

Tabella Tecnica

Tipologia :	ciaspolata
Dislivello :	250m mt
Ore :	6 ore ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	8km km
Accompagnatore 1:	Muzio
Accompagnatore 2:	Di Paolo



Dopo lunghe giornate in casa, tra festeggiamenti e grandi abbuffate perché non concedersi una rigenerante ciaspolata, immersi nella natura, nel magico silenzio dei boschi dei monti reatini. Questa volta vi accompagneremo nei boschi ai piedi del Monte Terminillo, lungo il sentiero CAI che ci condurrà al Rifugio La fossa, per una semplice passeggiata, adatta anche ai meno allenati o a chi non ha mai camminato con le ciaspole ai piedi. Questo antichissimo attrezzo utilizzato inizialmente per gli spostamenti, ora mezzo per vivere in maniera diversa un ambiente innevato.

Partiremo dal parcheggio principale di Pian de Valli, in direzione degli impianti da sci, da qui raggiunta la Sella del Vento, entreremo nella faggeta, con un pizzico di fortuna magari seguiremo le impronte nella neve dei vari abitanti del bosco. Passo dopo passo, ascoltando il nostro respiro ed il silenzio ci inoltreremo nel bosco Cardito fino a raggiungere il Rifugio la fossa, costruito nel mezzo di una grande radura, da qui la vista è mozzafiato sulla Valle degli Angeli e sulla cresta del Monte Sassetelli.

DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E (facile -adatta a tutti)
DISLIVELLO TOTALE: CIRCA 250m
DISTANZA: CIRCA 8km
DURATA: 6 ore

MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO

Scarponcini da trekking (NO SCARPE da GINNASTICA, NO SCARPE BASSE NON IMPERMEABILI), ghette, zaino, bastoncini, T-shirt traspirante (anche una di ricambio), pile o maglione, K-way e giacca antivento (possibilmente in gore-tex), pantaloni comodi per camminare(lunghi), acqua (almeno 1,5lt), pranzo al sacco, cappello, guanti, occhiali da sole, crema solare, macchina fotografica.

IMPORTANTE: Scarpe comode per il viaggio e post-escursione!

ACCOMPAGNATORI:

AMM Silvia Muzio 3934805965
AMM Michela Di Paolo 3398976847

CONTRIBUTO ESCURSIONE:

15,00 euro

NOLEGGIO CIASPOLE: 5€ fino ad esaurimento disponibilità delle nostre (numero limitato, affrettarsi a prenotare)

Dopodichè possiamo procurarne un certo numero presso altri fornitori al costo di 10€. In alternativa sono da noleggiare in autonomia presso i negozi specializzati (consigliamo RRTREK a S. Giovanni) o direttamente sul posto presso i noleggi sci (verificare telefonicamente la disponibilità)

N.B. Specificare se servono le ciaspole al momento della prenotazione!

APPUNTAMENTO:

1^ APPUNTAMENTO:

- Appuntamento a Roma (da concordare con la guida)

N.B: La conferma di prenotazione riguarda esclusivamente l'escursione, per la possibilità di passaggio contattare le guide via

mail, tramite WhatsApp o telefono.

2^ APPUNTAMENTO:

-Ore 9.30 Parcheggio Pian de Valli (Terminillo)

NOTE AGGIUNTIVE:

In caso di utilizzo di auto private a pieno carico, i costi di carburante e autostrada vengono divisi dagli occupanti della macchina (massimo 2 su ogni fila posteriore) escluso il proprietario del veicolo.

? **PRENOTAZIONI:** <https://www.startrekk.it/prenotazioni.php?id=922>

N.B. L'itinerario proposto potrà subire variazioni ad insindacabile giudizio dell'accompagnatore sulla base delle condizioni di sicurezza che saranno valutate prima e durante dell'escursione.

IMPORTANTE:

vi chiediamo di leggere con attenzione le linee guida stabilite dalla Federtrek per questo inizio di escursioni:

????????????????

? Linea guida da tenere durante le escursioni:

TESSARATI <http://www.federtrek.org/?p=3836>

Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento.

Tessera Federtrek 15,00 euro, con possibilità di farla il giorno stesso.

Per velocizzare le operazioni di emissione della tessera stampa il modulo allegato e portalo con te già predisposto e firmato

<http://www.startrekk.it/pdf/tessera.pdf>