

attività
2019



DOMENICA

24 MARZO

NOI, LA MONTAGNA, IL TERRITORIO

Monte LA DIFENSOLA

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

GRUPPO MONTUOSO: PARCO REGIONALE SIRENTE VELINO



PROGRAMMA

- ore 09.00 - RITROVO ad AVEZZANO - BACHECA CAI Piazza Risorgimento trasferimento con auto proprie a Forme - loc. Arci parcheggio su strada Provinciale
- ore 09.15 INIZIO ESCURSIONE
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

NOTE SUL PERCORSO	GRADO DI DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO TOTALE	TEMPO DI PERCORRENZA
E	ESCURSIONISTICO	m. 450	3,5 ORE

IL COORDINATORE SI RISERVA LA FACOLTÀ DI
MODIFICARE L'ITINERARIO O ANNULLARE
L'ESCURSIONE IN CASO DI MALTEMPO

TERMINE ISCRIZIONE

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



SI RICHIEDE **BUONA**
PREPARAZIONE FISICA

EQUIPAGGIAMENTO:

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

C.A.I. Sezione di Avezzano - C.P. 284 - Via Mazzini, 32 /67051 AVEZZANO (AQ)
333.5720691 - www.caiavezzano.it - avezzano@cai.it



C.A.I. Avezzano

SOTTOSEZIONI: CAI ROSCIOLO - CAI VALLE DEL GIOVENCO - CAI LUCO DEI MARSII (Lucus Angitiaie)

Avezzano, 19 marzo 2019
il presidente Antonio Di Palma