



# 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:

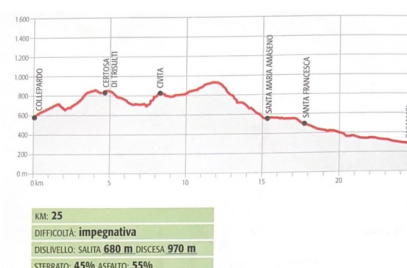
**LUNGHEZZA:** vedi tabella

**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 rodiate. 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](mailto:caifoligno@tin.it) - Sito internet: [www.caifoligno.it](http://www.caifoligno.it)