









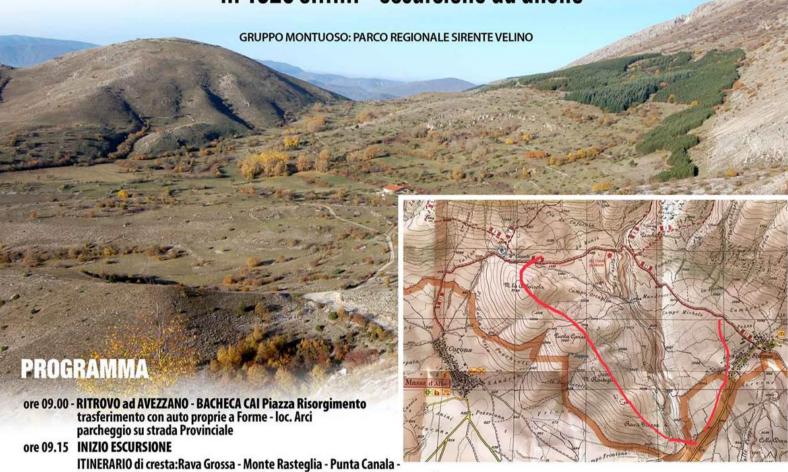
**DOMENICA** 24 MARZO



NOI, LA MONTAGNA, IL TERRITORIO

## **Monte LA DIFENSOLA**

m 1326 s.l.m. - escursione ad anello



ITINERARIO di cresta:Rava Grossa - Monte Rasteglia - Punta Canala - Monte La Difensola - Fonte Canale - Rifugio Casale da Monte (sosta pranzo)

- ore 12.45 ARRIVO AL RIFUGIO CASALE DA MONTE PRANZO (€ 15,00 antipasto, primo e bevande)
- ore 15.30 RIPARTENZA Ritorno sul Sentiero E1 per Peschio Rovicino -
- ore 16.45 Arrivo alle auto Loc. Arci FINE ESCURSIONE
- ore 17.00 RIENTRO AD AVEZZANO

## **COORDINATORE:** A.E. Fabio ANTIFORA 338.2968263

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



## TERMINE ISCRIZIONE

NON SOCI - venerdì 22 marzo 2019 - ore 19 SOCI - sabato 23 marzo 2019 - ore 19



SI RICHIEDE BUONA PREPARAZIONE FISICA

## UIPAGGIAMENTO:

GIACCA ANTI VENTO - CAPPELLO GUANTI SCARPONI - ALIMENTI - ACQUA - SALI MINERALI PICCOLO KIT PRONTO SOCCORSO INDIVIDUALE PROTEZIONE SOLARE OCCHI E VISO BASTONCINI TELESCOPICI