



## IL GRUPPO SPELEO ALPINISTICO VALLO DI DIANO APS



### ORGANIZZA

Una giornata all'insegna della **divulgazione** della pratica **speleologica** e della **tutela e salvaguardia** del territorio carsico:

- **domenica 06 aprile 2025 GIORNATA DI AVVICINAMENTO ALLA SPELEOLOGIA**

Per i partecipanti sprovvisti di **copertura assicurativa SSI** è necessario attivare la polizza (5,00 euro al dì), per questo motivo è richiesta la **prenotazione obbligatoria** con l'invio di tutta la documentazione necessaria (allegata) entro e non oltre il 30 marzo 2025

### PROGRAMMA

**06 aprile 2025: GIORNATA DI AVVICINAMENTO ALLA SPELEOLOGIA**  
GROTTA MARIOLOMEO - CASALETTO SPARTANO (SA)

**PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA** ENTRO E NON OLTRE IL **30 MARZO 2025**, MASSIMO 20 PARTECIPANTI, **TAGLIANDO ASSICURATIVO COSTO 5,00 EURO A PERSONA**

ORE 9:00 Incontro con i partecipanti presso la pompa di benzina Esso, uscita autostradale Padula – Buonabitacolo  
ORE 9:30 Partenza per la Grotta Mariolomeo – Casaletto Spartano (SA)  
ORE 10:30 Ingresso Grotta Mariolomeo  
ORE 14:30 Pranzo a sacco (a carico dei partecipanti)  
ORE 17:00 Fine attività

#### ABBIGLIAMENTO

Per partecipare al nostro evento "Avvicinamento alla Speleologia" il 24 marzo 2024, è fondamentale indossare un abbigliamento adatto che garantisca comfort e sicurezza durante l'esplorazione delle grotte. Ecco alcune raccomandazioni:

1. **Abbigliamento comodo e resistente:** Opta per pantaloni lunghi robusti e una maglia a maniche lunghe per proteggerti da eventuali abrasioni o contatti con la roccia.
2. **Scarpe robuste e antiscivolo:** Indossa scarpe da trekking con suola antiscivolo per garantire una buona aderenza sulle superfici scivolose.
3. **Giacca leggera impermeabile:** Potrebbe essere necessario attraversare zone umide, quindi una giacca impermeabile leggera può essere utile per rimanere asciutti.
4. **Guanti resistenti:** Utilizza guanti robusti per proteggere le mani durante la progressione attraverso la grotta.
5. **Borraccia d'acqua:** Mantieniti idratato durante l'attività con una borraccia d'acqua leggera e riutilizzabile.
6. **Abbigliamento termico:** In ambienti sotterranei, la temperatura può variare, quindi porta con te un maglione o un giubbotto termico per mantenere il calore.

Assicurati di seguire attentamente queste indicazioni per garantire un'esperienza sicura e piacevole durante l'avvicinamento alla speleologia.

**N.B. Portare a seguito un ricambio completo di vestiario e scarpe (grotta bagnata e fangosa)**