



**Club Alpino Italiano - Sezione di Frascati**  
Via Palmiro Togliatti, 12/A; 00044 – Frascati (località Cocciano)  
[www.caifrascati.it](http://www.caifrascati.it)

Riserva Naturale Monte Navegna e Cervia

## Monte Navegna (1508 m)

**sabato 11/05/2019**

**Descrizione itinerario:** anello da Ascrea (757 m) per Mirandella e Fonte Le Forche; discesa per il fosso del Valloppio

Lasciate le auto ad Ascrea, nei pressi del cimitero, si imbecca il sentiero, si supera un fontanile ormai in disuso e si prosegue fino alle rovine di Mirandella. Dopo una breve visita alle rovine si prosegue lungo il sentiero che raggiunge una sterrata che si segue fino alla Fonte Le Forche (1100 m). Dalla fonte si piega a N/O per seguire un sentiero a mezzacosta e, una volta raggiunto un crinale erboso, si piega nettamente a N/E e si sale alla cima di Colle Mogano (1276 m); da qui, dopo una breve discesa alla sella sottostante, si sale decisi alla vetta (1508 m). Discesa per la stessa via fino alla Fonte Le Forche e da lì ritorno per il Fosso di Valloppio e le Coste di Ascrea con un ottimo scorcio sul Lago del Turano.

**Iscrizioni:** in Sede di persona giovedì 9 Maggio dalle 19:30 alle 20:30.

Difficoltà	Dislivello in salita	Dislivello in discesa	Durata prevista (ore di marcia)
E	800 m	800 m	6

Equipaggiamento	Accompagnatori
Normale equipaggiamento da media montagna (pedule alte alla caviglia con suola scolpita e bastoncini telescopici obbligatori)	DdE Nicoletta Visani (cell 3477855705) DdE Donatella Tenaglia DdE Maurizio Antonelli

### Appuntamento

**sabato 11 maggio ore 07:00 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**