CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Latina

Commissione Escursionismo

MONTI SIBILLINI
DA CUPI A FIASTRA

DATA DI EFFETTUAZIONE	CATEGORIA	DIFFICOLTA'	PRANZO	CENA	MEZZO DI TRASPORTO
23 agosto 2016	Escursionismo CE	E	Sacco	Rifugio	Trekking itinerante

APPUNTAMENTO: ore 08:00

DESCRIZIONE dell'ESCURSIONE

Dopo aver risalito Costa di Tranquilla, l'itinerario attraversa il Monte Val di Fibbia e la Valle di Campobonomo, per risalire ancora lungo la dorsale del M. Coglia e scendere infine su Tribbio e Fiastra.Lungo la prima parte del percorso è impossibile non venire attratti dalla molteplicità dei colori delle fioriture. Alzando lo sguardo è facile avvistare rapaci, come il gheppio e la poiana, in cerca di roditori e altre prede che vivono nei prati pascoli, o provare l'emozione intensa di veder volare via una coturnice. Più avanti lo sguardo si perde nella fertile conca di Camerino e sulla veduta mozzafiato del Lago di Fiastra, incastonato tra fertili colline punteggiate da piccole chiese e borghi rurali.

Il Lago di Fiastra, così ben inserito nel paesaggio, non è un meraviglioso dono della natura ma il frutto dell'ingegno umano, che ha imbrigliato il fiume Fiastrone con una diga per produrre energia elettrica.

Sul colle di S. Paolo, ben visibile per chi scende dal Coglia, si erge l'antico Castrum Fiastrae, ora Castello dei Magalotti, di cui sono ancora ben visibili i resti delle solide mura perimetrali e del maschio centrale.Qui si rifugiava, con viveri e bestiame, la popolazione in fuga dalle invasioni nemiche.

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: 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).

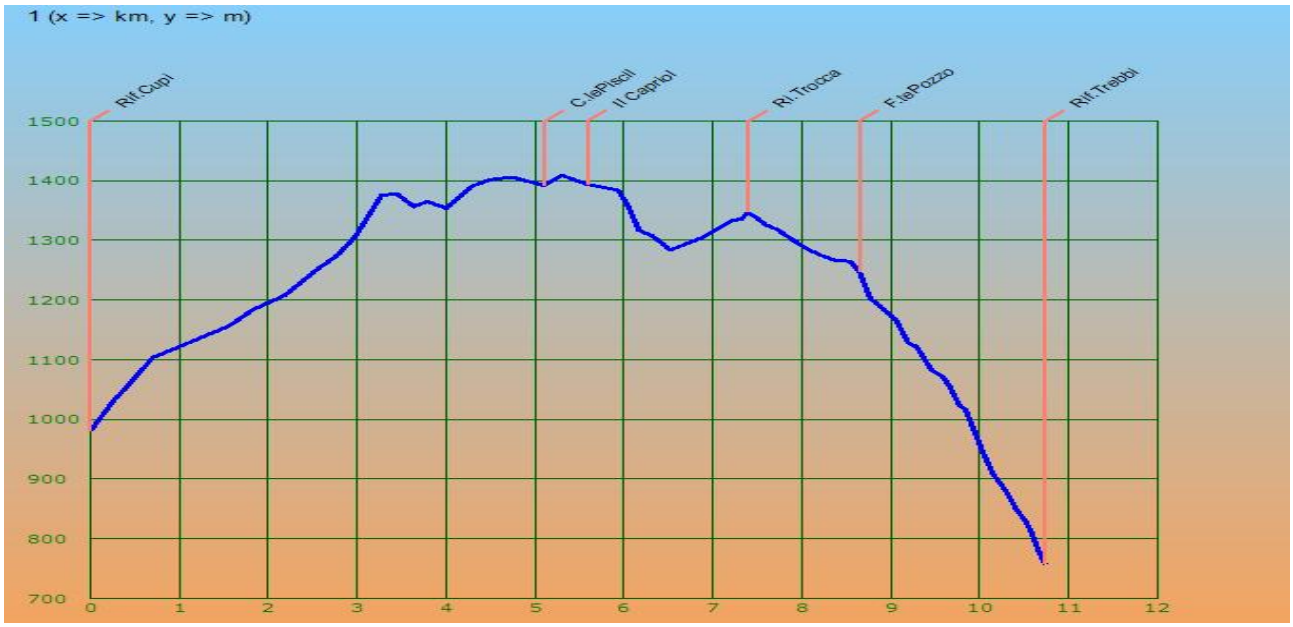
Nota Bene: gli iscritti all'escursione che risulteranno sprovvisti dell'equipaggiamento obbligatorio sopra elencato saranno interdetti a partecipare all'escursione stessa.

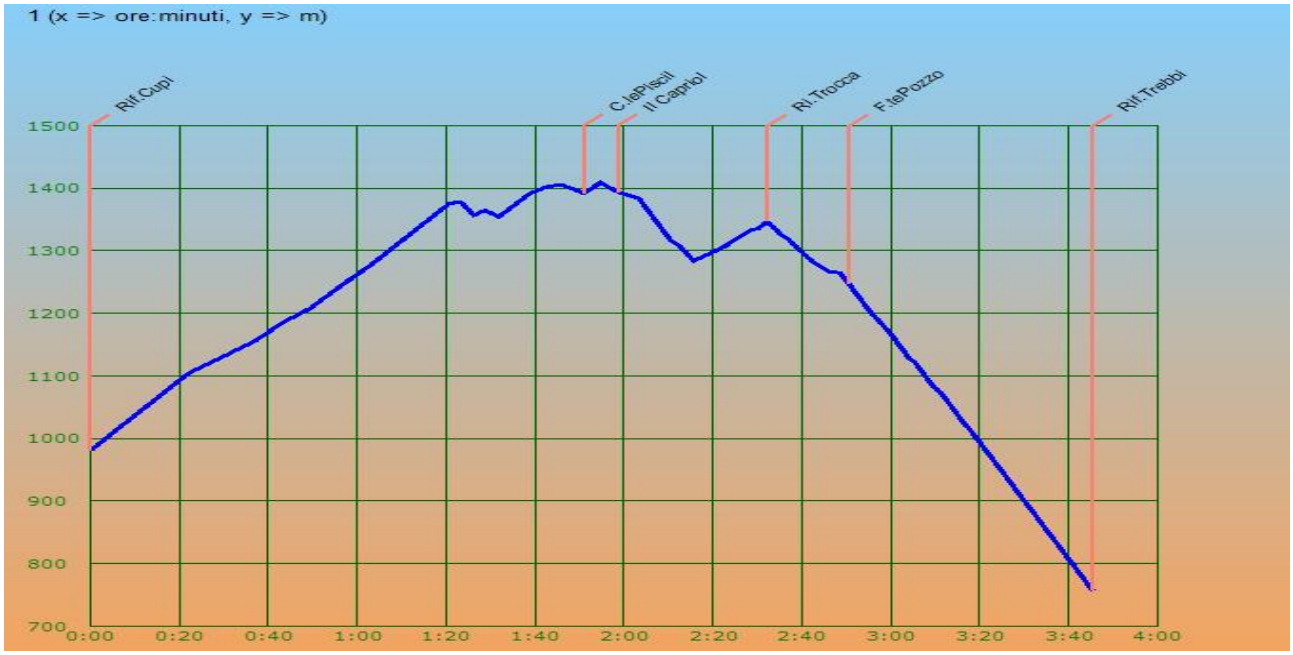
Dichiarazione di esonero di responsabilità: **Il Club Alpino Italiano promuove la cultura della sicurezza in montagna in tutti i suoi aspetti. Tuttavia, la frequentazione della montagna comporta dei rischi comunque ineliminabili e pertanto con la richiesta di iscrizione all'escursione il partecipante 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)
474 m ca.	**698 m ca.**	**11 Km ca.**	**1409 m**	**757 m**	**4 h ca.**

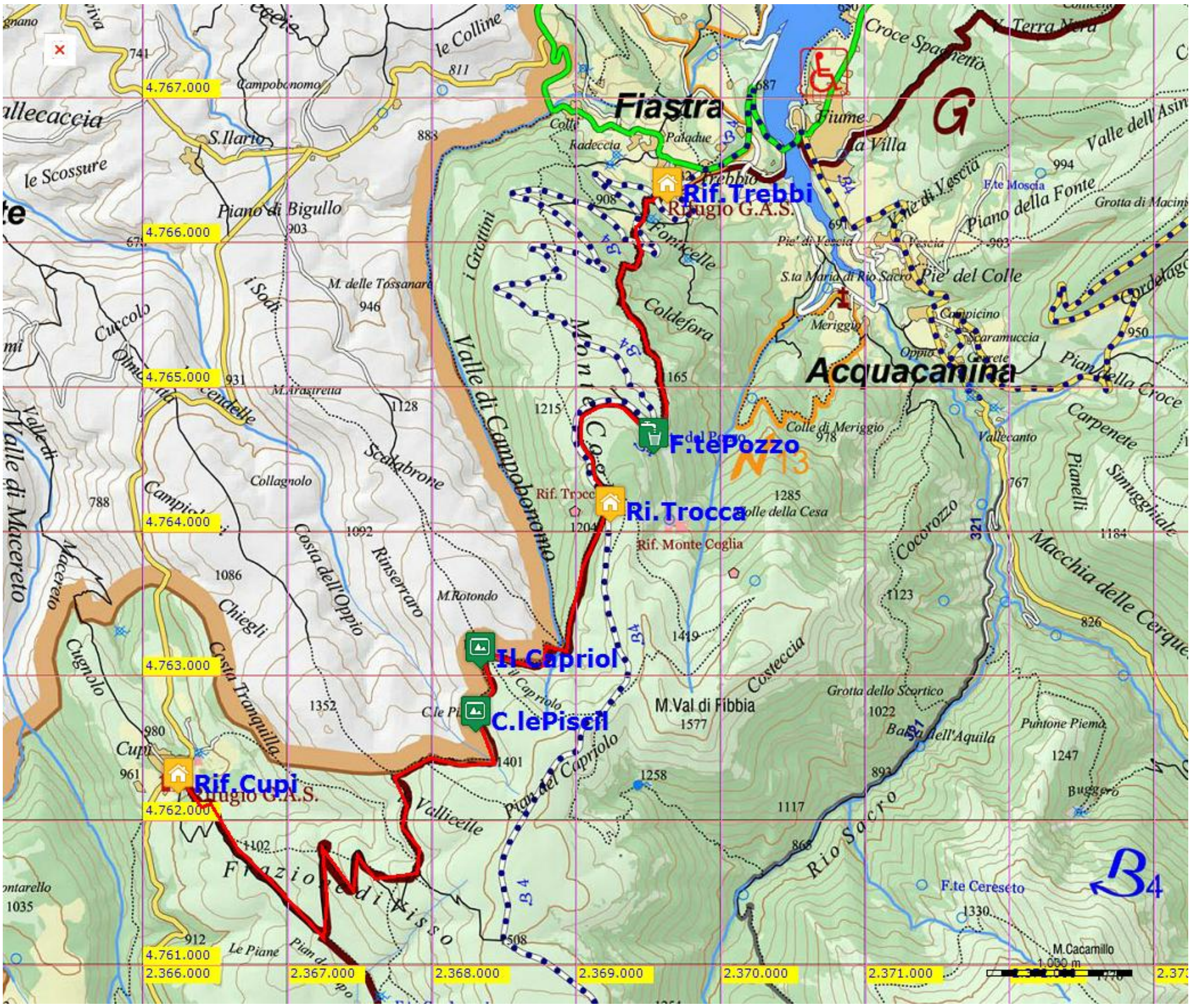
Note	Accompagnatori
La cena il pernotto e la colazione avverrà al rifugio Tribio .La quota di partecipazione comprensiva del rimborso all'autista, il contributo per la sezione CAI e il costo del vitto e alloggio sono definiti per tutti i giorni previsti per il trekking estivo .	**Franco Di Tano (380 3540612) ASE** **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.





Rifugio di Tribio
Indirizzo: Via Monte Coglia, 9, 62035 Fiastra MC
Telefono:0737 527027


Fiastra
Acquacanina
Rif.Trebbi
Rifugio G.A.S.
F.tePozzo
Ri.Trocca
Rif. Monte Coglia
Il Capriol
C.lePiscil
Rif.Cupi
Rifugio G.A.S.
Valle di Campobonomo
Valle di Macereto
M.Val di Fibbia
Colle di Meriggio
Colle della Cesa
Pie' del Colle
Piano della Fonte
Macchia delle Cerque
Rio Sacro
F.te Cereseto
M.Cacamillo
Costa dell'Oppio
Piano di Bigullo
S.Ilario
M. delle Tossanare
Grotta dello Scortico
Balza dell'Aquila
4.767.000
4.766.000
4.765.000
4.764.000
4.763.000
4.762.000
4.761.000
2.366.000
2.367.000
2.368.000
2.369.000
2.370.000
2.371.000
B4
N13
G