



PARCO NAZIONALE D'ABRUZZO LAZIO E MOLISE
Ciaspolata dalla Castelluccia alla sella di Monte Tranquillo
11 marzo 2018
Intersezionale con la Sezione di Alatri

Descrizione itinerario:

Escursione in ambiente innevato con le ciaspole dalla Castelluccia (1400 m) per Campo Lungo fino alla Sella a Sud di Monte Tranquillo (1706 m)

Iscrizioni:

In sede giovedì 8 marzo dalle 19:00 alle 20:45.

Note:

La lunghezza planimetrica dell'itinerario è di 10 chilometri circa. L'equipaggiamento minimo indispensabile comprende un abbigliamento da trekking adeguato alle previsioni climatiche previste, scarponi, ghette, zaino, ciaspole e bastoncini da trekking.

Pranzo al sacco da provvedere autonomamente.

Assicurazione e soccorso alpino obbligatori per i non soci CAI.

Difficoltà	Dislivello in salita	Dislivello in discesa	Durata prevista (ore di marcia)
EAI	500 m	500 m	4 circa

Equipaggiamento	Accompagnatori
Giacca antivento e antipioggia, micropile, cappello e occhiali da sole, guanti da neve, snack o frutta secca, borraccia con tè caldo o almeno un litro d'acqua	Per CAI Frascati: Umberto Fanciullo: 347 3471690 Per CAI Alatri: Calogero Aulicino, Gabriella Rufo

Appuntamento

11 marzo alle 6:45 puntuali a Frascati (località Cocciano)

Ampio parcheggio antistante la Chiesa di San Giuseppe Lavoratore (via G.Romita, 1)
nelle immediate vicinanze della sede della Sezione

Con l'iscrizione all'escursione il partecipante dichiara di conoscere e accettare
le *Regole di comportamento per le escursioni sociali* della Sezione di Frascati