



Club Alpino Italiano

Sezione di Isernia - Sottosezione di Montaquila - "Valle del Volturno"

Data:	20 Settembre 2020	
Escursione:	Bramiti a Lago Vivo	
Direttore di escursione:	La Porta Carmelo	tel.: 340 338 0962; e-mail: carmelo.laporta@gmail.com
Difficoltà:	E	Sentiero privo di difficoltà tecniche che corrisponde in gran parte a mulattiere realizzate per scopi agro-silvo-pastorali, militari o a sentieri di accesso a rifugi o di collegamento fra valli vicine. Non richiedono attrezzatura tecnica ma una sufficiente capacità di orientamento e allenamento alla camminata.

Orario, località e quota di partenza:	08:00; Sorgente Sambuco, 1160m, SS 83 Marsicana (inizio sent. K6 del PNALM)
Località e quota di arrivo:	Come sopra
Dislivello assoluto:	+ 530 m; - 530 m
Dislivello complessivo:	+ 698 m; - 698 m
Quota massima raggiunta:	m 1690
Distanza:	11,4 km
Durata escursione:	5h soste escluse

Accompagnatori responsabili dell'attuazione delle misure anti Covid incaricati dal Direttivo	Carmelo La Porta Annamaria Lanni
--	-------------------------------------

Per informazioni contattare il Direttore di escursione.

La richiesta di adesione deve pervenire esclusivamente per via telematica (e-mail, sms, whatsapp) al Direttore di escursione entro e non oltre **le ore 20:00 di giovedì 17 settembre 2020**; attendere conferma di accettazione scritta inviata per via telematica (e-mail, sms, whatsapp)

Possono partecipare all'escursione solo le persone che non sono soggette a quarantena, che non sono a conoscenza di essere state a contatto con persone risultate positive negli ultimi 14 giorni e che sono in grado di certificare una temperatura corporea inferiore ai 37,5° C e di non avere sintomi simil influenzali ascrivibili al Covid-19 (autocertificazione con data dell'escursione prodotta su apposito modello C.A.I. consegnato agli accompagnatori prima dell'inizio dell'escursione)

La presente escursione, al fine di limitare la diffusione del contagio virale, è confermata ai disposti, vigenti in materia, nazionali, regionali e del nostro sodalizio; sarà rispettato scrupolosamente quanto indicato dal C.A.I. centrale in: "Note operative per organizzatori"; "Note operative per i partecipanti"; "Indicazioni relative ad aggiornamenti nelle escursioni sociali".



Motivi di interesse:

Ritorna a fine settembre il consueto appuntamento con la stagione del bramito in una delle aree protette più affascinanti d'Italia.

I maschi in età riproduttiva danno vita ad antichi rituali di lotta e corteggiamento, facilmente osservabili durante le escursioni. Gli esemplari più forti saranno impegnati sino a metà ottobre a stabilire delle gerarchie di dominio nei confronti degli altri maschi per assicurarsi il diritto all'accoppiamento, assicurando la riproduzione della specie. (dal sito del PNALM)

Breve descrizione del percorso:

Punto di partenza del percorso è Sorgente Sambuco all'inizio del sentiero K6 (q. 1160 ca.). Prosegue in direzione sud fino a raggiungere il Valico di Barrea da dove segue senza mai abbandonarlo il sentiero K4. Dal Valico, per un tratto di circa 4,5 km, risale le pendici sud-est del Serrone mantenendo una pendenza media del 15% (ca.), poi, superato quota 1670, rimpiana seguendo il fondo della vallata tra Selva Bella e il Serrone fino ad uscire fuori dal bosco sull'altura che sovrasta Lago Vivo distante meno di un chilometro e 100 m più in basso. Superata la depressione carsica del lago in direzione nord-est il sentiero rientra nel bosco immettendo nella vallata che restringendosi più a valle immette nel canalone del Resione o Valle dell'Inferno. In questo tratto di poco più di 2 km il sentiero mantiene una pendenza media del 20% (ca.) zigzagando, a tratti, fra massi e ciottoli. A quota 1200 ca. il sentiero abbandona il fondo dell'impluvio indirizzando al versante destro orografico e raggiunge, in meno di 300 metri in località Sorgente delle Donne, la sottostante brecciata che qui è anche il sentiero K6. Direzione nord-est, sempre sulla brecciata, in meno di un chilometro torna al punto di partenza; Sorgente Sambuco.

Equipaggiamento:

Scarponi da trekking, giacca a vento, guscio impermeabile, occhiali da sole, crema solare, copricapo. Indumenti di ricambio: maglie, calze ecc. kit pronto soccorso per uso personale e scheda con farmaci per eventuali allergie (**in questo caso avvisare preventivamente i referenti**).

IN PARTICOLARE PER QUESTA ESCURSIONE: MASCHERINA E GEL DISINFETTANTE A BASE ALCOLICA

Avvertenze:

Acqua: almeno 1,5 litri; c'è un solo punto di approvvigionamento, Fonte degli Uccelli, che ha una scarsa erogazione ed è a circa 7 km dalla partenza.

Cartografia di riferimento: **Carta turistico-escursionistica del PNALM, scala 1 : 50 000, 1ª edizione 2010 (Selca FI)**

Riunione pre - escursione: Non prevista; per informazioni chiamare il Direttore di escursione

L'adesione all'attività si concretizza confermando ai referenti la propria partecipazione entro i termini sopra indicati e intende l'accettazione senza condizioni del programma proposto, che l'aderente è a conoscenza delle caratteristiche e difficoltà dell'escursione, che ha abbigliamento e attrezzatura adeguati e sufficienti, che ha valutato che la stessa è conforme alle proprie capacità tecniche e attitudini fisiche e che non ha patologie tali da renderlo non idoneo all'attività proposta.

Pertanto l'aderente solleva il Direttore, gli accompagnatori e la Sottosezione da ogni responsabilità per qualsiasi incidente o inconveniente dovuti alla propria personale imperizia e alla mancata osservanza delle regole dell'andare in montagna.

Il Direttore e gli accompagnatori, per le proprie responsabilità, si riservano di escludere tutti coloro che non siano adeguatamente attrezzati e allenati e che non siano in regola con l'iscrizione al CAI e quindi in regola con la relativa copertura assicurativa prevista o che non abbiano comunicato la propria partecipazione nei termini indicati. Inoltre si riservano di variare in parte o del tutto il percorso o di annullare l'escursione a fronte di reale necessità oltre che per avverse condizioni meteorologiche.

Al solo fine propagandistico è ammessa la partecipazione a non soci CAI previo presa visione del regolamento, della difficoltà dell'escursione, e sentito il parere del Direttore. Per i non soci è obbligatorio il versamento della quota assicurativa prevista entro le ore 20:00 del venerdì precedente l'escursione da effettuarsi, salvo diversa indicazione, direttamente ai referenti. I non soci possono partecipare, nello stesso anno, massimo a due escursioni per sezione.

Percorso e profilo altezza



Profilo altezza

