

attività
2019



DOMENICA

27 OTTOBRE

NOI, LA MONTAGNA, IL TERRITORIO

Anello del MUROLUNGO

quota massima m 2184 s.l.m.

Gruppo Montuoso: Riserva Naturale delle Montagne della Duchessa



TORNA L'ORA SOLARE



RICORDATI
tra SABATO e DOMENICA
di spostare le lancette
UN'ORA INDIETRO

PROGRAMMA

- ore 07.00** RITROVO: AVEZZANO - SEDE CAI
Via Mazzini, 32
trasferimento - con mezzi propri - a CARTORE
- ore 07.45** CARTORE - INIZIO ESCURSIONE
Valle di Fua - Vallone del Cieco - Le Caparnie
M. Murolungo
- ore 11.45** ARRIVO IN VETTA (Q. 2184)
- Colazione al sacco
- ore 12.15** RIPARTENZA - INIZIO DISCESA
M. Murolungo cresta N-O - Valle Fredda -
Lago della Duchessa - Le Caparnie -
Vallone del Cieco - Valle di Fua - Cartore
- ore 15.00** arrivo a CARTORE - fine escursione
TARDO POMERIGGIO - RIENTRO AD AVEZZANO



NOTE SUL PERCORSO	GRADO DI DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO TOTALE	TEMPO DI PERCORRENZA
EE ESCURSIONISTI ESPERTI		m. 1250	8 ORE



SI RICHIEDE **OTTIMA**
PREPARAZIONE FISICA

COORDINATORI:

A.S.E. Giovanni OLIVIERI 392.0998278

TERMINE ISCRIZIONE

NON SOCI - VENERDI 25 ottobre 2019 - ore 19
SOCI - SABATO 26 ottobre 2019 - ore 19

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 MARSÌ (Lucus Angitiaie)

Avezzano, 22 ottobre 2019
il presidente Antonio Di Palma