



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Latina

Commissione Escursionismo



PARCO NATURALE REGIONALE SIRENTE VELINO

MONTE SIRENTE DALLA VAL D'ARANO

DATA DI EFFETTUAZIONE	CATEGORIA	DIFFICOLTA'	PRANZO	MEZZO DI TRASPORTO
Domenica 20 Giugno 2021	Escursionismo CE	E	Al sacco	Auto private

APPUNTAMENTO: ore 8.15 nei pressi Maneggio La Marsica

Come arrivare: Da Ovindoli si procede in direzione nord est sulla SS 696, alla rotonda si prende la prima uscita e si prende via della Fonte, si svolta poi leggermente a sinistra per via Arano.

DESCRIZIONE dell'ESCURSIONE

Dall'inizio della Val D'Arano 1347m si segue per sterrata il sentiero n. 13 direzione sud-est arrivando al bivio 1412m, si lascia la sterrata e si prende il sentiero n. 14C in direzione nord-ovest, si sale il vallone dei Puzilli, si tocca la Fonte della Valle e si prende il sentiero n. 14D in direzione nord-ovest. Arrivati a quota 1965m si intercetta il sentiero n. 14 proveniente da Rovere e con direzione est-sud-est si sale su Sperone Tiburtini 2128m, di seguito Punta



Macerola 2258m per arrivare proseguendo sulla croce di vetta del monte Sirente 2348m. In discesa si percorre il sentiero n. 13 in direzione sud-ovest, poi per sterrata direzione ovest si ritorna al punto di partenza. Percorso lungo ma graduale, con affacci mozzafiato sul versante nord dall'aspetto Dolomitico che contrastano con il versante sud dall'aspetto più dolce e ondulato. Il panorama dalla vetta del Monte Sirente spazia per le principali catene montuose dell'Appennino centrale Laziale ed Abruzzese. Lungo il percorso si potranno ammirare numerose fioriture.

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	Quota Minima	Tempo stimato di percorrenza (escluse soste)
-------------------------	--------------------------	---------------------	------------------	--------------	---

1150 m ca.	1150 m ca.	24 km ca.	2348 m	1347 m ca.	8h ca.
					Accompagnatori
Le prenotazioni vanno fatte entro le ore 20.00 di Venerdì' 18/06/2021. I <i>non soci</i> dovranno ulteriori 11,55 € per la copertura assicurativa sugli infortuni, da versarsi anticipatamente in sede.					Paolo Leonoro Tel. 320-6741280 Alberto Guida Tel. 338-9902842
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.					

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.