



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE CAMPOBASSO

INTERSEZIONALE CAI LANCIANO



Data ⁽¹⁾	31 LUGLIO 2022
CicloEscursione ⁽²⁾	MONTI DEL MATESE SENTIERO CIMA (CIRCUITO INTERREGIONALE MATESE)
Referente ⁽³⁾	AC Pelillo Franco Sez. Campobasso, AC Cavassini Gianfranco Sez. Lanciano
Difficoltà tecnica ⁽⁴⁾	MC/MC
Collaborazioni ⁽⁵⁾	Per info Franco cell.3287305203, Gianfranco 330295991

Località e quota di partenza ⁽⁶⁾ :	Rif. Guado la Melfa, Roccamandolfi (IS) 1300 mt circa
Lunghezza ⁽⁷⁾ :	27 km circa
Dislivello complessivo ⁽⁸⁾ :	850 mt circa
Quota massima raggiunta ⁽⁹⁾ :	1460 mt circa
Durata escursione (tempo escluso soste) ⁽¹⁰⁾ :	4.00 ore escluso soste

I Monti del Matese rappresentano uno scenario imperdibile per tutti gli appassionati della montagna e delle attività outdoor. Il sentiero che andremo a percorrere sarà ad anello con partenza ed arrivo al Rifugio Guado la Melfa e toccherà quattro comuni: Roccamandolfi, Letino, Gallo e Longano. Il tracciato sarà prevalentemente su strade mulattiere e sterrate, qualche salita e discesa più tecnica per via del fondo breccioso, l'ultimo tratto sarà su strada asfaltata. Ci immergeremo in faggete e pianori carsici, non mancheranno spettacolari aperture con affacci mozzafiato.

Punti d'acqua rifugio Guado la Melfa e località Acqua dei Palombi.

Dislivello discreto e quindi necessaria una **buona preparazione fisica** .

Abbigliamento⁽¹²⁾:

Casco, bandana o sotto casco, occhiali, guanti, abbigliamento secondo condizioni climatiche.

Equipaggiamento⁽¹³⁾:

È necessario disporre della dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multiuso ecc.). Portare una quantità di acqua e cibo secondo le proprie necessità.

Si raccomanda un accurato controllo preliminare di sicurezza della Mountain Bike (freni, copertoni, cambio, ecc...)

NB: È obbligatorio l'uso del casco che va indossato e tenuto allacciato per tutta la durata dell'escursione.

Attrezzatura⁽¹⁴⁾:

Bussola, gps

Cartografia di riferimento ⁽¹⁵⁾:

Carta escursionistica CAI dei sentieri del MATESE.

Per adesioni ed informazioni contattare i referenti entro	29/07/2022
Appuntamento ⁽¹⁶⁾ :	8:30 Rifugio Guado la Melfa 'Roccamandolfi' (IS)
Spostamenti ⁽¹⁷⁾ :	con mezzi propri
Partenza escursione ⁽¹⁸⁾ :	ore 9:00
Rientro previsto ⁽¹⁹⁾ :	ore 13:00

Riunione pre-escursione⁽²⁰⁾:

La riunione si terrà nella sede sociale c/o "Terzo Spazio" via Cirese s.n.c. – di Campobasso il giorno 29 Luglio 2022 alle ore 19:00.

Ogni partecipante alla gita garantisce di essere preparato fisicamente e tecnicamente e di essere equipaggiato con abbigliamento e attrezzatura personale adeguate alle esigenze della uscita programmata essendosi preventivamente informato sul programma e sulle difficoltà sopra dettagliate. La partecipazione all'uscita, coerentemente alla sua specificità, pone l'iscritto di fronte ai rischi ed ai pericoli, anche gravi, per l'incolumità personale inerenti alla pratica del ciclo escursionismo. I partecipanti accettano, pertanto, tali rischi e danno il più ampio scarico dalle responsabilità ai coordinatori logistici ed alla Sezione. Si impegnano altresì a collaborare con i Coordinatori Logistici per la buona riuscita della presente uscita.

I non soci CAI sono ammessi a partecipare previo presa visione del regolamento, della difficoltà dell'escursione, e sentito il parere del referente. E' obbligatoria la prenotazione ed il versamento della quota assicurativa che, salvo diverse indicazioni, andrà fatta al referente entro le ore 20:00 del venerdì precedente l'escursione.



