



CLUB ALPINO ITALIANO

Sottosezione CAI di Bojano(CB)

Data ⁽¹⁾	Domenica 11 Luglio 2021
Escursione ⁽²⁾	Molise - Massiccio del Matese - Monte Gallinola (1923m)
Referente ⁽³⁾	Massimo Martusciello AE sottosezione CAI Bojano cell.389.0907352
Difficoltà e tipo di escursione ⁽⁴⁾	E
Collaborazioni ⁽⁵⁾	

Località e quota di partenza ⁽⁶⁾ :	Campo Puzzo(1530m)
Dislivello complessivo ⁽⁷⁾ :	+500m - 600
Quota massima raggiunta ⁽⁸⁾ :	Cima M Gallinola (1923m)
Durata escursione (tempo escluso soste) ⁽⁹⁾ :	5 ore

Descrizione breve dell'itinerario e motivi d'interesse ⁽¹⁰⁾:

Percorso anulare, con partenza dell'escursione dalla località "Campo Puzzo(1530m), sita, a confine tra i comuni di San Massimo(CB) e Bojano(CB) una caratteristica depressione carsica proprio sotto le pendici orientali del M. Gallinola, raggiungibile in auto, a circa 10minuti da Campitello Matese. Qui si imbecca il panoramico sentiero CAI n° 100DM che seguendo appunto la sua dorsale, superato altre piccole depressioni, raggiunge la Cima Giulia1917m, il panorama a 360°dal brullo crinale è veramente notevole, in condizioni meteo ottimali è possibile scorgere entrambi i mari, le isole Campane di Capri e Ischia, il Vesuvio, verso ONO il Monte Miletto(2050m), nella sua integralità, cima del Massiccio Matesino. Proseguendo sempre sul crinale dopo poche centinaia di metri si raggiunge la cima del Monte Gallinola(1923m), seconda vetta del Matese. Il ritorno si effettua seguendo il crinale esposto a nord, sulle sue spettacolari balconate.

Equipaggiamento:
Scarponi e calze da trekking, zaino e coprizaino, pantaloni da trekking; abbigliamento a strati (a cipolla): primo strato traspirante e caldo (è sconsigliato il cotone a contatto con la pelle), secondo strato pile leggero e/o pesante, terzo strato giacca impermeabile; guanti, berretto da sole e di lana, borraccia, occhiali da sole, telo termico, crema solare, kit pronto soccorso per uso personale e scheda con farmaci per eventuali allergie, tessera CAI oppure documento di riconoscimento per i non soci CAI. Cibo ed acqua sufficienti all'escursione. Indumenti completo di ricambio (scarpe, calze, maglietta, etc.).

Attrezzatura ⁽¹¹⁾:
Bastoncini (facoltativi ma aiutano sia in salita che in discesa),

Cartografia di riferimento ⁽¹²⁾:
MATESE- VERSANTE SETTENTRIONALE - *Settore orientale* Carta Escursionistica dei Sentieri scala 1:25.000

Per adesioni ed informazioni contattare il referente entro	venerdì 9 luglio
Appuntamento da concordare	Bivio alto San Massimo ore 7:30
Quota di Partecipazione ⁽¹⁴⁾ :	7 euro per i partecipanti non iscritti al CAI
Spostamenti ⁽¹⁵⁾ :	auto proprie
Partenza escursione ⁽¹⁶⁾ :	Campo Puzzo
Rientro previsto ⁽¹⁷⁾ :	Tardo pomeriggio

Riunione pre-escursione ⁽¹⁸⁾:

La riunione si terrà presso la sede sociale c/o via Monte Miletto, modulo 1 - Bojano