



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Latina

Commissione Escursionismo



PARCO DEL CIRCEO

PASSEGGIATA NEL PARCO CON PRANZO CONVIVIALE

DATA DI EFFETTUAZIONE	CATEGORIA	DIFFICOLTA'	PRANZO	MEZZO DI TRASPORTO
Domenica 13 dicembre 2020	Escursionismo CE	T	Organizzato in loco	Mezzi propri

APPUNTAMENTO:

ore 10,00- Entrata Capo D'omo su strada litoranea (km 15.400) ([google map](#))

DESCRIZIONE dell'ESCURSIONE

L'escursione parte dalla località Capo d'Omo da dove un sentiero dritto si inoltra nel cuore della Foresta del Parco del Circeo, dopo circa 2 km si arriva alla località Piscina della Verdesca dove si potrà ammirare un'aria di impaludamento naturale che richiama l'ambiente dell'antica



Palude che ricopriva gran parte della Pianura Pontina.

Si proseguirà quindi fino ad arrivare al principale incrocio tra i sentieri del Parco. Da qui si prenderà verso destra in direzione Rio Cassano ,fino a d arrivare ad un sentiero secondario detto "Piscinozzi Tranquillo" che si percorrerà compiendo un anello. Durante il percorso si potrà ammirare una farnia di grandi dimensione un "albero monumentale" che ci ricorda l'ambiente originario del territorio. In queste zone la vegetazione è composta da querce caducifoglie di vario tipo :farnie, cerri ed altri alberi come ornielli e carpini bianchi. Il sottobosco è prevalentemente composto da piante di pungitopo.

Una volta ritornati sul sentiero principale si proseguirà fino all'aria di Ceraselle dove si trova un'aria pic-nic ed un'aria faunistica con daini e cinghiali. Qui l'Associazione Latina in Cucina che partecipa con noi all'escursione distribuirà il pasto "conviviale".

Secondo le disposizioni emanate dalla Presidenza del GR Regionale Lazio e dalla Commissione Escursionismo Nazionale, si dovranno rispettare le misure di protezione individuale e quindi uso delle mascherine o distanziamento/isolamento.

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 recenti 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.

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

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: prenota@cailatina.com).

Equipaggiamento obbligatorio: giacca a vento, pile/windstopper, guanti, berretto per il freddo e copricapo per il sole, acqua per almeno 1,0 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)
30 m ca.	340 m ca.	9 Km ca.	46	22	2 h 30 ca.

COSTO

Accompagnatori

Escursione con limite massimo di partecipanti :25.
Menù (preparato dall'associazione "Latina in cucina") :
Zuppa di fagioli alla sezzese, broccoletti con caciotta di pecora, dolce, vino acqua e caffè. Si richiede un contributo di 15 euro a persona.

La precedenza all'evento sarà data ai soci del CAI e dell'associazione "Latina in cucina".

È possibile dare la propria adesione fino a giovedì 10 dicembre 2020 .

Potranno partecipare solo i soci che riceveranno la conferma di iscrizione da parte della Sezione.

Maria Di Tano (3280269700) ASE
Antonio Finocchito (3248866556) ASE

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.