



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Latina
Commissione Escursionismo



Intersezionale con il CAI di Frosinone
Monte Camicia – Monte Tremoggia da Fonte Vetica
Gran Sasso

DATA DI EFFETTUAZIONE	CATEGORIA	DIFFICOLTA'	PRANZO	MEZZO DI TRASPORTO
Domenica 5 luglio 2015	Escursionismo CE	EE/E	Al sacco	Pullman

APPUNTAMENTO: ore 06:00 Latina (Piazza Celli) - Frosinone (Piazzale Europa) ore 7:00

DESCRIZIONE dell'ESCURSIONE

Dal parcheggio (1604 mt.) si imbocca il sentiero 253 che porta vallone di Vradda e poi senza particolari difficoltà alla sella del monte Camicia a quota 2332 m. Da qui un gruppo (gruppo A) può proseguire verso la cima del monte Tremoggia (2350 mt) piegando in direzione sud-est, mentre l'altro (gruppo B) prosegue verso la cima del monte Camicia (2564 mt) . Dalle cime si gode di una vista mozzafiato: Mar Adriatico, Majella, Sirente, Velino, Terminillo, Pizzo Cefalone, Prenna, Corno Grande e Sibillini. I due gruppi sosterranno per la pausa del pranzo sulle rispettive cime. Il gruppo B ridiscende quindi per la stessa via fino al bivio della sella percorrendo poi lo stesso sentiero del gruppo A in cresta verso la cima del monte Tremoggia, da qui con molta cautela si può ammirare dall'alto il "paretone nord" del monte Camicia, una parete di oltre 1000 mt di dislivello ! Caratteristico qui è il dente del lupo (in fotografia). Si prosegue sempre in cresta fino alla sella di fonte Fredda dove si piega in direzione sud-ovest raggiungendo il vecchio rifugio forestale di Fonte Vetica (1632 mt.) e la fonte Vetica . Poi si piega in direzione ovest e quindi sud-est fino a raggiungere il parcheggio. Durante il percorso è molto facile avvistare i camosci e uccelli rapaci. La flora è molto ricca di essenze rare tra i quali la stella alpina appenninica. Intersezionale con il CAI di Frosinone.



Iscrizioni: in sede (Via Ofanto, 2 – 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.

Gru ppo	Difficoltà	Dislivello in salita	Dislivello in discesa	Sviluppo Planare	Quota Massima	Tempo stimato di percorrenza
A	E	816 m ca.	816 m ca.	8,5 Km	2350 m	4 h 30' ca. (escluse soste)
B	EE	980 m ca.	980 m ca.	10 Km	2564 m	5 h 15' ca. (escluse soste)

COSTO

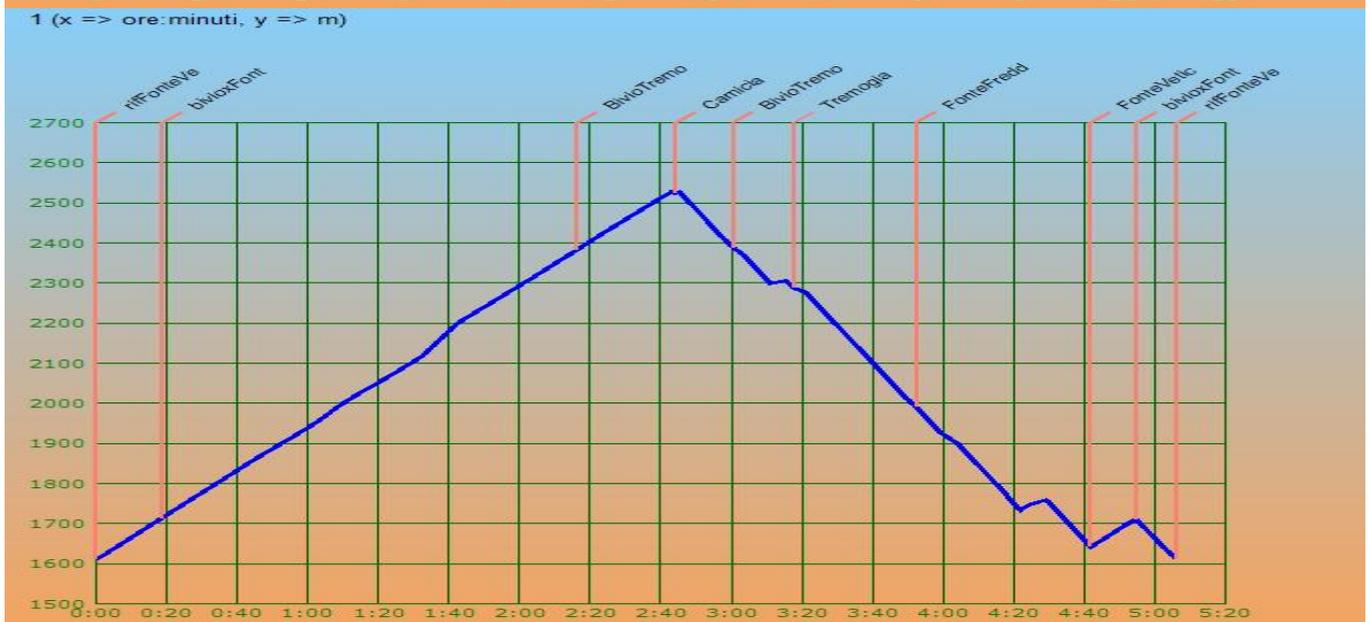
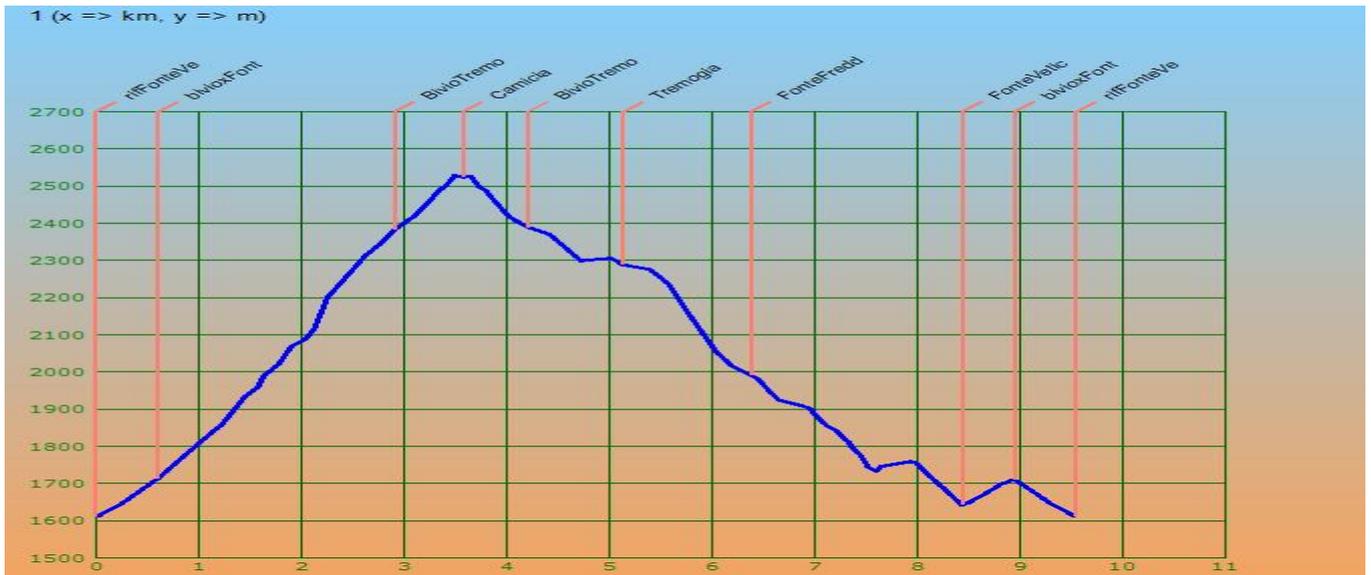
ACCOMPAGNATORI

Per motivi organizzativi è necessario fornire la propria adesione entro giovedì 2 luglio 2015.

Il costo del trasporto è di €17. I *non soci* dovranno ulteriori 7,81 € per la copertura assicurativa sugli infortuni, da versarsi **anticipatamente** in sede.

Antonio Finocchito ASE
(3248866556)
Franco Di Tano ASE
(380 3540612)

Monte Camicia



Monte Tremoggia

