



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Latina

Commissione Escursionismo



RISERVA NATURALE MONTAGNE DELLA DUCHESSA

ANELLO DEL MUROLUNGO

DATA DI EFFETTUAZIONE	CATEGORIA	DIFFICOLTA'	PRANZO	MEZZO DI TRASPORTO
Domenica 06/06/2021	Escursionismo CE	EE	Al sacco	Mezzi propri

Appuntamento: ore 08:30 ai Casali di Cartore (comune di Borgorose). Dalla uscita Valle del Salto dell'autostrada A24, alla rotonda davanti il casello autostradale, si procede in direzione di Avezzano/Magliano. Dopo circa 700 m si prende la carrareccia sulla sinistra che porta al sottopasso dell'autostrada. Si segue la carrareccia, si trascurano le prime due carrarecce sulla destra, dopo due tornanti in salita, ad un incrocio si prende la strada a destra che si segue fino al borgo di Cartore dove si parcheggia.

IMPORTANTE

La sede Centrale del CAI ha stabilito una serie di regole per la ripresa delle attività sezionali, in particolare:

1. Le escursioni possono essere effettuate con gruppi costituiti da un numero massimo di 20 partecipanti più due accompagnatori;
2. I partecipanti dovranno avere a disposizione mascherina e gel sanificante;
3. Per partecipare, ogni socio dovrà aver compilato la scheda di autocertificazione allegata alla presente comunicazione. La scheda dovrà essere obbligatoriamente consegnata all'accompagnatore prima dell'inizio della escursione già compilata in ogni sua parte, pena l'esclusione dalla partecipazione;
4. Il trasporto fino al punto di inizio della escursione dovrà essere effettuato in maniera autonoma dai partecipanti, in osservanza delle norme stabilite per i trasporti dai decreti di prevenzione dell'epidemia da Covid-19;
5. Nel corso dell'escursione i partecipanti dovranno mantenere una distanza di sicurezza di almeno due metri;
6. Per partecipare si dovrà attendere la esplicita conferma di iscrizione da parte della Sezione.

DESCRIZIONE dell'ESCURSIONE



Dal borgo di Cartore (944 m), con salita sostenuta, prima lungo l'angusto Vallone di Fua e poi per quello del Cieco, si raggiunge la località Le Caparnie a ca. 1700 m ove il sentiero diminuisce la pendenza. Breve sosta e quindi si riprende la salita sino a raggiungere la cima del Murolungo (2184 m). Scendendo per Valle Fredda si tocca il Lago della Duchessa (1788 m) tristemente famoso per la vicenda del rapimento di Aldo Moro e quindi,

prima in direzione E e poi SSE si raggiunge il Malo Passo dal quale ci si immette nel Vallone di Teve a quota ca. 1620 m. Si percorre tutta la suddetta valle fino a Bocca di Teve (987 m) da cui si chiude l'anello tornando a Cartore in direzione NW.

Escursione impegnativa che richiede una buona forma fisica, ma certamente appagante grazie agli stupendi scenari di cui si può godere. Se le condizioni ed i tempi di percorrenza lo consentiranno, per chi vuole, ci sarà la possibilità di salire anche a Iaccio dei Montoni (2083 m) e/o Cimata di Macchia Triste (2090 m).

Iscrizioni: in sede (Via Triboniano, 17 – Latina) i giovedì e venerdì precedenti l'escursione (ore 19.00-20.00), o telefonando in sede (351-8973941). Per informazioni contattare gli accompagnatori o consultare il sito web: www.cailatina.com (oppure spedire una e-mail a: prenota@cailatina.com).

Equipaggiamento obbligatorio: scarponi da montagna, giacca a vento (guscio), pile/windstopper, guanti, berretto per il freddo e copricapo per il sole, torcia elettrica, acqua per almeno 1.5 L.

Equipaggiamento consigliato: occhiali da sole, bastoncini da trekking, piccola scorta di cibo energetico (es. frutta secca, cioccolato, biscotti).

Nota Bene: **gli iscritti all'escursione che risulteranno sprovvisti dell'equipaggiamento obbligatorio sopra elencato saranno interdetti a partecipare all'escursione stessa.**

Dichiarazione di esonero di responsabilità: Il Club Alpino Italiano promuove la cultura della sicurezza in montagna in tutti i suoi aspetti. Tuttavia, la frequentazione della montagna comporta dei rischi comunque ineliminabili e pertanto con la richiesta di iscrizione all'escursione il partecipante esplicitamente attesta e dichiara di non aver alcun impedimento fisico e psichico alla pratica dell'escursionismo, di essere idoneo dal punto di vista medico e di avere una preparazione fisica adeguata alla difficoltà dell'escursione della quale conferma aver preso visione delle caratteristiche.

Dislivello in salita	Dislivello in discesa	Sviluppo Planare A/R	Quota Massima	Quota Minima	Tempo stimato di percorrenza (escluse soste)
1350 m ca.	1350 m ca.	18 km ca.	2184 m	944 m	7h30' ca.
COSTO					Accompagnatori
Per motivi organizzativi è necessario fornire la propria adesione entro giovedì 03/06/2021.					Stefano Giancola AE cell. 3913967856 Paolo Leonoro cell. 3206741280

N.B. Le coperture assicurative operano esclusivamente nei confronti dei soci in regola con il pagamento del bollino sociale.
Il percorso indicato potrà essere modificato dagli accompagnatori a loro insindacabile giudizio.