - per escursionisti. (E)

 Escursione su sentiero di montagna e discreto dislivello - per escursionisti. (E)

 Escursione impegnativa - per escursionisti allenati. (EE)

 Escursione difficile - per escursionisti esperti ed allenati. (EE - EEA)

 Terrore allo stato puro - Grande resistenza, buon allenamento ed ottima esperienza (F - PD).

 Trasporto effettuato mediante bus a noleggio.

 Trasporto effettuato mediante auto proprie.

QUOTE SOCIALI 2019
Ordinario: €20,00
Familiare: €15,00
Giovane (8-17 anni): €10,00
(per i soci del CAI di Latina è previsto uno sconto di €5,00)

Facoltative:
Assicurazione Base: €5,00
Assicurazione B1: €23,00



Elaborazioni Grafiche
Elaborazione Siti Web
Hosting Virtuali
Cloud Hosting
Server Dedicati

www.nabulab.it
Tel. 0771.1907216

ALPINISMO GIOVANILE

Ragazzi 6-17 anni

L'Alpinismo Giovanile ha lo scopo di aiutare il giovane nella crescita umana, proponendogli l'ambiente montano come modello da vivere con gioia, attraverso esperienze formative nella ricerca di un'autonomia pratica e culturale.
Questa attività proposta dal CAI mira a stimolare nei ragazzi il piacere della scoperta in prima persona dell'ambiente montano, dove possono trovare soddisfazione dei loro molteplici interessi.
Le uscite si prefiggono, come principale obiettivo, quello di portare i ragazzi ad esplorare e consolidare il loro rapporto con l'ambiente montano, mettendoli in condizione di affrontare livelli di difficoltà sempre maggiori in condizioni di assoluta sicurezza.
L'ambiente montano può essere considerato come uno straordinario terreno di gioco e conoscenza in cui poter praticare attività fisiche e nello stesso tempo acquisire esperienze formative e conoscitive.

PROGRAMMA 2019

20 GENNAIO 2019:	GIORNATA DELLA SICUREZZA SULLA NEVE CAMPOCATINO (FR)
24 FEBBRAIO 2019:	MONTE REDENTORE MARANOLA DI FORMIA (LT)
31 MARZO 2019:	MONTE FAMMERA ESPERIA (FR)
14 APRILE 2019:	VALLE DEI SANTI COLLEPARDO (FR)
19 MAGGIO 2019:	RADUNO REGIONALE CAMPOCATINO (FR)
30 GIUGNO 2019:	MONTE CAVALLO SAN BIAGIO SARACINISCO (FR)
21 LUGLIO 2019:	MONTE CAIRO TERELLE (FR)
29 SETTEMBRE 2019:	CAPO COSA GUARCINO (FR)
20 OTTOBRE 2019:	GIOCO DELL'ARRAMPICATA LUOGO DA DEFINIRE
17 NOVEMBRE 2019:	QUERCIA DI PIERLUIGI PALESTRINA (RM)
8 DICEMBRE 2019:	PARCO AVVENTURA LUOGO DA DEFINIRE

GLI ACCOMPAGNATORI:

AAG Giovanni Macrino, giovanni@atargatis.it, tel. 338.7899832

ASAG Maria Civita Sinapi, mariacivita@atargatis.it, tel. 329.0060567

ASAG Rita D'Ettore, rita@atargatis.it, tel. 329.5988866

SETTIMANA IN CROAZIA



TURISTICA



TURISTICA



TURISTICA



TURISTICA



TURISTICA



TURISTICA



TURISTICA



TURISTICA

GROTTE DI POSTUMIA

Le Grotte di Postumia sono un intreccio di quasi 21 km di caverne e gallerie. Sono le grotte più estese del Carso, nonché le più visitate d'Europa. Nel complesso idrografico della Piuca le caverne più note sono le grotte di Postumia, la grotta di Ottocco, l'abisso della Pivka, la grotta Nera ed il cavernone della Planina.

ZAGABRIA

Zagabria, capitale della Croazia, è una splendida città da quasi un milione di abitanti nel cuore del Paese, sulla grande pianura della Pannonia che svolge il ruolo di centro di passaggio tra l'Europa centrale il mare Adriatico.

PARCO KRKA

Il Parco nazionale della Cherca si trova lungo il Fiume Cherca nella Croazia meridionale. È noto per le sue 7 cascate. Un sentiero naturalistico costeggia una cascata straordinaria, la Roški Slap, e il Monastero di Cherca, costruito sopra antiche catacombe romane.

ZARA

Situata nel mezzo della costa Adriatica, Zara è una delle più antiche città croate in cui possiamo trovare innumerevoli monumenti di interesse storico e culturale. Questa città, che vanta una storia di circa 3.000 anni, è stata oggetto nel corso dei secoli di distruzioni, saccheggiamenti e devastazioni.

LAGHI DI PLITVICE

Nota per una catena di 16 laghi terrazzati collegati da cascate, che si estendono in un canyon calcareo. I viali e i sentieri escursionistici si snodano intorno ai laghi e una barca elettrica collega i 12 laghi superiori e i 4 laghi inferiori. Questi ultimi ospitano la Veliki Slap, una cascata di 78 metri.

CANYON DI PAKLENICA

Il Parco Nazionale di Paklenica comprende le aree del canyon impressionanti di Velika e Mala Paklenica, incisione verticale nelle pendici meridionali del monte Velebit. Composto di fenomeni carsici, il parco Paklenica abbonda di molto variegata rocciose "sculture", che si alternano a valli boschive.

ISOLE INCORONATE (FUORI PROGRAMMA)

Le isole Incoronate sono un arcipelago dell'Adriatico, situato di fronte alla Dalmazia, a 15 miglia nautiche a ovest di Sebenico e 15 a sud di Zara. L'arcipelago prende nome dall'isola maggiore: l'Isola Incoronata. Plinio il Vecchio le chiamava Crataeae.

SPALATO

F per il palazzo di Diocleziano, un complesso fortificato che si trova al centro della città e che fu eretto dall'imperatore romano nel IV secolo. Tra le sue pareti di pietra bianca e i cortili, trovano spazio una cattedrale e numerosi negozi, bar, caffè, hotel e abitazioni.

PERCORSI DEL 2019

LA COLONNA SONORA DELLA MIA VITA

Il dialogo delle Voci e della Memoria musicale.

Un percorso che si sviluppa in 4 incontri per percorrere frammenti di vita sul filo conduttore della musica.

Un dialogo interiore narrato dalle note musicali che hanno accompagnato i momenti focali della nostra Vita.

SEGNI E DISEGNI

...nei segni e disegni, ogni volta mi racconto!

Mini corso sull'interpretazione del segno: la chiavi di lettura del disegno, simboli ed archetipi.

Il disegno come mezzo di lettura delle proprie necessità, desideri e feribilità.

CORSO DI PRIMO SOCCORSO

Cosa fare in caso di incidente in grotta, montagna, o in un semplice sentiero? Come aiutare un amico in difficoltà in attesa dell'arrivo dei soccorritori?

Sempre più persone frequentano la montagna sia per una semplice escursione che per attività più impegnative come la speleologia, pertanto è bene che sempre più persone conoscano le pratiche di primo soccorso in montagna.

Il corso suddiviso in due moduli:

- Modulo A:** si prefigge di perfezionare, soprattutto con l'ausilio di manovre ed esercitazioni pratiche, le principali nozioni di primo soccorso in ambiente montano, cosa dobbiamo e cosa assolutamente "non" dobbiamo fare per prestare soccorso e concreto aiuto ad un nostro compagno in difficoltà, come spostarlo, da soli e in gruppo, vedremo come porlo al riparo da rischi, capiremo quali sono i sintomi dello sfinimento, dell'ipotermia e della disidratazione. Sovente, infatti, queste tecniche di primo soccorso sono d'importanza "vitale" per chi s'infortuna in montagna o on grotta. In quest'ottica risulta di fondamentale importanza, ai fini della loro corretta applicazione, che le principali tecniche siano sufficientemente assimilate.
- Modulo B:** rivolto a chi intende avere l'abilitazione al BLS-D.

ALPINISMO GIOVANILE CAI LATINA

L'Alpinismo Giovanile ha lo scopo di aiutare il giovane nella propria crescita umana, proponendogli l'ambiente montano come strumento di formazione. L'attività con cui si realizza è essenzialmente l'escursionismo, affiancato da altre attività quali l'orientamento, la speleologia, lo sci di fondo, l'arrampicata...

SEGNALI DI RICHIESTA DI SOCCORSO

Emettere 6 segnali acustici od ottici al minuto (un segnale ogni 10 secondi), un minuto di intervallo, in risposta ad una chiamata emettere 3 segnali acustici od ottici al minuto (un segnale ogni 20 secondi), un minuto di intervallo.

Il numero telefonico da fare per richiedere soccorso, è il 118.

10 REGOLE D'ORO DELL'ESCURSIONISTA

- Pianificate con cura il vostro itinerario: informazioni su lunghezza, dislivello e grado di difficoltà. Comunicate ai vostri familiari o all'albergatore presso il quale alloggiate la vostra destinazione.
- Controllate con anticipo le previsioni meteorologiche locali. In caso di perplessità, desistete.
- Valutate obiettivamente la vostra condizione fisica e scegliete un itinerario adeguato. Partite presto al mattino e programmate il rientro lasciando del tempo prima dell'imbrunire, in caso di necessità.
- Mantenete un ritmo costante e adeguato.
- Bevete molto! Ottime bevande sono: acqua, succhi di frutta e bevande isotoniche. Portate con voi cibi quali: frutta secca e carboidrati semplici.
- Assicuratevi di avere un equipaggiamento adeguato: scarponi adatti al livello dell'escursione che andrete ad affrontare, vestiti freschi e leggeri. Portate nello zaino vestiti più caldi ed una giacca anti-pioggia.
- Vestitevi sempre a "cipolla": biancheria intima, maglietta a maniche corte o lunghe a seconda della stagione, pile possibilmente antivento, giacca antipioggia/antivento; portatevi sempre dei guanti, occhiali da sole antiUV, berretto per il sole, crema protettiva per labbra e pelle.
- Siate sempre disponibili a dare una mano ed aiutare i meno resistenti del vostro gruppo.
- Trattate la natura con rispetto: portate i rifiuti a valle con voi.
- Rimanete sempre sui sentieri segnalati, seguendo le apposite tabelle.

NOLEGGIO MATERIALI

Ciaspole	Soci: €4,00	Non Soci: €8,00
Casco	Soci: €3,00	Non Soci: €6,00
Imbrago	Soci: €4,00	Non Soci: €8,00
Ramponi	Soci: €4,00	Non Soci: €8,00
Piccozza	Soci: €3,00	Non Soci: €6,00



TE KE VOI?
Siena Kitchen & Wines



**PIZZE
FOCACCE
TAGLIERI
HAMBURGER
PASTE CRESCIUTE
BUON VINO**

Km. 0
Vicolo San Pietro, 4
53100 SIENA
0577 40139



LAZIO EVENTI

Tutte le Sagre, Tradizioni, Musica, Feste, Arte, Cultura, Teatro,
Tradizioni, Manifestazioni e Luoghi da visitare nel Lazio

WWW.LAZIOEVENTI.COM

Atargatis è il nome della Dea siriana della fertilità che i latini spesso identificavano nella Dea Minerva: dea della sapienza, della vita tranquilla e operosa, protettrice dell'intelligenza e di tutte le arti.

Atargatis, è un'associazione culturale ed escursionistica senza scopo di lucro, che si pone come obiettivo di promuovere:

- momenti d'incontro ed aggregazione tra persone ed Associazioni nel nome di interessi comuni;
- la conoscenza di luoghi per lo sviluppo della cultura di carattere storico, ambientale e spirituale, nonché della sua evoluzione;
- la crescita sociale attraverso attività di promozione artistica ed espressiva, il rispetto della natura e l'educazione ambientale;
- l'organizzazione di escursioni per la sensibilizzazione verso le bellezze naturali alla riscoperta dei colori, odori e suggestioni della terra e del nostro territorio.

Per questioni logistiche alcuni eventi potrebbero aperti ai soli soci ed in numero limitato di partecipanti.

COORDINATORI:

Anna Molisso	anna@atargatis.it	☎ 339.3696900
Claudio Maggiarra	claudio@atargatis.it	☎ 328.3744847
Giovanni Macrino	giovanni@atargatis.it	☎ 338.7899832
Marco Tarantino	marco@atargatis.it	☎ 347.5352285
Maria Civita Sinapi	mariacivita@atargatis.it	☎ 329.0060567
Rita D'Ettore	rita@atargatis.it	☎ 329.5988866



CASEIFICIO
PAOLELLA
Antica Tradizione

Caseificio Paoella S.r.l.
Via Pantanello, s.n.c. - 04022 FONDI (LT)
Tel. 0771.511528 - Fax. 0771.519514

Punto Vendita: Via Trento, 34 - FONDI (LT)
Tel. 0771.532082

email: info@caseificiopaoella.it
web: www.caseificiopaoella.it

UBI PAINT
di Arzano Ubaldo
Pittore Edile
INTERNI ESTERNI
TEL. 3286425805



ATTIVITÀ 2019

Associazione Atargatis
Via Enrico Toti, 19 - 04020 Itri (LT)
Tel. 338.7899832 (Presidente) - Fax 178.600.0538
web: www.atargatis.it - email: info@atargatis.it
Orari apertura sede: Venerdì 20:30 - 22:00