



# CLUB ALPINO ITALIANO

## Sezione di Latina



### Commissione Escursionismo

## GRUPPO VELINO-SIRENTE ANELLO DI MONTE CEFALONE

DATA DI EFFETTUAZIONE	CATEGORIA	DIFFICOLTA'	PRANZO	MEZZO DI TRASPORTO
<b>Domenica 18 Giugno</b>	<b>Escursionismo CE</b>	<b>E</b>	<b>Al sacco</b>	<b>Mezzo Proprio</b>

**Appuntamento Latina:** ore 6.00 Piazza Bruno Buozzi (davanti al Tribunale di Latina)

**Partenza** :ore 6.15

**Appuntamento in loco:** ore 8.30 Parcheggio stazione sciistica di Campo Felice

### DESCRIZIONE dell'ESCURSIONE

Dal parcheggio della stazione sciistica di Campo Felice (1525 m.) si prende in direzione N, si sale su ampio sentiero raggiungendo il Colle di Forca Miccia (1715 m.), si prosegue a sinistra in salita in direzione N fino ad incrociare il sentiero 10a che sale in direzione NO fino al Monte Cefalone (2142 m.). Proseguendo sulla cresta, dapprima scendendo di quota e poi risalendo si arriva a Cima di Fossa Palomba (2120 m.). Si scende in direzione SE verso la selletta di Setteacque. Si prosegue per la Valle Canavine in discesa e poi in quota per intercettare il sentiero dell' andata. Da quest'ultimo, in discesa, si ritorna prima a Forca Miccia e poi al punto di partenza chiudendo l'anello.



**Iscrizioni:** 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](http://www.cailatina.com) (oppure spedire una e-mail a: [prenota@cailatina.com](mailto:prenota@cailatina.com)).

**Equipaggiamento obbligatorio:** scarponi da montagna, giacca a vento (guscio), pile/windstopper, guanti, berretto per il freddo e copricapo per il sole, torcia elettrica, acqua per almeno 1.5 L.

**Equipaggiamento consigliato:** occhiali da sole, bastoncini da trekking, 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 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 A/R	Quota Massima	Quota Minima	Tempo stimato di percorrenza (escluse soste)
<b>700 m ca.</b>	<b>700 m ca.</b>	<b>12 km ca.</b>	<b>2142 m</b>	<b>1525 m</b>	<b>5h ca.</b>

COSTO

Accompagnatori

**Per motivi organizzativi è necessario fornire la propria adesione entro giovedì 15/06/2023. I non soci dovranno 11,55 € per la copertura assicurativa sugli infortuni, da versarsi anticipatamente in sede.**

Vincenzo Cimino AE cell. 3408744322

Marco Zitarosa cell. 3293879042

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.