



Club Alpino Italiano
Sottosezione di Sezze
Sezione di Latina



VESUVIO GRAN CONO

Visita guidata al cratere (Sentiero n.5)
e Fiume di Lava (Sentiero n.9)

Domenica 6 Settembre 2026

Partenza in Pullman ore 6:00 – Rientro a Sezze ore 18:00 circa
Pranzo al sacco presso la sede della Sottosezione CAI Vesuvio

Iscrizioni entro venerdì 31 Luglio versando un acconto di € 20.

Info e adesione: ☎ 328 041 4309 / ☎ 388 890 9771

Programma e maggiori info



VESUVIO

Tra il fuoco della terra e il respiro della storia

Un viaggio speciale nel cuore del Parco Nazionale del Vesuvio, alla scoperta di uno dei vulcani più affascinanti e conosciuti al mondo.

Saliremo lungo il sentiero n. 5 (T/E) che conduce al Gran Cono, camminando sulle pendici del vulcano che ha scritto pagine di storia e modellato il paesaggio del Golfo di Napoli.

Proseguiremo poi sul suggestivo Sentiero n. 9 (T) del Fiume di Lava, attraversando antiche colate vulcaniche e paesaggi unici, testimoni silenziosi delle eruzioni che hanno trasformato questo territorio nel corso dei secoli.

Un'esperienza aperta a tutti.

Programma

- Ore 6:00
Partenza da Sezze
- Ore 10:00
Gran Cono Vesuvio ()
- Ore 12:00
Fiume di Lava
- Ore 13:30
Pranzo al sacco
presso la sede della
Sottosezione CAI Vesuvio
- Ore 15:00
Partenza per Sezze
- Ore 18:00
Arrivo a Sezze

Il programma potrà subire variazioni o annullamenti, per motivi di sicurezza oppure organizzativi, a insindacabile giudizio degli accompagnatori.

Quota di partecipazione: € 45-60 a persona

La quota individuale dipenderà dal numero finale dei partecipanti (il costo totale del viaggio verrà diviso tra gli iscritti), per la copertura delle spese di viaggio. La quota prevede il viaggio in pullman, navetta A/R dal parcheggio e biglietto d'ingresso. I **non soci** dovranno ulteriori € 8,40 per la copertura assicurativa sugli infortuni.

Iscrizioni con acconto di € 20 entro venerdì 31 Luglio

☎ 328 041 4309 / ☎ 388 890 9771

L'escursione sarà confermata al raggiungimento del numero minimo di partecipanti per la copertura delle spese di viaggio.



CAI SEZZE



CLUB ALPINO ITALIANO

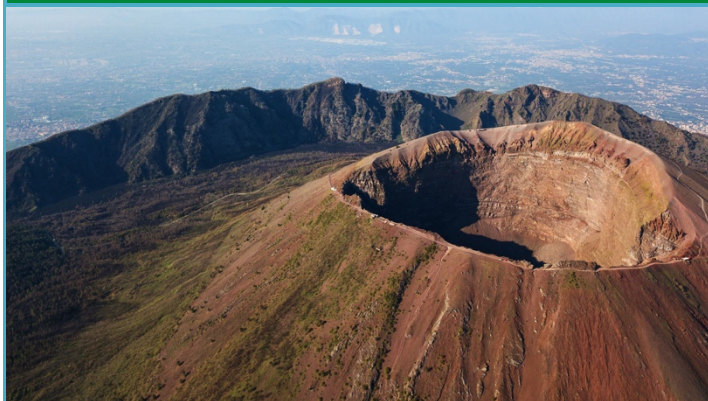
Sezione di Latina
Sottosezione di SEZZE



PARCO NAZIONALE DEL VESUVIO GRAN CONO E FIUME DI LAVA

DATA EFFETTUAZIONE	MEZZO TRASPORTO	PARTENZA
06/09/2026	Pullman	Ore 6:00 dal Centro Commerciale "Le Fontane", Sezze Ore 6:20 da Ristorante Hotel Onorati, Priverno

ESCURSIONE TAM (Tutela Ambiente Montano) – DESCRIZIONE dell'ESCURSIONE



Un viaggio speciale nel cuore del Parco Nazionale del Vesuvio, alla scoperta di uno dei vulcani più affascinanti e conosciuti al mondo.

Durante questa escursione tematica di Tutela Ambiente Montano, ci concentreremo sulla fragilità e sull'unicità del vulcano: sarà un'occasione per conoscere un ecosistema a rischio, unendo geologia, biodiversità e prevenzione.

Saliremo lungo il sentiero n. 5 (T/E) che conduce al Gran Cono, camminando sulle pendici del vulcano che ha scritto pagine di storia e modellato il paesaggio del Golfo di Napoli. Proseguiremo poi sul suggestivo Sentiero n. 9 (T) del Fiume di Lava, attraversando antiche colate vulcaniche e

paesaggi unici, testimoni silenziosi delle eruzioni che hanno trasformato questo territorio nel corso dei secoli.

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 e tecnica adeguata alla difficoltà dell'escursione della quale conferma aver preso visione delle caratteristiche.

SENTIERO N. 5 – IL GRAN CONO (CRATERE)

Dislivello in salita	Dislivello in discesa	Sviluppo Planare	Quota Massima	Difficoltà (vedi legenda a fine locandina)	Pranzo	Tempo stimato di percorrenza
150 m ca.	150 m ca.	4 km ca.	1175 m	T / E	Al sacco	2,5 h ca.

SENTIERO N. 9 – IL FIUME DI LAVA

Dislivello in salita	Dislivello in discesa	Sviluppo Planare	Quota Massima	Difficoltà (vedi legenda a fine locandina)	Pranzo	Tempo stimato di percorrenza
80 m ca.	80 m ca.	1 km ca.	568 m	T	Al sacco	1 h ca.

Difficoltà specifiche dell'escursione: nessuna difficoltà particolare. Occorre tenere conto della stagione estiva e munirsi dell'equipaggiamento adatto a proteggersi dal sole e dal caldo.

Come ausilio per una personale autovalutazione in relazione alla presente escursione, si propongono i parametri a seguire. Tali parametri sono delle indicazioni di massima per orientare le proprie considerazioni e non vanno intesi in senso assoluto.

Impegno fisico richiesto:
(per questa escursione)



NORMALE

Essere in buona salute e condurre una vita non sedentaria. Fare attività fisica almeno 1 volta a settimana, oltre l'escursione (a titolo di es: 45' di nuoto, 1 h di bici, 30' di jogging). Capacità di affrontare dislivelli di ca. 400 m.

DISCRETO / CONSISTENTE

Essere in buona salute e condurre una vita non sedentaria. Fare attività fisica almeno 2 volte a settimana, oltre l'escursione (a titolo di es: 45' di nuoto, 1 h di bici, 30' di jogging). Capacità di affrontare dislivelli fino a ca. 900 m.

ELEVATO

Essere in buona salute e condurre una vita non sedentaria. Fare attività fisica almeno 3 volte a settimana, oltre l'escursione (a titolo di es: 45' di nuoto, 1 h di bici, 30' di jogging). Capacità di affrontare dislivelli maggiori di ca. 1200 m.

Capacità tecniche richieste: (per questa escursione)	 NORMALI / STANDARD	Non sono richieste particolari attitudini, se non quella alla camminata. Essere in possesso di un normale senso dell'equilibrio.
	DISCRETE / CONSISTENTI	Buon senso dell'equilibrio. Capacità di muoversi agilmente su svariate tipologie di terreno montano che non presentino eccessive difficoltà (es. sentieri e mulattiere, ecc.)
	ELEVATE	Assenza di problematiche attinenti all'esposizione al vuoto. Piede fermo. Conoscenza e capacità di progressione su varie tipologie di terreno, anche impegnativo (es. pietraie, pendii scoscesi erbosi, tratti innevati, ecc.) sia in salita che in discesa, sia su sentiero che su tracce di sentiero o assenza di esso. Capacità di progressione su sentieri attrezzati e/o ferrate e d'uso dei relativi DPI.

AUTOVALUTAZIONE:

Attenzione! Prima di iscriverti all'escursione, valuta accuratamente se le tue attuali competenze tecniche e forma fisica sono compatibili con essa. Fai un onesto esame di autovalutazione e, se del caso, non esitare a rinunciare. Rinunciare non è uno sminuire le proprie capacità, ma un atto di responsabilità e maturità. Sono tanti, ad esempio, i grandi alpinisti che hanno saputo rinunciare alla vetta, magari anche solo a pochi metri da essa. Ciò non ha minimamente intaccato la loro immagine, anzi, il loro prestigio e la loro considerazione ne hanno guadagnato.

Una tale decisione eviterà di trasformare quella che dovrebbe essere una piacevole giornata nella natura in una sorta di Calvario. Faticare in montagna è normale; stressare al limite le proprie forze e capacità espone invece al rischio di traumi e incidenti, con ripercussioni importanti sulla tua sicurezza e potenzialmente su quella dei tuoi compagni. L'escursione deve essere un divertimento, non un esercizio di sofferenza. E poi ricorda: ci sono nell'arco dell'anno sicuramente tante altre escursioni alla tua portata. Sii dunque responsabile e saggio.

Iscrizioni: entro le 20:00 di venerdì 31 luglio 2026, inviando un messaggio (WhatsApp) ai seguenti numeri: 328 041 4309 / 388 890 9771 / 338 938 6487. Per ulteriori informazioni contattare gli accompagnatori.

Equipaggiamento obbligatorio: scarponi da montagna, giacca a vento (guscio), copricapo per il sole, crema solare, occhiali da sole, torcia elettrica, acqua per almeno 1,5 L.

Equipaggiamento consigliato: 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.**

COSTO	ACCOMPAGNATORI
A partire da € 45 fino a un massimo di € 60 a persona. Iscrizioni con acconto di € 20 entro venerdì 31 Luglio. La quota individuale dipenderà dal numero finale dei partecipanti (il costo totale del viaggio verrà diviso tra gli iscritti), per la copertura delle spese di viaggio. La quota prevede il viaggio in pullman, navetta A/R dal parcheggio e biglietto d'ingresso. I non soci dovranno ulteriori € 8,40 per la copertura assicurativa sugli infortuni. L'escursione sarà confermata al raggiungimento del numero minimo di partecipanti per la copertura delle spese di viaggio. Per motivi organizzativi è necessario fornire la propria adesione entro le ore 20:00 di venerdì 31 luglio 2026.	Pietro Rieti cell. 328 041 4309 Antonio Valle cell. 338 938 6487 Francesco Mucciarelli cell. 388 890 9771

N.B. Le coperture assicurative operano esclusivamente nei confronti dei soci in regola con il pagamento del bollino sociale. Il percorso e il programma della giornata indicato potrà essere modificato dagli accompagnatori a loro insindacabile giudizio.

Classificazione CAI dei percorsi in base alla difficoltà

T – turistico

Percorsi su carrarecce, mulattiere o evidenti sentieri che non pongono incertezze o problemi di orientamento, con modeste pendenze e dislivelli contenuti. Richiedono conoscenze escursionistiche di base e preparazione fisica alla camminata. Sono comunque richiesti adeguato abbigliamento e calzature adatte.

E – escursionistico

Percorsi che rappresentano la maggior parte degli itinerari escursionistici, quindi tra i più vari per ambienti naturali. Si svolgono per mulattiere, sentieri e talvolta tracce; su terreno diverso per contesto geomorfologico e vegetazionale (es. pascoli, sottobosco, detriti, pietraie). Sono generalmente segnalati e possono presentare tratti ripidi. Si possono incontrare facili passaggi su roccia, non esposti, che necessitano l'utilizzo delle mani per l'equilibrio. Eventuali punti esposti sono in genere protetti. Possono attraversare zone pianeggianti o poco inclinate su neve residua. Richiedono senso di orientamento ed esperienza escursionistica e adeguato allenamento. È richiesto idoneo equipaggiamento con particolare riguardo alle calzature.

EE – per escursionisti esperti

Percorsi quasi sempre segnalati che richiedono capacità di muoversi lungo sentieri e tracce su terreno impervio e/o infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, roccette o detriti sassosi), spesso instabile e sconnesso. Possono presentare tratti esposti, traversi, cenge o tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche e/o attrezzati, mentre sono escluse le ferrate propriamente dette. Si sviluppano su pendenze medio-alte. Può essere necessario l'attraversamento di tratti su neve, mentre sono esclusi tutti i percorsi su ghiacciaio.

Necessitano di ottima esperienza escursionistica, capacità di orientamento, conoscenza delle caratteristiche dell'ambiente montano, passo sicuro e assenza di vertigini, capacità valutative e decisionali nonché di preparazione fisica adeguata. Richiedono equipaggiamento e attrezzatura adeguati all'itinerario programmato.

EEA – per escursionisti esperti con attrezzatura

Per ferrata si intende un itinerario i cui tratti su roccia sono appositamente attrezzati con strutture metalliche: cavi, catene, scale, pediglie e staffe, che ne facilitano e consentono la progressione. Prevedono l'uso dei dispositivi di protezione individuali certificati secondo le normative vigenti (imbragatura, kit da ferrata e casco) e una adeguata preparazione tecnica.

EAI – escursionismo in ambiente innevato

Percorsi che si svolgono in ambiente innevato con l'utilizzo di racchette da neve, entro i limiti dell'escursionismo e quindi su pendenze medio-basse ($\leq 25^\circ$). Sono suddivisi su tre diversi livelli di difficoltà (facile, poco difficile e difficile) in ragione del dislivello, del contesto ambientale in cui si svolgono, della preparazione tecnica e dalle problematiche relative alla valutazione del pericolo di valanga che presentano. Prevedono tutte le cautele derivanti dalle specifiche e contestuali condizioni ambientali, tipiche dell'ambiente montano innevato differenti a seconda di altitudine e latitudine dell'itinerario.