



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Isernia – Intersezionale con CAI Cambosso



DATA	6 aprile 2025
ESCURSIONE	MAINARDE – Rocchetta al Volturno: avvicinamento all'arrampicata sportiva
DIFFICOLTÀ e TIPO DI ESCURSIONE	avvicinamento per sentiero escursionistico (E)
REFERENTE	Pasquale ITALIANO (ASE) 328 4878539
COLLABORAZIONI	Davide SABATO (ASE-ONV) 335 7764873 e Nicola CIRESE (ONV) 347 2796562 della Sezione di Campobasso; Massimo MARTUSCIELLO (AE) 389 0907352 della Sottosezione CAI Bojano

Descrizione breve dell'itinerario e motivi d'interesse:

Primo appuntamento per il FAMILY CAI rivolto all'**arrampicata sportiva** pensato per le famiglie con bambini/ragazzi di età superiore agli 8 anni, che desiderano far vivere ai figli l'esperienza e semmai sperimentare in prima persona (si anche loro, perché no?). Un'attività di grande valenza didattica oltre che ludica: migliora e sviluppa la coordinazione, sia tra mani e piedi, che con gli occhi. Costituisce un ottimo allenamento per la mente sviluppando pianificazione, strategia e grande fiducia in sé stessi. Tutte competenze che poi si possono mettere "al servizio" di altri esercizi. Infine, uno modo ottimale di allenare tutto il corpo in modo naturale, senza sovraccarichi, semplicemente usando il peso della persona.

Il tutto, **in una falesia naturale** su facili vie (monotiri) di **contenute difficoltà (nell'ordine del quarto/quinto grado)**, con l'acquisizione delle nozioni base strettamente necessarie per una **salita da secondi di cordata** e la discesa in *moulinette*. Questa volta la scelta è spostata sull'appoggiato e sull'aderenza, ottimo per chi vuole capire l'uso dei piedi (comunque sono numerose le vie di 4 e dal 5A al 5C).

L'**equipaggiamento** (imbrago, casco e scarpette da arrampicata) **sarà messo a disposizione dai soci volontari del CAI, referenti dell'evento**

LOCALITÀ PARTENZA e ARRIVO **Rocchetta al Volturno, Rocchetta Alta (IS -674 mt). (41°37'41,64"N – 14°04'25,08,09"E).**
Prendere una stradina bianca che aggira i ruderi del forte. Subito al primo tornante, sulla

dx, il primo sito (falesia) denominato *Ratafioni nel paese dei balocchi* una placca appoggiata, con meno di 10 vie attrezzate brevi e di difficoltà contenute. Insomma, ottima per chi vuole iniziare e rimanere al fresco.





Invece, se si procede sul brecciato, al suo termine, si prende a dx un sentiero (segni **arancioni**) che in piano supera le ultime case del borgo diroccato. Dopo una breve salita si aggira un crinale e dopo una leggera discesa si è alla base della parete di *Licia dei ginepri* (10/15 minuti, 640 m).

N.B. in caso di meteo avverso, i referenti si riservano la possibilità di spostare l'evento in altra località

DISLIVELLO COMPLESSIVO

positivo e negativo -circa 70m

LUNGHEZZA TRATTO (A/R)

15 minuti di avvicinamento su sentiero (vale anche per il ritorno)

QUOTA MASSIMA RAGGIUNTA

705 mt



EQUIPAGGIAMENTO

Si raccomanda abbigliamento a strati comodo, che non impedisca movimenti (ossia a cipolla: primo strato traspirante e caldo, secondo strato pile leggero e/o pesante, terzo strato giacca antivento),

Cibo e acqua sufficienti per l'intera giornata

ATTREZZATURA

Casco, imbrago e scarpette d'arrampicata. **Alle persone che ne siano sprovviste**, il materiale tecnico sarà fornito dai referenti.

...ma potendo scommettere sul caldo, perché non attrezzarsi per un bagno al lago nelle ore più calde (o tarde) del pomeriggio?

**PER ADESIONI
ED INFORMAZIONI**

contattare i referenti **entro venerdì 4 aprile 2025, h.21,00**

QUOTA

per i **NON SOCI**: € 10 per l'assicurazione infortuni giornaliera

PARTECIPAZIONE	NB: ai minori di 18 anni è offerta l'iscrizione gratuita a condizione che – per la medesima annualità - almeno un genitore risulti iscritto alla Sezione
RIUNIONE PRE-ESCURSIONE	venerdì 4 aprile 2025 CAMPOBASSO – sede sociale c/o “Terzo Spazio” Via Cirese snc ISERNIA – non prevista
APPUNTAMENTI	ore 8,00 - CAMPOBASSO – Piazza Falcone Borsellino ore 8:30 - ISERNIA – Uscita S. Spirito – Bar L’Antenato
SPOSTAMENTI	auto proprie
RIENTRO PREVISTO	tardo pomeriggio

I **non soci CAI** sono ammessi a partecipare previo presa visione del regolamento, della difficoltà dell’escursione, e sentito il parere del referente. È obbligatoria la prenotazione ed il versamento della **quota assicurativa giornaliera (€ 10)** che, salvo diverse indicazioni, andrà fatta al referente entro le ore 20,00 del venerdì precedente l’escursione

mappa IGM:

