



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Latina

Commissione Escursionismo



MONTI ERNICI

MONTE CREPACUORE

APPUNTAMENTO: ore **09.00 Piazzale di Campocatino**

Come arrivare: Campocatino si raggiunge da Guarcino (FR) prendendo la strada statale che porta agli impianti.

Fare attenzione: l'incrocio per Campocatino si trova sulla strada Guarcino-Fiuggi, sulla destra per chi viene da Frosinone. Le indicazioni stradali, per chi viene da Frosinone, sono posizionate sulla sinistra in corrispondenza di uno slargo circa 10m prima dell'incrocio e potrebbero passare inosservate.

DATA DI EFFETTUAZIONE	CATEGORIA	DIFFICOLTA'	PRANZO	MEZZO DI TRASPORTO
Domenica 13 giugno	Escursionismo CE	E	Al sacco	Auto private

DESCRIZIONE dell'ESCURSIONE

Nonostante il nome, si tratta di una escursione tranquilla adatta anche a ragazzi. Dal parcheggio di Campocatino si segue il sentiero che attraversa tutto il pianoro di Campocatino, si raggiunge la sella in fondo al pianoro e si scende fino alla fonte Pozzotello. Si prosegue lungo il crinale che porta al monte Crepacuore, con qualche saliscendi e con panorami che spaziano sulla valle Roveto. Ritorno lungo la stessa via.



Per partecipare si dovrà attendere la esplicita conferma di iscrizione da parte della Sezione.

Iscrizioni: in sede (Via Triboniano 17 – Latina) i giovedì e venerdì precedenti l'escursione (ore 19.00-20.00), o telefonando in sede (0773-694879). Per informazioni contattare gli accompagnatori o consultare il sito web: www.cailatina.com (oppure spedire una e-mail a: info@cailatina.com).

Equipaggiamento obbligatorio: scarponi da montagna, giacca a vento, pile/windstopper, guanti, berretto per il freddo e copricapo per il sole, torcia elettrica, acqua per almeno 1,5 lt.

Equipaggiamento consigliato: bastoncini da trekking, occhiali da sole, una 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	QUOTA MASSIMA	TEMPO STIMATO DI PERCORRENZA (A/R)
300 m ca.	300 m ca.	11 Km ca.	1997m	5 h 00' ca. (escluse soste)

Le prenotazioni vanno fatte entro le ore 20.00 di venerdì 11 giugno

I *non soci* dovranno 11.55 € per la copertura assicurativa sugli infortuni, da versarsi **anticipatamente** in sede.

ACCOMPAGNATORI

Federico Cerocchi 3472605803
Loreto Nardacci 3404048692

N.B. Le coperture assicurative operano esclusivamente nei confronti dei soci in regola con il pagamento del bollino sociale.

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. Nel caso di costituzione di due gruppi, questi dovranno partecipare distanziati tra loro;
3. I partecipanti dovranno avere a disposizione mascherina e gel sanificante;
4. **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 la esclusione dalla partecipazione;**
5. 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 della epidemia da Covid-19;
6. Nel corso della escursione i partecipanti dovranno mantenere una distanza di sicurezza di almeno due metri.

