



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI FOLIGNO

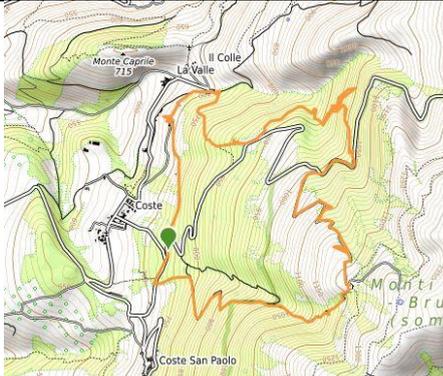


Seniores



Dalla Loc. Renacciola ai Rifugi Pozzo di Mezzanotte e Casetta Ciccaglia

19 aprile 2023



Caratteristiche del percorso

<i>Descrizione</i>	L'escursione parte dalla località Renacciola seguendo il sentiero 374 fino a C. Bosco. Si prosegue per sentieri non segnati fino a raggiungere la sbarra che chiude la sterrata per il Rifugio CAI Pozzo di Mezzanotte. Superata la sbarra si arriva in breve al Rifugio per poi proseguire fino a raggiungere il Rifugio CAI Casetta Ciccaglia. Proseguendo in discesa sul sentiero 375 si raggiunge prima il borgo di Coste San Paolo e poi il punto da cui si è partiti.
<i>Difficoltà:</i>	E. Necessaria un'adeguata preparazione fisica anche se l'itinerario, così come previsto, non presenta particolari difficoltà.
<i>Lunghezza/durata:</i>	14 km / 5 ore circa più le soste.
<i>Dislivello salita/discesa:</i>	750 / 750 m circa.
<i>Altitudine massima/minima:</i>	1262 / 701 m.

Aspetti organizzativi

<i>Appuntamento:</i>	Ore 7:50 al parcheggio antistante il Decathlon .
<i>Partenza:</i>	Ore 8:00 con destinazione Loc. Renacciola (9 km – 13 minuti circa) con mezzi propri. Chi non utilizza l'auto propria potrà essere chiamato a contribuire al rimborso carburante.
<i>Rientro stimato a Foligno:</i>	Primo 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. Ciascun partecipante dovrà provvedere al proprio pranzo al sacco , se necessario, ed alle proprie necessità.

OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE ENTRO MARTEDI' 18.04.2023 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 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>	Oriano Gallinella – 340.3987308; Luciana Desideri – 348.4763891; Minelli Luca – 338.1509851; Daniele Ranocchia – 335.5267045.
<i>Note:</i>	Rifornirsi d'acqua prima della partenza. Il percorso potrà subire variazioni in funzione delle condizioni meteo e psicofisiche del Gruppo ad insindacabile giudizio dei referenti.