



<b>ESCURSIONE</b>	<b>DATA:</b> 18 Ottobre 2020
	<b>Organizzazione</b> CAI Sezione di Campobasso
	<b>Denominazione</b> "2 ruote e 1 lago" – Cicloescursione lungo il periplo del Lago del Matese
	<b>Impegno fisico:</b> Lunghezza km 17 / Dislivello 30 m
<b>DIFFICOLTÀ TECNICA:</b> TC/TC	La sigla TC/TC si riferisce alla "Scala delle difficoltà" del percorso (in conformità a quanto indicato dal Gruppo di Lavoro CCE Ciclo-escursionismo CAI) e indica la tipologia di fondo prevalente. In questo caso si tratta di un percorso turistico, nel suo complesso semplice, su strade asfaltate e sterrate carrozzabili, quasi perfettamente pianeggiante.
<b>DIRETTORI:</b> Carmela Vaccaro (AC) 333 8953569 & Franco Pelillo (AC) 328 7305203	

<b>ORARI</b>	<b>Ritrovo:</b> ore 9:30 presso l'Azienda Agrituristica-zootecnica Falode - Località Acqua di Santa Maria, Castello del Matese (CE).
	<b>Spostamenti:</b> Lo spostamento in auto fino al luogo di partenza si intende "con mezzi propri" con <u>configurazione post lockdown</u> .
	<b>Inizio escursione</b> ore 10:00
	<b>Durata:</b> ore 2 / 2:30 (soste escluse)

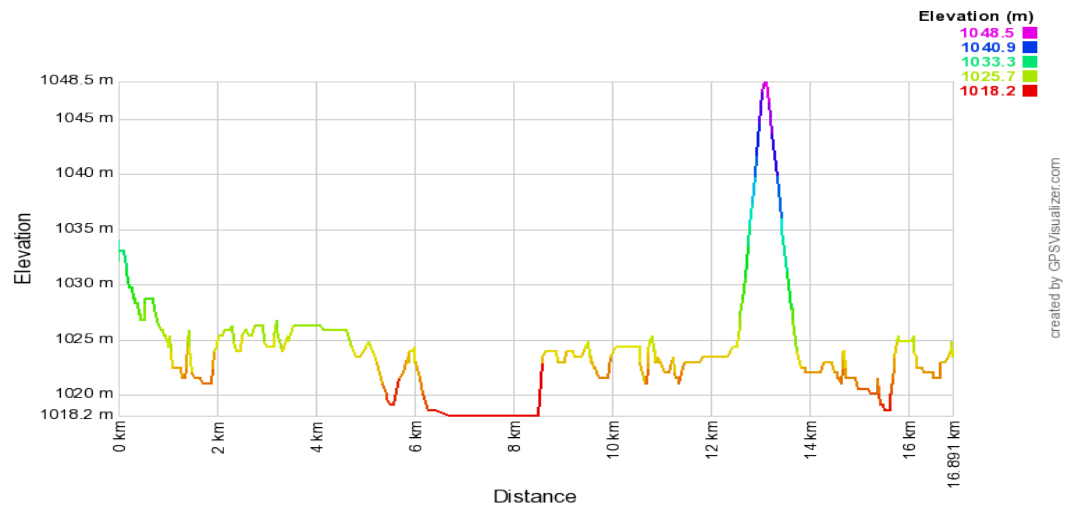
**FOTO**  
**LUOGO SIMBOLO**  
(Lago del Matese)



<b>ISCRIZIONE</b> (Modalità e costi) e norme anticontagio:	<ul style="list-style-type: none"><li>- Entro le ore 20:00 del venerdì 16 Ottobre '20 gli interessati (soci e non soci CAI) dovranno:<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Leggere scrupolosamente</b> ed attenersi a quanto contenuto in <u>note operative partecipanti e autocertificazione</u> - documenti scaricabili dal sito <a href="https://caicampobasso.it/ripresa-delle-escursioni-sociali/">https://caicampobasso.it/ripresa-delle-escursioni-sociali/</a>;</li><li>• <b>Inviare richiesta preventiva</b> contattando telefonicamente (sms, WhatsApp) i direttori dell'escursione indicando dati anagrafici con data di nascita, recapiti e sezione di appartenenza (soci).</li><li>• <b>attendere conferma di iscrizione da parte dei referenti</b>, sempre via sms, WhatsApp.</li></ul></li><li>- I non soci CAI sono ammessi a partecipare previa presa visione, oltre che dei documenti sopra citati, altresì del regolamento, della difficoltà dell'escursione, e sentito il parere del referente. Per i non soci è obbligatorio il versamento della quota assicurativa pari ad € 7,00.</li></ul>
<b>NOTE:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività (casco, sottocasco, occhiali, guanti, giacca antivento e antipioggia), alle previsioni meteo ed all'ambiente in cui ci si troverà e di avere con sé sufficienti scorte di acqua e cibo.</li><li>- È necessario disporre della dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (zaino con camera d'aria, kit riparazione, kit primo soccorso).</li><li>- È indispensabile una preventiva verifica meccanica e messa a punto della bici.</li><li>- La cicloescursione in MTB si svolgerà ad andatura controllata. Chi aderisce dichiara di essere cosciente dell'impegno fisico e dei rischi che l'attività di cicloescursionismo comporta e di possedere adeguate capacità fisiche e tecniche per affrontare il programma.</li></ul>
<p><b>NB: È obbligatorio l'uso del casco che va indossato e tenuto allacciato per tutta la durata dell'escursione.</b></p> <p><b>Il Direttore si riserva di non far partecipare all'escursione le persone che non riterrà idonee o che non avranno mezzi adeguati.</b></p>	



## SVILUPPO ALTIMETRICO



created by GPSvisualizer.com

## TRACCIA TRIDIMENSIONALE



## DESCRIZIONE SINTETICA

Si tratta di una pedalata in mountain bike in un pianoro d'alta quota, intorno al **Lago del Matese**, il **lago carsico più alto d'Italia**, tra meravigliosi boschi di faggio e vette maestose. L'itinerario parte dall'Azienda agrituristica-zootecnica Falode, sull'estremità orientale del bacino, e si sviluppa ad anello – della lunghezza di circa 17 Km - lungo il periplo del Lago del Matese, tornando al punto di partenza. Dall'azienda, la stradina procede verso ovest, correndo ai piedi delle alte pareti della Gallinola. Pedalando senza sforzo si supera la sorgente di acqua freschissima in località Acqua Santa Maria e si passa accanto ad una piccola cappella dedicata a San Michele. Si procede tra i prati mentre sullo sfondo, a occidente, si delineano i rilievi che chiudono la conca carsica. Avanzando ancora si raggiunge la strada provinciale, dove bisogna prestare molta attenzione; la si segue per circa un chilometro, poi si riprende lo sterrato e si pedala lungo un tratto alberato. Tra i rami, oltre il lago, si vedono bene le cime principali: a sinistra il Miletto, la vetta più alta dei monti del Matese (2050 m s.l.m.), a destra la Gallinola, che con i suoi 1.923 metri è la seconda cima del Matese. Il tratto sterrato prosegue e passa nei pressi dell'inghiottitoio dello "Scennerato". Infine, dopo un altro tratto alberato, un nuovo pezzo di asfalto conduce in breve nuovamente all'Agriturismo Falode.

## LETTURA DEL PAESAGGIO

L'anello sentieristico è immerso in un ambiente di eccezionale valenza naturalistica: i rilievi sono ammantati di faggete che coprono i versanti alle quote più elevate. Più in basso, domina il bosco misto che spesso si interseca con i castagneti modellati dall'uomo, e con le leccete che risalgono dal piede del massiccio specialmente nei quadranti più caldi dell'area. Eccezionale è anche il patrimonio faunistico, con la possibilità di scorgere nidificanti come il Tarabuzino e il Germano reale. Durante i passi migratori si avvistano anche l'Airone bianco maggiore e la Marzaiola. Ed ancora va ricordata la presenza nel Parco della Salamandrina dagli occhiali.



## Gruppo

Club Alpino Italiano - Sezione di Campobasso  
c/o "Terzo Spazio" Via Cirese (Campobasso)



### Requisiti di ammissione e Regole di comportamento

I soci possono partecipare se: (1) conoscono il regolamento sezionale; (2) hanno preso coscienza, con approccio prudenziale, delle difficoltà dell'escursione; (3) il referente ha espresso il suo insindacabile parere favorevole.

I non soci possono partecipare, fermi i punti precedenti, pagando il premio assicurativo giornaliero entro le 20:00 del venerdì che precede l'escursione.

I partecipanti sollevano il referente e la sezione da ogni responsabilità per qualsiasi incidente o inconveniente dovuto alla propria imperizia e alla mancata osservanza delle regole dell'andare in bicicletta in montagna.

Il referente si riserva di modificare in tutto o in parte il programma in base alle condizioni meteorologiche o a situazioni pericolose.

La Commissione Centrale per l'Escursionismo ha dettato le seguenti note operative, riportate pedissequamente.

*"I partecipanti si impegnano a rispettare le norme di igiene, di distanziamento e quant'altro inerente all'utilizzo di Dispositivi di Protezione Individuale (DPI) secondo quanto disposto dalle Autorità competenti al fine di limitare la diffusione del contagio virale.*

*I partecipanti si impegnano a rispettare scrupolosamente le indicazioni e le direttive impartite dagli accompagnatori responsabili dell'attuazione delle misure anticovid durante l'escursione, designati dalla Sezione organizzatrice.*

*I partecipanti sono informati delle modalità di iscrizione e partecipazione alle attività sociali indicate dagli organizzatori e le accettano.*

### Integrazioni pandemiche

*Chi intende aderire è consapevole che non potrà essere ammesso:*

- se non ha ricevuto preventiva comunicazione scritta di accettazione dell'iscrizione;*
- se sprovvisto dei necessari DPI (mascherina, gel disinfettante) e di quant'altro indicato dagli organizzatori;*
- 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 simili influenzali ascrivibili al Covid-19.*

*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, salvo diversa indicazione da parte degli organizzatori.*

*Osservare scrupolosamente le regole di distanziamento e di comportamento:*

- durante la marcia in bicicletta va conservata una distanza interpersonale di almeno 5 metri. Ogniqualvolta 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;*
- si fa obbligo ai partecipanti di avere con sé la mascherina e il gel disinfettante a base alcolica.*

*È responsabilità dei partecipanti non disperdere mascherine o quant'altro lungo il percorso, tutto va portato a casa così come i rifiuti. Bisogna dimostrarsi civili e solidali con le popolazioni montane.*

*Ai partecipanti è richiesta la massima disciplina, pena l'immediata esclusione dall'escursione per comportamenti potenzialmente dannosi per gli altri Soci."*

### **NB: Il Modulo di Autodichiarazione.**

Collegato alle note operative è il **Modulo di Autodichiarazione** che il partecipante deve compilare. Nel modulo vengono riprese essenzialmente tali note, in particolare quelle relative al possesso dei requisiti richiesti e all'obbligo di rispettare le regole imposte dal Covid-19 e fatte proprie dal referente. **La mattina dell'escursione, prima della partenza, i partecipanti, nel pieno rispetto delle norme anticontagio, dovranno consegnare all'accompagnatore l'autocertificazione debitamente compilata e sottoscritta.**