



# Club Alpino Italiano

## Sezione di Popoli



### **Cresta della Monna dal Piano Aremogna Intersezionale con CAI Isernia e CAI Campobasso**

**Domenica 13 gennaio 2019**

Interessante percorso ad anello che si sviluppa lungo la parte meridionale del Piano dell'Aremogna (1400 m). Dal parcheggio antistante il Rifugio Heidi si raggiunge il Lago di Castello e da qui si sale per tornanti e svolte al Passo Le Crocelle (1650 m). Una comoda carrareccia porta poi ad una località panoramica, chiamata Belvedere, da dove si scorgono gli abitati di Scontrone e Alfedena. Si percorre a mezza costa La Cresta della Monna (1761 m, meta della nostra escursione) con la successiva possibilità di arrivare alla croce di vetta del Colle della Monna (1693 m) per poi ritornare al Belvedere e scendere lungo la Valle Fredda. Si attraversa infine il fitto bosco dell'Ardicara, in mezzo a diversi faggi secolari, fino a chiudere l'anello sul Piano dell'Aremogna.

Escursione di interesse faunistico (possibilità di incontrare il cervo), paesaggistico, di orientamento e botanico.

**Difficoltà:** EAI – dislivello 400 m ca.

**Durata:** 5 ore ca. (escursione completa).

**Accompagnatori:** Carlo Diodati (ANE), Andrea Lattanzio (AE), Matilde di Domenico (CAI Isernia), Carmela Vaccaro (CAI Campobasso)

**Equipaggiamento:** Ciaspole ed abbigliamento tecnico da escursionismo invernale: Scarponcini impermeabili da montagna, bastoncini telescopici, giacca antivento, crema solare, guanti, copricapo, pile caldo. Pranzo al sacco, acqua (almeno 1 litro).

**Raduno e partenza:** UNIEURO (Calabrese) - Isernia, ore 7,45

**Iscrizione entro sabato 12 gennaio ore 12:00 ai numeri di cellulare riportati in basso.**  
**IMPORTANTE:** i **NON SOCI CAI** dovranno fornire all'atto dell'iscrizione **nome, cognome, data di nascita, indirizzo di residenza e numero cellulare** per la stipula dell'assicurazione obbligatoria (pari a 7 €).

Info e iscrizioni: Carlo: 3487058837 / Andrea: 3393407632 / Matilde: 3332736629 / Carmela: 3338953569