



Sezione di Cassino

Club Alpino Italiano

Sezione di Cassino



CAI Cultura



Family CAI



Escursionismo



GEKI



Sentieristica



TAM

Fonte Fredda

da Prati di Mezzo

Parco Nazionale Abruzzo Lazio e Molise

Data dell'effettuazione

5 Luglio 2020

Categoria

Escursionismo

Mezzo di trasporto

Privato

Programma

Attività proposta ed organizzata dai gruppi Family CAI e Lento Pede

Da Cassino:

Ore 07:50 - Ritrovo in Piazza N. Green

Ore 08:00 - Partenza con auto proprie per Prati di Mezzo - Picinisco (FR). Distanza 44 km, durata prevista del tragitto 1H

Per tutti:

Ore 09:00 - Ritrovo a Prati di Mezzo

Ore 09:10 - Briefing e inizio escursione

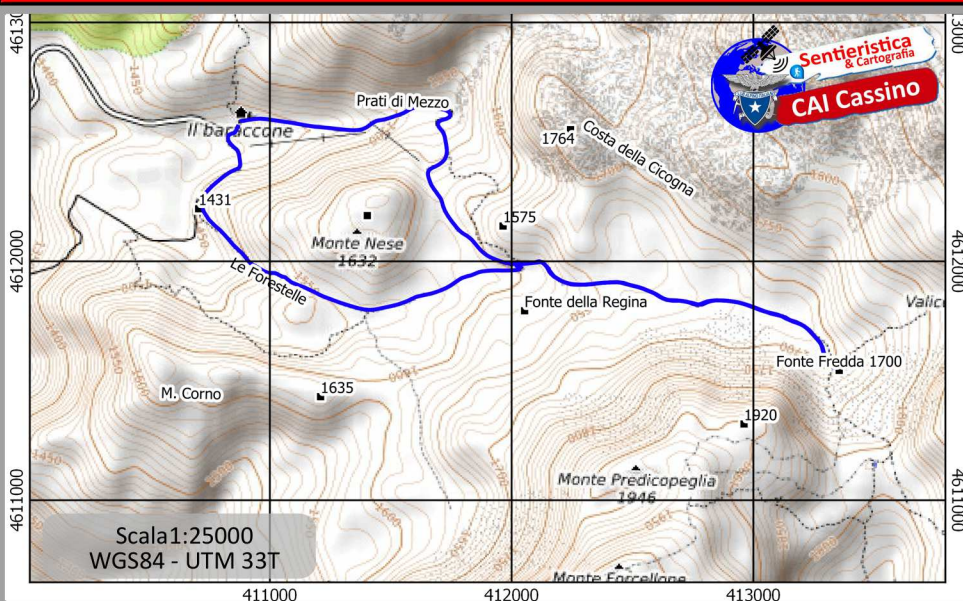
Dal parcheggio si parte in direzione sud verso Valle Forestella seguendo per circa 500 m una comoda carrareccia. A questo punto si svolta decisamente a sinistra e si percorre un evidente ed agevole sentiero privo però di segnaletica. Si costeggia così tutto il versante sud di M. Nese attraversando la valletta Fonte della Regina per arrivare all'intersezione con il sentiero N2 del PNALM. Si percorre l'N2 in direzione SE fino alla località Fonte Fredda: punto di destinazione [413348E, 4611553N, 1710 m]. Il rientro si svolge interamente lungo il sentiero N2, questa volta in direzione NW, fino a Prati di Mezzo, destinazione finale, dove si conclude l'attività escursionistica

Il pranzo al sacco sarà consumato nel corso dell'escursione.

Ore 16:00 - Rientro



NOTA: in ottemperanza alle norme nazionali di prevenzione al COVID19 e conseguenti indicazioni del CAI centrale, per partecipare all'escursione è obbligatorio prenotarsi entro le ore 19 di venerdì 3. All'appuntamento è altresì obbligatorio consegnare agli accompagnatori l'autocertificazione compilata e firmata (in allegato alla presente). IN MANCANZA DI QUANTO RICHIESTO NON SARA' POSSIBILE PARTECIPARE ALLA ESCURSIONE.



Direzione

Pietro Miele
cell. 349 106 8970

Giovanna Iorio
cell. 349 187 8063



Descrizione

Grado di difficoltà: **E**
Distanza planimetrica: **6.8 km**
Altitudine di partenza: **1438 m**
Altitudine di arrivo: **1438 m**
Altitudine max: **1710 m**
Salita cumulata: **/300 m**
Durata prevista: **6 h**

Grado di difficoltà

E = Escursionismo

Itinerari che si svolgono quasi sempre su sentieri, oppure su tracce di passaggio in terreno vario (pascoli, detriti, pietraie), di solito con segnalazioni. Richiedono un certo senso di orientamento, come pure una certa esperienza e conoscenza del territorio montano, allenamento alla camminata, oltre a calzature ed equipaggiamento adeguati. Possono svilupparsi su pendenze rilevanti e su tratti esposti protetti da cavi e/o catene. E' possibile anche trovare qualche passaggio su roccia non esposto. Normalmente il dislivello è compreso tra i 500 e i 1000m.

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 con una capienza di circa 30 L), una borraccia riciclabile, un pile, guanti, cappello, giacca antivento, creme protettive e 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 in pullman la scadenza 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