



Monte Meta (2241 m) Monti della Meta 28 maggio 2022

Descrizione itinerario:

Dal parcheggio di Prati di Mezzo, Picinisco (FR), ci si dirige verso il rifugio si prende il sentiero a sinistra (sentiero N1 del PNALM) che risale su una spalletta sassosa prima di entrare nel bosco.

Usciti dal bosco si giunge ad una piccola sella erbosa dove il sentiero piega nettamente a sinistra. Si guarda un fossato, si traversa a mezza costa un'altra spalletta e si entra in un'ampia zona prativa marcata da un altro grande fossato. Da qui si risale il suo fianco destro camminando ai margini di un sassoso pianoro in declivio. Si raggiunge il **Vallone della Meta** e gli alberi vanno man mano sparendo lasciando il posto ad un paesaggio aspro e severo. Su sentiero sempre sconnesso si giunge ad un bivio (1829 m), si abbandona la pista di sinistra che traversa il Pratolungo (sentiero N3 del PNALM). Si segue quella di destra che, terminato il Vallone della Meta, si destreggia tra conche, doline e cocuzzoli fino a che non va ad intercettare di nuovo il fossato. Si raggiunge il **Passo dei Monaci** dominata dalla parete est de La Meta (1967 m, termine sentiero N1 del PNALM). Da qui si piega verso sinistra in direzione della visibilissima cresta SE e risalendola si giunge alla cima del Monte Meta.(2241 m).

Le iscrizioni saranno effettuate solo tramite contatti telefonici entro e non oltre le ore 19:00 di giovedì 26 maggio.

Assicurazione obbligatoria per i partecipanti NON SOCI CAI: Contestualmente all'iscrizione all'escursione i non-soci CAI devono versare in contanti il premio per l'assicurazione obbligatoria infortuni, non rimborsabile in caso di annullamento dell'escursione. È possibile scegliere tra due combinazioni: premio combinazione A: 7,50 €; premio combinazione B: 15,00 €, a queste due combinazioni è possibile aggiungere una quota di 4,00 € per il soccorso alpino. Tale quota, a discrezione del responsabile, dell'escursione può essere resa obbligatoria.

Dettagli su <http://www.cai.it/assicurazione-3/assicurazione/>

Per i non soci CAI contattare direttamente il responsabile dell'escursione.

Difficoltà	Dislivello in salita	Dislivello in discesa	Durata prevista
EE	900 m		7 ore

Equipaggiamento	Accompagnatori
Abbigliamento da montagna adeguato alla stagione, e alla quota giacca impermeabile, guanti e cappello parasole. Obbligatorio scarpa da trekking alta . Consigliati bastoncini telescopici, almeno 1,5 l. acqua.	<i>Ornella Marzella: 3248796649</i> <i>Gian Francesco Peverini: 3392656839</i>

Appuntamento

Sabato 28 maggio ore 6:30 (Cocciano) Frascati
parcheggio antistante Chiesa S. Giuseppe Lavoratore
<https://goo.gl/maps/1gf2YRow6kVhykHs5>
41°49'08.3"N 12°41'18.5"E

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