



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Campobasso

Data	12.07.2020
Escursione	TRAVERSATA DELLA GALLINOLA
Referente	AE Ennio Sassi – sez. di Campobasso – 3292508197
Collaborazione	AE Roberto Reale – ASE Davide Sabato
Difficoltà e tipo di escursione	E (Escursionisti)

Località di partenza:	Piano della Corte – m.1620
Località di arrivo:	Campitello Matese – m 1430
Dislivello complessivo:	+ 550 m. in salita -720 m. circa in discesa
Quota massima raggiunta:	La Gallinola – m. 1923
Durata escursione (tempo escluso soste):	h 5 circa

Descrizione breve dell'itinerario e motivi d'interesse:

E (Escursionisti). Traversata con partenza da Piano della Corte (1620 m.); superato un abbeveratoio al centro del pianoro si avanza in direzione ovest fino ad iniziare la salita verso nord-ovest seguendo il sentiero 100 DM; dopo aver attraversato un paio di piccoli pianori si raggiunge la vetta, contrassegnata con un paletto di legno retto da un cumulo di pietre; da qui si può ammirare il sottostante Lago del Matese e le circostanti vette della catena, tra cui spicca il monte Miletto; in particolari condizioni di visibilità lo sguardo può arrivare al golfo fino di Napoli con le isole di Ischia e Capri, mentre in direzione opposta si può vedere costa adriatica. Lasciata la cima si continua sulla cresta sempre seguendo il 100 DM scendendo dolcemente per canali e conche fino ad incontrare il sentiero 114 b. Deviando decisamente verso nord si prende quest'ultimo sentiero che scende su traccia poco evidente, inizialmente attraverso un breve ma ripido e scosceso canalino e successivamente per declivi erbosi, fino a quota 1525 m.; si riprende la salita, si supera la strada asfaltata Campitello Matese – Sella del Perrone e si raggiunge la cresta delle Tre Finestre (1736 m.), con vista sulla sottostante piana di Bojano e vallata del Biferno, mentre in direzione opposta si possono ammirare gli strapiombi rocciosi del versante nord della Gallinola. Dalle Tre Finestre si prosegue in direzione ovest per il sentiero 112 BT, la bretella della transumanza del Sentiero Italia, per terminare a Campitello Matese percorrendo nella faggeta l'unico tratto all'ombra del percorso, fin qui caratterizzato dalla totale assenza di alberi.

naturalistico/ambientale Siamo nell'Appennino Meridionale a cavallo tra il Molise e la Campania. Il massiccio del Matese, futuro Parco Nazionale, è una montagna calcarea con numerosi fenomeni di carsismo, quali pianori con inghiottitoi e grotte. E' un territorio ricco di luoghi selvaggi e paesaggi dolci con laghi, ricco di splendidi boschi, ricco di centri storici originali e ben conservati. La Gallinola, a quota 1923 metri, è il secondo monte più alto della catena ed è caratterizzata da una cima arrotondata e poco evidente, quasi un pianoro, con il versante nord con strapiombi e ripidi canalicoli.

Equipaggiamento:

Scarponi, bastoncini, guanti, cappello, giacca a vento, zaino e coprizaino, borraccia, occhiali da sole, binocolo, pila frontale, coltellino multiuso, telo termico, crema solare, kit pronto soccorso per uso personale e scheda con farmaci per eventuali allergie). Cibo ed acqua sufficienti all'escursione. Indumenti di ricambio completo (scarpe, calze, maglietta, etc.). **Non sono presenti rifornimenti di acqua lungo il percorso.**

Si consiglia un abbigliamento a strati (a cipolla).

Cartografia di riferimento: Cartina Matese CAI Sez. Campobasso - Versante settentrionale, Settore orientale.

per adesioni ed informazioni	contattare il referente entro venerdì 10 luglio 2020 – 3292508197 ennio.sassi.cb@gmail.com
Riunione pre-escursione	Venerdì 10 luglio 2020 dalle ore 19.30 alle ore 20.00 presso la sede sociale c/o “Terzo Spazio” via Cirese a Campobasso.
appuntamento:	ore 7,45 P.za Savoia - Campobasso ore 8,45 Rifugio Iezza – Campitello Matese
quota di partecipazione:	
spostamenti:	mezzi propri. La località di partenza va raggiunta con mezzi propri, nel rispetto delle norme nazionali/regionali che regolano il trasporto in auto di persone non conviventi
partenza escursione:	ore 9,00 circa
rientro previsto:	ore 17.00 circa

I **non soci CAI** sono ammessi a partecipare previo presa visione del regolamento, della difficoltà dell'escursione, e sentito il parere del referente. Per i non soci è obbligatoria la prenotazione ed il versamento della **quota assicurativa** che, salvo diverse indicazioni, andrà consegnata al referente entro le ore 20:00 di venerdì 10 luglio.

Ogni partecipante alla gita dovrà essere equipaggiato con l'indispensabile attrezzatura personale, sopra indicata.

Chi intende aderire è consapevole che non potrà essere ammesso:

- se non ha partecipato alla riunione pregita indetta in sede e consegnato il modello di autocertificazione con data dell'escursione, **allegato alla presente**;
- se non ha ricevuto preventiva accettazione dell'iscrizione, che potrà essere apposta anche in calce al suddetto modello e controfirmato dall'iscritto per presa visione;
- se è soggetto a quarantena, se a conoscenza di essere stato a contatto con persone risultate positive negli ultimi 14 giorni, se non è in grado di certificare una temperatura corporea inferiore ai 37,5°C e assenza di sintomi simil influenzali ascrivibili al Covid-19;

Durante l'escursione, tutti gli iscritti sono tenuti ad osservare le seguenti regole di comportamento:

- si fa obbligo ai partecipanti di avere con sé la mascherina e il gel disinfettante a base alcolica;
- durante la marcia va conservata una distanza interpersonale di almeno 2 metri. Ogni qualvolta si dovesse diminuire tale distanza, durante le soste e nell'incrocio con altre persone è obbligatorio indossare la mascherina;
- sono vietati scambi di attrezzatura, oggetti, cibi, bevande o altro tra i partecipanti non appartenenti allo stesso nucleo familiare.