



attività  
**2018**

**DOMENICA**

**7 GENNAIO**

**NOI, LA MONTAGNA, IL TERRITORIO**

# escursione "con le ciaspole" sul **Monte VENTRINO** m 1507 e pranzo al Rifugio Coppetello

GRUPPO MONTUOSO: PARCO REGIONALE SIRENTE VELINO

## PROGRAMMA

ore 08.00 - RITROVO a COLLARMELE - Piazza 1° Maggio (Municipio)  
ore 08.15 trasferimento alla Fonte del Vallone  
- inizio escursione -  
ore 10.30 ARRIVO IN VETTA - colazione al sacco  
ore 11.00 RIPARTENZA  
ore 12.30 ARRIVO AL RIFUGIO "COPPETELLO" e sosta pranzo  
RIENTRO : tardo pomeriggio



### PRANZO AL RIFUGIO COPPETELLO

quote individuali:

SOCI.....€ 5,00

NON Soci.....€ 15,00

compresa la quota assicurativa di € 10,00\*

**TERMINE ISCRIZIONE E PRENOTAZIONE PRANZO**  
venerdì 5 gennaio 2018 - ore 19

**COORDINATORE:**  
**ULDERICO CIAGLIA 339.1083811**



**SI RICHIEDE BUONA  
PREPARAZIONE FISICA**

**NOTE SUL  
PERCORSO**

GRADO DI DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO TOTALE	TEMPO DI PERCORRENZA
E/EAI ESCURSIONE IN AMBIENTE INNEVATO	m. 600	4 ORE

### EQUIPAGGIAMENTO:

GIACCA ANTIVENTO - CAPPELLO GUANTI  
SCARPONI - ALIMENTI - ACQUA - SALI MINERALI  
PICCOLO KIT PRONTO SOCCORSO INDIVIDUALE  
si consiglia l'uso di  
BASTONCINI TELESCOPICI - CIASPOLE

**POSSONO PARTECIPARE ANCHE NON SOCI CAI**  
previa iscrizione (nome-cognome e data di nascita) presso  
la Sede Sociale e versamento della quota assicurativa\*  
obbligatoria individuale di € 10,00

C.A.I. Sezione di Avezzano - C.P. 284 - Via Mazzini, 32 /67051 AVEZZANO (AQ)

333.5720691 - [www.caiavezzano.it](http://www.caiavezzano.it) - [avezzano@cai.it](mailto:avezzano@cai.it)

SOTTOSEZIONI: CAI ROSCIOLO - CAI PEScina - CAI LUCO DEI MARSI (Lucus Angitiaie)

Avezzano, 31 dicembre 2017

il presidente Antonio Di Palma