



Club Alpino Italiano

Sezione di Isernia - Sottosezione di Montaquila - "Valle del Volturno"

Intersezionale con CAI Viterbo

Data:	31 luglio 2016	
Escursione:	Alta Via delle Mainarde	
Referenti	La Porta Carmelo tel.: 3403380962; e-mail: carmelo.laporta@gmail.com Lanni Annamaria tel.: 3456033030; e-mail: edicola@hotmail.it	
Partecipazione e Collab.:	G.A.L. Referente: D'Alessio Roberto tel.: 3396102491; e-mail: mdl1205@libero.it	
Difficoltà:	EE Itinerari generalmente segnalati ma con pendii scivolosi di erba, misti di rocce ed erba, pietraie, lievi pendii innevati o singoli passaggi di facile arrampicata senza particolare attrezzatura. Richiedono conoscenza dell'ambiente alpino, passo sicuro e adeguata preparazione fisica.	

DATI DEL PERCORSO

Località e quota di partenza:	Pianoro Le Forme, Pizzone m 1400
Località e quota di arrivo:	Monumento di Castelnuovo a Volturno, Rocchetta m 980
Dislivello assoluto:	m 420 negativo
Dislivello complessivo:	m 1100 positivo; m 1500 negativo
Quota massima raggiunta:	m 2161
Distanza:	18,2 km ca.
Durata escursione:	9 ore ca.

Breve descrizione del percorso:

Pianoro le Forme (Valle Fiorita), comune di Pizzone IS, m 1400. In fondo al piazzale, direzione ovest, di lato al tabellone del Parco, sentiero M1. Il percorso inizialmente ricalca una carrareccia fino alla presa d'acqua delle Forme poi, diventato sentiero, risale il bosco, attraversa Val Pagana all'aperto e raggiunge Passo dei Monaci (m 1981; 4 km; 2h 00'). Ora M10 direzione sud-est. Il percorso si snoda lungo la cresta con un susseguirsi di circhi glaciali e l'ampia valle del Volturno a nord-est, a sud-ovest il declivio erboso del versante laziale con M. Cavallo e M. Forcellone in prima vista. Evita M. La Metuccia passandoci a ovest (m 2102), supera quota 2161 (punto più alto del percorso) e raggiunge M. a Mare (m 2160). Continua, rimpianando leggermente, verso Coste dell'Altare (m 2075) poi, ancora in lieve discesa, taglia trasversalmente le pendici sud-ovest della cima a quota 2013 ("Cappello del Prete") per rimpianare ancora più a valle nella sella ai piedi di M. Mare ("Passo della Tagliola") abbandonando definitivamente la cresta (m 1780; 11,5 km; 6h 00'). Ora prosegue sui sentieri N2 a est poi M7 a sud, costeggia le pendici est di M. Mare e arriva in breve alla fine della vallata. Ora ancora a sud sempre sul sentiero M7 entra nel bosco percorrendo uno sterrato che, dopo aver attraversato Valle Viata e superata la sella di Colle Rotondo, porta al piazzale brecciato adiacente la collina dov'è posto il Monumento ai Caduti delle Regioni D'Italia di Castelnuovo a Volturno (m 990; 18,2 km; 9h 00').

Il luogo di arrivo dell'escursione è a circa 30 minuti di macchina da quello di partenza. I referenti, in funzione del numero dei partecipanti, predisporranno un'opportuna organizzazione per riprendere le macchine lasciate al punto di partenza, tale organizzazione sarà comunicata ai partecipanti o concordata con loro al momento della conferma di partecipazione. Comunque, ove possibile, si invitano gli aderenti a riunirsi in gruppi e organizzarsi preventivamente in modo tale da essere autonomi per tale scopo.

Equipaggiamento:

Scarponi da trekking, giacca a vento, guscio impermeabile, telo termico, occhiali da sole, crema solare, copricapo. Indumenti di ricambio: maglie, calze ecc.). kit pronto soccorso per uso personale e scheda con farmaci per eventuali allergie **(in questo caso avvisare preventivamente i referenti)**.

Acqua sufficiente all'escursione. Comunque lungo il percorso vi sono quattro fonti per il rifornimento di acqua: una iniziale a 1h 10' di cammino (questa con un'erogazione insufficiente e non certa) poi a 6h 30', 7h e 8h di cammino.

Cartografia di riferimento: **Nuova carta turistico-escursionistica del PNALM, scala 1:50 000 1 edizione 2010 (Selca FI)**

Per adesioni ed informazioni contattare i referenti entro

Le ore 20:00 di venerdì 29 luglio

Appuntamenti:

CHIAMARE I REFERENTI

Quota di Partecipazione:

Spostamenti:	Mezzi propri
Partenza escursione:	06:30
Rientro previsto:	ore 15:30 ca. al Monumento ai Caduti delle Regioni D'Italia di Castelnuovo a Volturno
Riunione pre - escursione:	Venerdì 29 luglio ore 20:00, sede della Sottosezione a Montaquila, Piazza D. Alighieri

L'adesione all'attività si concretizza confermando ai referenti la propria partecipazione entro i termini sopra indicati e intende l'accettazione senza condizioni del programma proposto, che l'aderente è a conoscenza delle caratteristiche e difficoltà dell'escursione, che ha abbigliamento e attrezzatura adeguati e sufficienti, che ha valutato che la stessa è conforme alle proprie capacità tecniche e attitudini fisiche e che non ha patologie tali da renderlo non idoneo all'attività proposta.

Pertanto l'aderente solleva i referenti/accompagnatori e la Sottosezione da ogni responsabilità per qualsiasi incidente o inconveniente dovuti alla propria personale imperizia e alla mancata osservanza delle regole dell'andare in montagna.

I referenti/accompagnatori, per le proprie responsabilità, si riservano di escludere tutti coloro che non siano adeguatamente attrezzati e allenati e che non siano in regola con l'iscrizione al CAI e quindi in regola con la relativa copertura assicurativa prevista o che non abbiano comunicato la propria partecipazione nei termini indicati. Inoltre si riservano di variare in parte o del tutto il percorso o di annullare l'escursione a fronte di reale necessità oltre che per avverse condizioni climatiche.

Al solo fine propagandistico è ammessa la partecipazione a non soci CAI previo presa visione del regolamento, della difficoltà dell'escursione, e sentito il parere dei referenti/accompagnatori. Per i non soci è obbligatorio il versamento della quota assicurativa prevista entro le ore 20:00 del venerdì precedente l'escursione da effettuarsi, salvo diversa indicazione, direttamente ai referenti. I non soci possono partecipare, nello stesso anno, massimo a due escursioni per sezione.

PERCORSO E PROFILO ALTEZZA



Profilo altezza

