



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Latina

Commissione Escursionismo



Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga Anello Monte San Franco

DATA DI EFFETTUAZIONE	CATEGORIA	DIFFICOLTA'	PRANZO	MEZZO DI TRASPORTO
Domenica 19 Giugno 2022	Escursionismo E	E	Al sacco	Mezzi Propri

APPUNTAMENTO: ore 5:15 di fronte il tribunale di Latina-
ore 8.20 Ponte della Lama al km 25,8 della SS80 (1290m).([google map](#)) Dalla A24 si puo' raggiungere la SS80 uscendo a L'Aquila Ovest con indicazioni per Arischia. Si seguono le indicazioni per Teramo fino a raggiungere il passo delle Capannelle e subito dopo si raggiunge uno spiazzo dove parte il sentiero.

DESCRIZIONE dell'ESCURSIONE

Percorso ad anello estremamente panoramico sul versante nord-ovest del gruppo del Gran Sasso.

Nella seconda parte del percorso si attraverseranno i freschi boschi di faggio con radure di ricche fioriture di peonie. Dal ponte della Lama (1290m), si prende il sentiero CAI 111, che sale lungo la cresta ovest del Monte San Franco.

Si arriva in vetta (2132m), si scende per lo stesso sentiero la cresta di Rotigliano, poi si percorre la piana dei Cavallari fino al passo del Belvedere (1800m), qui con direzione nord-ovest si prende il sentiero CAI 112, si arriva al rifugio Antonella Panepucci (1664m).

In direzione ovest si contorna nel bosco tutto il versante nord del monte San Franco, prima per sterrata poi per sentiero si arriva al Santuario della Madonna della Zecca.

Continuando sullo stesso sentiero si intercetta la strada sterrata che riporta al punto di partenza.



Iscrizioni: in sede in sede (Via Triboniano, 17 – Latina) i giovedì e venerdì precedenti l'escursione (ore 19.00-20.00), o telefonando in sede (351-8973941). 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 L.

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.**

Informativa di assunzione 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)
1000 m ca.	1000 m ca.	13 km ca.	2132 m	1290m	6 h ca.

