



Club Alpino Italiano

Sezione di Cassino



XXXIII^a Marcialonga del Cassinate

Data dell'effettuazione

Categoria

Mezzo di trasporto

15 settembre 2019

Turistico

..

Programma

Ore 7:00 Ritrovo presso la sede CAI in Via Verdi - Parco Baden Powell.

Ore 7:30 Partenza della Marcialonga del Cassinate. Via Verdi, Lungofiume Madonna di Loreto, Caira, Fonnone, Monterotondo, Via Pinchera, Via Montecassino, Via Crocifisso, Via Ausonia, Via Folcara, Sant'Angelo, Fontana Rosa, Via Fontana dei Banditi, Via Foresta, Via Palombara, Via Garigliano, Viale Dante, Corso della Repubblica, Via Verdi.

Ore 16:00 Arrivo nel Parco Baden Powell - Sede CAI Cassino e fine manifestazione.

**Il pranzo a sacco sarà consumato durante il percorso

Durante tutta la manifestazione sarà garantita la presenza di assistenza sanitaria con ambulanza della Croce Rossa

Contributo per la partecipazione:

Soci Cai 5 euro

Non soci 11 euro (include la copertura assicurativa di 6 euro)

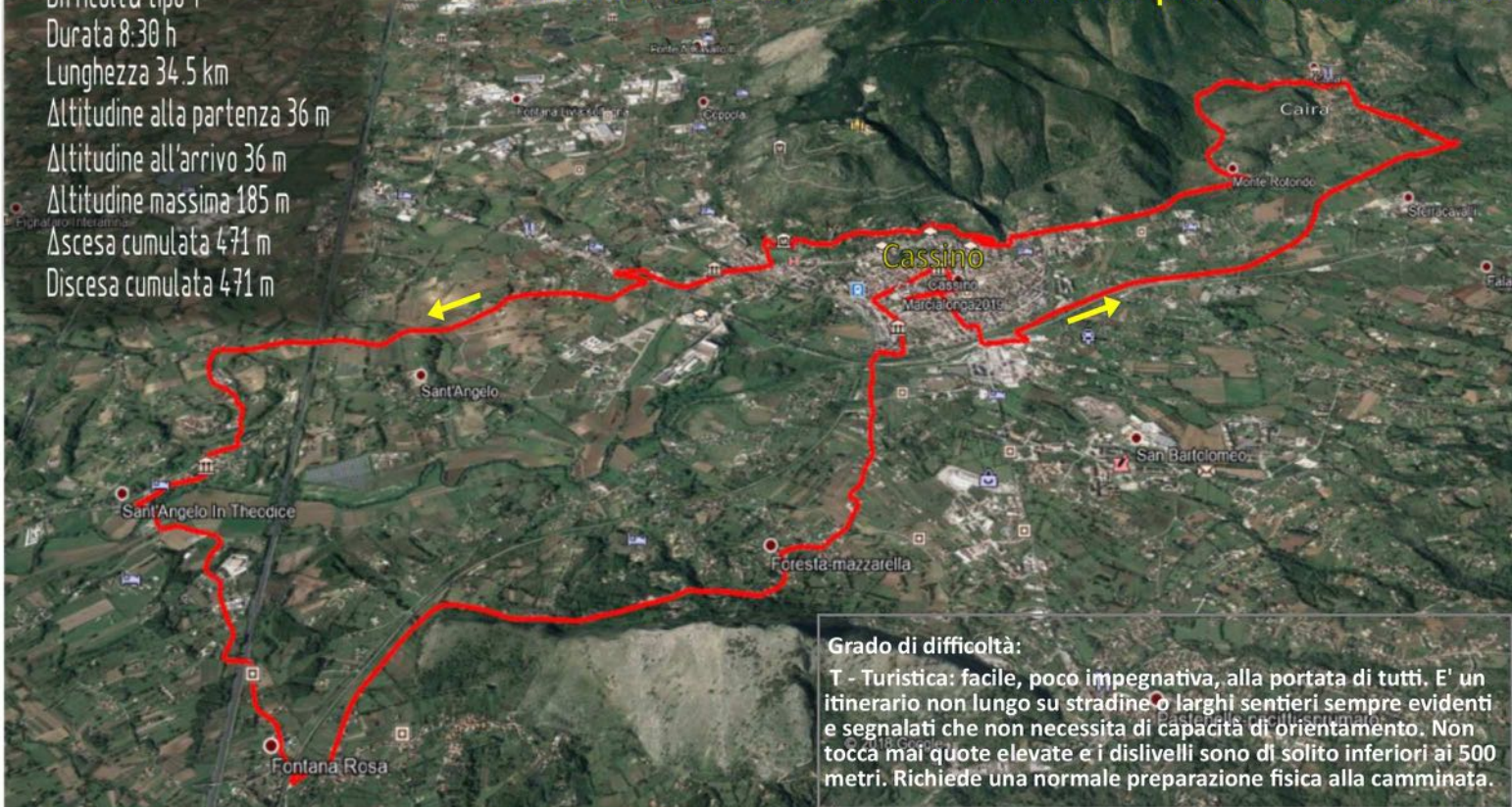
Referenti della manifestazione:

Bruno Lena 366 862 0446

Miele Pietro 349 106 8970

Difficoltà tipo T
Durata 8:30 h
Lunghezza 34.5 km
Altitudine alla partenza 36 m
Altitudine all'arrivo 36 m
Altitudine massima 185 m
Discesa cumulata 471 m
Discesa cumulata 471 m

Iscrizioni entro e non oltre venerdì 13.09.2019 presso la sede CAI Cassino



Grado di difficoltà:

T - Turistica: facile, poco impegnativa, alla portata di tutti. E' un itinerario non lungo su stradine o larghi sentieri sempre evidenti e segnalati che non necessita di capacità di orientamento. Non tocca mai quote elevate e i dislivelli sono di solito inferiori ai 500 metri. Richiede una normale preparazione fisica alla camminata.

Equipaggiamento ed informazioni

I partecipanti hanno l'obbligo di indossare un abbigliamento adatto alle attività escursionistiche. Indispensabili gli scarponi, i bastoncini, uno zaino non molto grande (consigliato uno zaino di circa 30 L), una borraccia con acqua; un pile, guanti, cappello, giacca antivento, creme protettive, occhiali con protezione UV.

Si consiglia di lasciare un ricambio completo in auto o in pullman.

I non soci possono partecipare alle attività escursionistiche previa attivazione della copertura assicurativa, presso la sede CAI di Cassino, almeno tre* giorni prima della data di escursione.

*** Per le escursioni con il pullman le scadenze delle iscrizioni per Soci e non Soci deve avvenire nei termini riportati in locandina.**

I partecipanti devono rispettare il regolamento delle escursioni della Sezione CAI di Cassino riportato sul calendario escursionistico, esposto in sede e pubblicato sul sito web; nel corso delle escursioni il regolamento della sezione è disponibile in ogni momento facendone richiesta al Referente

www.caicassino.com

Via Verdi, 29

Parco Baden Powell

CASSINO cell. 3668620446

e-mail: caicassino75@gmail.com