



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI FOLIGNO



MATTUTINO 17 DICEMBRE 2023



"LE SVOLTE"

L'escursione partirà nei pressi di Capodacqua di Foligno. Dopo aver percorso un'erta e tortuosa salita, ai più esperti nota come il sentiero "delle svolte", proseguiremo lungo il sentiero 310 fino a raggiungere l'abitato di Fondi per poi fare ritorno a Capodacqua lambendo l'amana località di Afrile.

DISLIVELLO COMPLESSIVO

In salita 550 m. (circa) In discesa 550 m (circa)

LUNGHEZZA: Km 9,50 (circa)

TEMPO DI PERCORRENZA: 4.00 h (soste comprese)

DIFFICOLTÀ: E

Necessaria un'adeguata preparazione fisica.

EQUIPAGGIAMENTO: Abbigliamento da montagna adeguato al periodo. Obbligatori scarponi da montagna ben rodati. Consigliato l'uso dei bastoncini. Scarpe e indumenti di ricambio da lasciare in macchina.

MONTAGNA PULITA

Riprendiamo la bella abitudine di portare con noi un sacchetto per raccogliere le sporcizie (plastica, cartucce....) che troviamo lungo il percorso

PROGRAMMA:

Ore 7,20 ritrovo dal parcheggio antistante il Decathlon
Ore 7,30 in punto partenza dal parcheggio Decathlon
Ore 8.00 circa, inizio escursione
Rientro previsto entro le ore 12.30/13,00

Il trasferimento fino a Capodacqua avverrà con mezzi propri.
(Previsto rimborso carburante per chi metterà a disposizione il proprio automezzo)

Per ragioni non dipendenti dagli organizzatori, l'escursione potrà subire delle variazioni.

REFERENTI PER INFO E PRENOTAZIONI

Ivano Chianella: Whatsapp: 338-8198976
e-mail: ivano.studio@gmail.com

Giordano Dominici: Whatsapp: 329-9621454

OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE ENTRO VENERDI' 15/12/2023 esclusivamente tramite WHATSAPP o mediante la seguente mail:

ivano.studio@gmail.com - Non sono consentite altre forme di prenotazione

POSSONO PARTECIPARE ESCLUSIVAMENTE I SOCI CAI in regola con il tesseramento 2023

E ANCHE I NON SOCI preventivamente assicurati (al costo di € 7,50)

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