



Gruppo Montuoso Monti Lepini Monte Lupone (m 1378) sabato 11 Febbraio 2023

Descrizione itinerario:

Partenza da Rocca Massima m.746 si parcheggia sulla strada per Cori subito dopo l'abitato all'altezza di un curvone, si prende la strada bianca (in cemento) e la si prosegue per circa un chilometro, poi inizia il sentiero. Il percorso è di andata e ritorno per la stessa via, in alcune zone i segni non sono ben visibili ma il tracciato è abbastanza intuitivo. Si sale in maniera costante, si attraversa il largo crinale de Le Fosse continuando sempre in quota fino ad arrivare a dei pianori erbosi. Dopo alcuni saliscendi si entra nella faggeta fino a ritornare in cresta e dopo una lunga passeggiata si arriva sulla sassosa vetta. Questo è l'itinerario più lungo per salire su Monte Lupone, però è anche il più affascinante per la varietà di paesaggi che offre, tra lecceti e faggete senza dimenticare lo spettacolo della visuale a 360° che spazia tra l'agro Pontino, i Colli Albani, i monti Simbruini i monti Ernici e il promontorio del Circeo.

Iscrizioni:

Per tutti gli interessati a partecipare indicare da subito l'indirizzo di posta-e ed il numero di telefono cellulare.

Per i Soci: Le adesioni verranno prese fino alle ore 15,00 di venerdì 10 Febbraio 2023, non oltre.

Per i non Soci: Le adesioni verranno prese fino alle ore 21,00 di giovedì 9 Febbraio 2023 occorrerà Codice Fiscale data di nascita mail e cell. per l'attivazione dell'assicurazione CAI. E' 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.

Note:

Pranzo: Pranzo al sacco ed almeno un litro di acqua. Consiglio sempre di portare zuccheri (frutta secca, barrette energetiche o simili) ed integratori salini.

Difficoltà	Dislivello in salita	Dislivello in discesa	Durata prevista (ore di marcia)
E	m 700	m 700	6,30 (sei ore e mezza)

Equipaggiamento	Accompagnatori
Abbigliamento da montagna (a strati) adeguato alla stagione, ricordate sempre la giacca impermeabile, nonché il cappello parasole ed il cappello ed i guanti di lana (o pile).	Alberto Laglia (responsabile) Alberto.laglia@gmail.com 328 4518975 Donatella Tenaglia 347 0159116

Appuntamento

Sabato 11 Febbraio 2023 ore 07:00 a Frascati (località Cocciano)

Ampio parcheggio antistante la Chiesa di San Giuseppe Lavoratore (Via Giuseppe 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

Rev. Febbraio 2016