



# CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI FOLIGNO



## MATTUTINO

6 FEBBRAIO 2022

**M.te VERGOZZE 1331 m – M.te CARPEGNA 1354 m (facoltativo)**



Si parte dall'abitato di Spina Nuova (890 m) verso C.le Trecchie per raggiungere un pianoro da cui si risale il versante sud ovest del M.te Vergozze (1331 m). Si scende poi sul versante opposto fino al valico sopra all'abitato di Bregnole per affrontare la ripida salita (facoltativa) al M.te Carpegna (1354 m). Una comoda carrareccia ci ricondurrà a Spina Nuova.

### DISLIVELLO COMPLESSIVO

In salita 700 m. In discesa 700 m (compresa la salita facoltativa al Carpegna)

LUNGHEZZA: Km 13 (compresa la salita facoltativa al Carpegna)

TEMPO DI PERCORRENZA: 4.00 h (compresa la salita facoltativa al Carpegna)

### DIFFICOLTÀ: E

Necessaria un'adeguata preparazione fisica anche se l'itinerario, così proposto, non presenta particolari difficoltà.

EQUIPAGGIAMENTO: Abbigliamento da montagna adeguato al periodo. Obbligatori scarponi da montagna ben rodati. Consigliato l'uso dei bastoncini. Indumenti di ricambio da lasciare in macchina.

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

### PROGRAMMA:

Ore 7,30 partenza dal parcheggio antistante il Decathlon  
Ore 8.15 circa, inizio escursione  
Rientro previsto intorno alle 13.00

Il trasferimento da Foligno a Spina nuova avverrà con mezzi propri. Previsto il rimborso carburante a chi metterà a disposizione il proprio automezzo.

Per ragioni non dipendenti dagli organizzatori, l'escursione potrà subire delle variazioni.

### REFERENTI PER INFO E PRENOTAZIONI

Loreti Domenico	Cell. 3927054860
Gallorini Mario	Cell. 3382275252
De Santis Clara	Cell. 3471102306

**Nell'eventualità di prenotazioni eccedenti il numero massimo consentito dalle disposizioni CCE-CAI Centrale saranno formati due gruppi**

**PRENOTARE ENTRO VENERDI' 04/02/2022 (esclusivamente tramite la seguente mail [domlor@alice.it](mailto:domlor@alice.it))**

**NUMERO MASSIMO PARTECIPANTI 20 (soci CAI in regola con il tesseramento)**

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

**OBLIGATORIA LA CERTIFICAZIONE VERDE RAFFORZATA**