



# CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI FOLIGNO



ESCURIONISMO

25/26 settembre 2021

## DUE GIORNI IN VALNERINA

I GIORNO:

- Caste San Felice rifugio CAI Spoleto da lì andiamo Forchetta di Vallo poi Monte Beregni (h 1426) poi il Coscierno fino a Forca della Spina e poi rientriamo a mezza costa al Rifugio CAI di Spoleto circa 20km dislivello circa 1600 mt  
- pernottamento e cena autogestita presso il rifugio

II GIORNO:

- Colazione e andiamo a Forchetta di Vallo poi al Monte Metano (h 1218) da lì a Vallo di Nera e Castel San Felice

Per quanto necessario cibo, acqua e quanto altro ci organizziamo in base ai partecipanti

1

### DISLIVELLO COMPLESSIVO

In salita                    m                    In discesa                    m

LUNGHEZZA:            Km

TEMPO DI PERCORRENZA 00,0 h

### DIFFICOLTA'

L'itinerario, così come proposto, non presenta particolari difficoltà.

E' necessaria comunque un'adeguata preparazione fisica.

### EQUIPAGGIAMENTO:

Abbigliamento da montagna adeguato al periodo.

Obbligatori scarponi da montagna ben rodati.

**Obbligatoria dotazione DPI (mascherina-gel disinfettante)**

**Obbligatorio lampada notturna**

Consigliato l'uso dei bastoncini.

Indumenti di ricambio da lasciare in rifugio.

### PROGRAMMA:

24 09 Ore 7,30 partenza dal parcheggio antistante il Decathlon

Ore 0.00 inizio escursione;

Rientro previsto entro 25 09 2021 pomeriggio inoltrato

### REFERENTI/E

Marco Tombolesi..... Cell. 348 723 7556

Angelo Arcangeli..... Cell. 340 333 4045

**OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE ENTRO IL 23 09 2021** tramite telefono o WhatsApp - Non sono consentite altre forme di prenotazione)  
NUMERO MASSIMO PARTECIPANTI (soci) 12 (dodici)

**La partecipazione all'escursione sottintende il rispetto del regolamento CAI per le escursioni e le note operative emanate dalla CCE-CAI centrale per il riavvio dell'attività escursionistica sezionale in emergenza COVID**

CLUB ALPINO ITALIANO - Sez. di Foligno - Via Bolletta, 18 - 06034 FOLIGNO (Pg) Tel. & Fax 0742 22921 - e-mail: [caifoligno@tin.it](mailto:caifoligno@tin.it) -  
Sito internet: [www.caifoligno.it](http://www.caifoligno.it)