



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI FOLIGNO



Seniores



Al Monte Pagliaro da Triponzo e ritorno per Nortosce

14 settembre 2022



<i>Descrizione</i>	Si inizia il cammino dal paese di Triponzo ed in costante salita, non particolarmente faticosa, si arriva sulla sommità del Monte Pagliaro (1110 m.s.l.m). Il cammino prosegue in discesa fino al borgo di Nortosce. Da qui si ritorna a Triponzo in discesa, non sempre comoda.
<i>Difficoltà:</i>	E. Necessaria un'adeguata preparazione fisica anche se l'itinerario, così come proposto, non presenta particolari difficoltà.
<i>Lunghezza/durata:</i>	18 km / 6 ore più le soste.
<i>Dislivello salita/discesa:</i>	800 / 800 m.
<i>Altitudine massima/minima:</i>	1110 / 403 m.

Aspetti organizzativi	
<i>Appuntamento:</i>	Ore 7:20 al parcheggio antistante il Decathlon .
<i>Partenza:</i>	Ore 7:30 con destinazione Triponzo (41 km – 35 minuti circa) con mezzi propri. Chi non utilizza l'auto propria potrà essere chiamato a contribuire con 5 € a titolo di rimborso spese.
<i>Rientro stimato a Foligno:</i>	Nel pomeriggio.
<i>Equipaggiamento:</i>	Abbigliamento da montagna adeguato al periodo, scarponi ben rodati (non sono ammesse scarpe da ginnastica o basse), indumenti di ricambio. Consigliati i bastoncini. Obbligatoria la dotazione personale DPT (mascherina e gel disinfettante). Ciascun partecipante dovrà provvedere al proprio pranzo al sacco ed alle proprie necessità.

OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE ENTRO MARTEDÌ 13.09.2022 ore 12:00

(tramite messaggio WhatsApp sul Gruppo "I Mercoledì dei Senior" oppure ai referenti)

Possono partecipare esclusivamente soci in regola con il bollino 2022 ed anche i non soci preventivamente assicurati (costo 7,50 €)

La partecipazione all'escursione sottintende il rispetto del regolamento CAI per le escursioni e le note operative emanate dalla CCE-CAI

<i>Referenti:</i>	Gualtiero Gallina – 328.8767397; Oriano Gallinella – 340.3987308
<i>Note:</i>	Il rifornimento idrico è possibile a Nortosce.