

attività
2019



NOI, LA MONTAGNA, IL TERRITORIO

SABATO

DOMENICA

10 AGOSTO

11 AGOSTO

LA NOTTE delle STELLE sul Monte MAGNOLA

2220 m s.l.m.

GRUPPO MONTUOSO: PARCO REGIONALE SIRENTE-VELINO

SABATO 10 AGOSTO ore 18,00 RITROVO a OVINDOLI
PIAZZALE IMPIANTI DA SCI

INIZIO ESCURSIONE - Sentiero 9B - piste da sci

ore 20.00 **ARRIVO AL RIFUGIO TELESPAZIO**

CENA (RIGATONI ALLA PECORARA - SALSICCE ALLA GRIGLIA - POMODORI
PREZZEMOLATI - VINO - ACQUA - CAFFÈ - AMARO)

sistemazione per la notte

ore 22.00 **RIPOSO NOTTURNO**

DOMENICA 11 AGOSTO

ore 04.00 **SVEGLIA** - preparazione escursione notturna

ore 04.30 **INIZIO SALITA AL MONTE MAGNOLA**

ore 05.30 **ARRIVO IN VETTA - ATTESA DELL'ALBA**

ore 07.30 **RIENTRO AL RIFUGIO - CAFFÈ - COLAZIONE** con thé e biscotti

ore 09.30 **RIPARTENZA PER OVINDOLI**

ARRIVO AL PIAZZALE IMPIANTI

FINE ESCURSIONE

**ESCURSIONE NOTTURNA
CON PERNOTTAMENTO AL
RIFUGIO TELESPAZIO (q 1980 m s.l.m.)**

POSTI LETTO LIMITATI



COORDINATORE:

A.S.E. Antonio DI PALMA 340.6626615

TERMINE ISCRIZIONE

venerdì 9 agosto 2019 - ore 13.00

QUOTA INDIVIDUALE CENA+COLAZIONE € 10,00
+ assicurazione* per NON SOCI

POSSONO PARTECIPARE ANCHE NON SOCI CAI
previa iscrizione (nome-cognome e data di nascita)
presso la Sede Sociale e versamento della
quota assicurativa* obbligatoria individuale di € 10,00



SI RICHIEDE **OTTIMA**
PREPARAZIONE FISICA

EQUIPAGGIAMENTO OBBLIGATORIO:

SACCO A PELO - STUOINO - LAMPADA FRONTALE
GIACCA ANTI VENTO - CAPPELLO - GUANTI
SCARPONI - ALIMENTI - ACQUA - SALI MINERALI -
PROTEZIONE SOLARE OCCHI E VISO
PICCOLO KIT PRONTO SOCCORSO INDIVIDUALE
BASTONCINI TELESCOPICI

C.A.I. Sezione di Avezzano - C.P. 284 - Via Mazzini, 32 /67051 AVEZZANO (AQ)

333.5720691 - www.caiavezzano.it - avezzano@cai.it C.A.I. Avezzano

SOTTOSEZIONI: CAI ROSCIOLO - CAI VALLE DEL GIOVENCO - CAI LUCO DEI MARSII (Lucus Angitiaie)

Avezzano, 4 agosto 2019

il presidente Antonio Di Palma