

ESCURSIONE IN MONTAGNA con racchette da neve (ciaspole)

GRUPPO MONTAGNA R.R.C.



Venerdì 07.02.2014 : il Monte San Rocco (m 1888)

PARCO REGIONALE VELINO-SIRENTE E MONTAGNE DELLA DUCHESSA

dal valico della Chiesola (zona Campo Felice) un lungo ma facile percorso che su sterrate e sentieri si snoda tra faggete in "abito" invernale e piacevoli radure, percorrendo un lungo e panoramico crinale-balcone tra le montagne d'Abruzzo!!!

DISLIVELLO IN SALITA/DISCESA: 300m

TEMPO DI SALITA: h 2.30

TEMPO DI DISCESA: h 2.00

DIFFICOLTÀ: MEDIA

Ore 07.00: ritrovo presso il CRAV (può essere previsto un punto ritrovo "alternativo" per chi proviene dalle zone nord di Roma)

Rientro al CRAV previsto alle ore 18:30-19 circa

Pranzo al sacco

EQUIPAGGIAMENTO: scarponcini da trekking (preferibili con suola tipo Vibram), zaino, borraccia (almeno 1lt), camicia (o maglia maniche lunghe), pile, giacca a vento, cappello/berretto di lana, occhiali da sole, crema protezione solare, indumenti di ricambio (in particolare maglietta, calzini/scarpe), bastoncini da escursionismo (facoltativi)

Roma Radar Club dispone di 8 paia di ciaspole, qualora non fossero sufficienti si potranno noleggiare

N:B: : il programma e la località potranno subire variazioni in funzione delle condizioni meteo e delle necessità del gruppo

CHIAMARE IN ANTICIPO PER CONFERMARE LA PROPRIA ADESIONE (oppure rispondere a questa e-mail)

Roberto Nanni : 335.6764076 montecatria1701@tiscali.it

Simone Cecchetti: 349.5066857 simonececchetti@teletu.it

N.B. chiunque voglia essere rimosso o aggiunto dalla mailing-list del gruppo montagna, può inviare una mail a Roberto oppure a Simone