



# CLUB ALPINO ITALIANO

## Sezione di Isernia

Data	10 marzo 2019	
Escursione	SESSANO DEL MOLISE - MONTE TOTILA - VALLE DI MIRANDA	
Referenti	IS: Carnevale Michele 338 2567154 – CB: Mauro Di Muzio · 339 1129877 - IS: Altieri Stefania 3381378147 – Valerio Romina 327 5761044	
Difficoltà e tipo di escursione	<b>E</b>	
Località e quota di partenza :	DURANTE – SESSANO DEL MOLISE (790)	
Dislivello complessivo :	400 m	
Quota massima raggiunta :	1390 m	
Durata escursione (tempo escluso soste):	7 ore circa soste escluse	
Sviluppo chilometrico:	14 km circa (andata e ritorno)	
<b><u>Equipaggiamento:</u></b>		
Scarponi, CIASPOLE bastoncini, giacca a vento, zaino e coprizaino, berretto, borraccia, occhiali da sole, telo termico, crema solare, kit pronto soccorso per uso personale e scheda con farmaci per eventuali allergie. Cibo ed acqua sufficienti all'escursione. Indumenti di ricambio (scarpe, calze, maglietta, etc.). Si consiglia un abbigliamento traspirante a strati (a cipolla).		
Cartografia di riferimento: IGM – REGIONE MOLISE Matese Carta Escursionistica dei sentieri 1:25000		
Per adesioni ed informazioni contattare i referenti entro	<b>VENERDI 8 MARZO 2019</b>	
<b>Appuntamento e partenza:</b>	<b>ore 08.30 - SESSANO SCALO</b>	
Partenza escursione:	08.45 LOCALITÀ DURANTE	
PRANZO:	COLAZIONE AL SACCO	
Rientro previsto:	ore 16.00 circa	
Spostamenti:	mezzi propri	
<p><b>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.</b></p> <p>Pertanto l'aderente solleva i referenti-accompagnatori, la Sezione 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.</p> <p>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. 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.</p> <p>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. Per i non soci è obbligatorio il versamento della quota assicurativa di 7 € prevista entro le ore 20:00 del venerdì precedente l'escursione da effettuarsi, salvo diversa indicazione, direttamente ai referenti</p>		
NOTE: I tempi di percorrenza sono calcolati in eccesso; il referente dell'escursione si riserva di modificare in tutto o in parte l'itinerario, in considerazione delle condizioni meteorologiche o in caso si determinino situazioni pericolose o particolari. I partecipanti sollevano il referente dell'escursione e la sezione da ogni responsabilità per qualsiasi incidente o inconveniente dovuti alla propria personale imperizia o alla mancata osservanza delle regole dell'andare in montagna. Si richiedono buona preparazione fisica e senso di responsabilità a ciascuno dei partecipanti.		