



ESCURSIONE IN MONTAGNA - Gruppo montagna R.R.C.



Lunedì 13/10/2014

il Monte Morrone (2141mslm) : un balcone sul lago della Duchessa

dai Prati di Cerasolo per il rifugio (incustodito) di Fonte La Vena, tra rosse faggete secolari vestite dei colori dell'autunno, verdeggianti radure e crinali con panorami a 360°: un facile ma lungo percorso nel cuore della Riserva Naturale delle Montagne della Duchessa

DISLIVELLO IN SALITA/DISCESA: 700m

TEMPO DI SALITA: h 2.30-3.00

TEMPO DI DISCESA: h 2.30

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 19 circa

Pranzo al sacco

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

N.B.: : il programma e la località potranno subire variazioni in funzione delle condizioni meteo, dell'innevamento 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