



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Latina

Commissione Escursionismo



(GRUPPO VELINO SIRENTE)

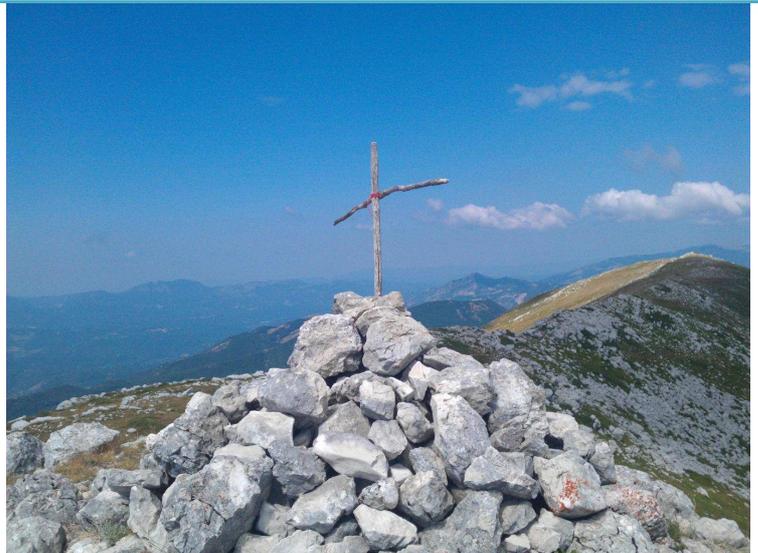
MONTE CAVA

DATA DI EFFETTUAZIONE	CATEGORIA	DIFFICOLTA'	PRANZO	MEZZO DI TRASPORT
13/10/2019	Escursionismo CE	E	Al sacco	Pullman

APPUNTAMENTO: ore 6.15 Latina Piazza B. Buozzi controllo partecipanti, partenza ore 06:30 precise

DESCRIZIONE dell'ESCURSIONE

Si segue inizialmente una sterrata che partendo dalla chiesetta di Lucoli (1630m) scende prima al Prato Capito poi, dopo circa tre chilometri, arriva ai prati di Cerasolo (1535m). Da qui si prosegue in direzione nord-ovest risalendo la cresta del monte San Rocco (1880m). Si supera poi la sella del Malepasso ed infine si arriva sulla vetta del monte Cava (2003m).
Dalla cima si ha un'ampia panoramica sul massiccio del Velino e verso nord il Terminillo, i monti del Cicolano ed il Gran Sasso. Non è infrequente inoltre l'avvistamento di Grifoni, reintrodotti da qualche anno nel parco del Velino-Sirente.



Iscrizioni: in sede (Via Triboniano 17- Latina) i giovedì e venerdì precedenti l'escursione (ore 19.00-20.00), o telefonando in sede (3518973941). 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, 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 totale A/R	Quota Massima	Quota Minima	Tempo stimato di percorrenza (escluse soste)
Percorso	600 m ca.	600 m ca.	18.0 Km	2003	1530	6.00 h

COSTO

Accompagnatori

È possibile prenotarsi fino a venerdì 11 ottobre

Il costo del trasporto è di € 20.

I non soci dovranno ulteriori 8.57€ per la copertura assicurativa sugli infortuni, da versarsi **anticipatamente** in sede.

Federico Cerocchi (3472605803)
Paolo Brunotti (3272104707)

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.