



Gruppo Monte Lepini Monte Cervia (m 1438) Domenica 28 Aprile 2024

Descrizione itinerario:



Percorso ad anello, perfettamente segnalato, con partenza e arrivo nel borgo di Collegiove (comune in provincia di Rieti). Il sentiero risale a serpentina la parete rocciosa Nord-Est del Monte Cervia sfruttando la Valle di Varco. Usciti in cresta il percorso diventa spettacolare con bellissime viste sul Lago del Turano e i paesi di Colle di Tora e Castel di Tora che si affacciano sullo specchio d'acqua. Più in alto il panorama si allarga sul Monte Nuria, Terminillo, Soratte, Velino-Sirente, Gran Sasso e sul Monte Navegna visto da un'angolazione insolita.

Iscrizioni:

Tutti gli interessati a partecipare dovranno contattare il responsabile dell'escursione per l'iscrizione, verrà richiesto 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 26 Aprile 2024, non oltre.

Per i non Soci: Le adesioni verranno prese fino alle ore 15:00 di venerdì 26 Aprile 2024 occorrerà Codice Fiscale data di nascita mail e cell. per l'attivazione dell'assicurazione CAI. E' possibile scegliere tra due combinazioni :premio combinazione A: 8.40€; premio combinazione B: 16.75 €, a queste due combinazioni è possibile aggiungere una quota di 4.55 € 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 500	m 500	4:00 (3:30)

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) <i>Alberto.laglia@gmail.com</i> 328 4518975

Appuntamento

Domenica 28 Aprile 2024 ore 7:30 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