



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI FOLIGNO



21/23 Aprile

CAMMINO DI S: BENEDETTO n.3 tappe(11/13) tra le più belle e interessanti, di avvicinamento a quella finale di Montecassino(n.16).Dai monti SINBRUINI la montagna di Roma, ai monti ERNICI, spartiacque tra Lazio e Abruzzo. Partenza dalle Abbazie di Subiaco e arrivo dopo la terza tappa all'Abbazia di Casamari passando per la Certosa di Trisulti(Stupenda Farmacia del XVIII°sec. con salotto d'attesa).Percorreremo la valle dell'Aniene tra laghetti cascate e acquedotti Romani del II°sec.d.

DISLIVELLO COMPLESSIVO:

LUNGHEZZA: vedi tabella

TEMPO DI PERCORRENZA: vedi tabella

DIFFICOLTÀ: E

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

EQUIPAGGIAMENTO: Abbigliamento da montagna adeguato al periodo. Obbligatorie scarpe da montagna ben rodenti. Consigliato l'uso dei bastoncini. Indumenti di ricambio nello zaino.



Obbligatoria dotazione DPI (mascherina-gel disinfettante)

**Trasferimento in minibus 65 €
2 pernottamenti e 2 cene 100 € circa a persona**

PROGRAMMA:

Ore 7,30 in punto partenza dal parcheggio antistante il Decathlon con MINIBUS.

REFERENTI PER INFO E PRENOTAZIONI

CICIO Laura Cell. 3280389907
DUCA Giovanni Cell. 3282273262

PRENOTARE ENTRO VENERDI' 14/04/2023

Possono partecipare, oltre ai soci CAI in regola con il tesseramento 2023, anche i non soci purché regolarmente assicurati.

La stipula e il relativo pagamento (€ 7.50) dovranno avvenire entro venerdì 24/03/2023

La partecipazione all'escursione sottintende il rispetto del regolamento CAI per le escursioni e le note operative del 30/03/2022 emanate dal CAI

CENTRALE

CLUB ALPINO ITALIANO – Sez. di Foligno – Via Bolletta, 18 – 06034 FOLIGNO (Pg)

Tel. & Fax 0742 22921 – e-mail: caifoligno@tin.it - Sito internet: www.caifoligno.it