



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI FOLIGNO



Seniores



Le otto meraviglie del Medio Velino

15 marzo 2023



CL*: Le otto meraviglie del Medio Velino © Giovanni Duca 2021

Caratteristiche del percorso	
Descrizione	Nel corso dell'escursione si avrà l'opportunità di visitare: 1) I sinkhole di San Vetturino – Un sinkhole è una depressione di forma circolare che si è formata per il collasso di una cavità carsica sotterranea. Di questi nei 7 km quadrati della piana se ne contano più di 30!; 2) Terme romane di Vespasiano; 3) Castello di Paterno; 4) Villa di Tito; 5) Lago di Paterno; 6) Castello di M.S. Angelo; 7) Lago dei Cigni; 8) Basilica di Santa Maria Extra Moenia (Umbilicus Italiae).
Difficoltà:	E – Necessaria un'adeguata preparazione fisica anche se l'itinerario, così come previsto, non presenta particolari difficoltà.
Lunghezza/durata:	10 km / 4 ore circa più le soste.
Dislivello salita/discesa:	400 / 400 m circa.
Aspetti organizzativi	
Appuntamento:	Ore 7:20 al parcheggio antistante il Decathlon .
Partenza:	Ore 7:30 con mezzi propri. Chi non utilizza l'auto propria potrà essere chiamato a contribuire al rimborso carburante.
Rientro stimato a Foligno:	Nel tardo pomeriggio.
Equipaggiamento:	Abbigliamento da montagna adeguato al periodo, scarponi ben rodati (non sono ammesse scarpe da ginnastica o basse), indumenti di ricambio. Consigliati i bastoncini. Ciascun partecipante dovrà provvedere al proprio pranzo al sacco ed alle proprie necessità.
OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE ENTRO MARTEDI' 14.03.2023 ore 12:00 (tramite messaggio WhatsApp sul Gruppo "I Mercoledì dei Senior" oppure ai referenti)	
Possono partecipare esclusivamente soci in regola con il bollino 2023 o 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	
Referenti:	Giovanni Duca – 328.2273262; Rosa Bianconi – 349.7880555; Clara De Santis – 347.1102306; Daniele Ranocchia – 335.5267045
Note:	Rifornirsi d'acqua prima della partenza. In caso di maltempo il programma potrà subire variazioni.