



Club Alpino Italiano

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

sottosezione@caimontaquila.it; www.caimontaquila.it

Monti delle Mainarde-S. Elia Fiume Rapido (FR)	
Fortini tedeschi di Monte Cifalco	
Data	17 maggio 2026
Referente	Angela Greco tel. 349.4114397
Difficoltà	E

L'escursione

Situato in provincia di Frosinone, nel settore meridionale del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise (Monti delle Mainarde), il Monte Cifalco domina la Valle di Comino ed è storicamente noto per la sua posizione strategica: durante la Seconda Guerra Mondiale, infatti, fungeva da punto di osservazione privilegiato per i tedeschi lungo la famosa Linea Gustav, offrendo una visuale perfetta su Cassino, l'abbazia di Montecassino e il monte Cairo.

La partenza dell'escursione è fissata alle ore 9:00, nei pressi della conduttura Enel, in contrada Cese, della frazione di Sant'Elia Fiumerapido. Il sentiero si inerpica inizialmente su una comoda carrareccia lungo le falde della montagna, fino a guadagnare la linea di cresta. Questo tratto ospita ancora numerosi fortini, trincee e apprestamenti difensivi scavati nella roccia dai reparti tedeschi per dominare la sottostante Valle del Liri.

Poco prima di raggiungere la vetta, il percorso incontra la Panchina Gigante n. 396 - Belvedere Gustav. Caratterizzata dai colori blu e verde, l'installazione invita a una sosta contemplativa sui luoghi della storica Battaglia di Cassino. Dalla cima, l'orizzonte si apre con una vista a tutto campo offrendo uno dei panorami più suggestivi dell'intero cassinato e delle vette delle Mainarde.

Riferimento Sentiero: CAI 810

Dislivello: Quota minima: 600 m Quota massima: 947 m

Tempo di percorrenza: 5h

Lunghezza: 11km

Abbigliamento e attrezzatura

Sono necessari: scarponi e abbigliamento da trekking, zaino e coprizaino, bastoncini, cappello, giacca a vento, occhiali da sole, telo termico, crema solare, kit pronto soccorso per uso personale, scheda con farmaci per eventuali allergie; acqua e cibo adeguati all'escursione. Non ci sono fonti d'acqua lungo il sentiero.

Motivi di interesse

Il Monte Cifalco è stato uno dei settori chiave della Linea Gustav. A causa della sua posizione strategica venne utilizzato dai tedeschi con una duplice funzione: affacciandosi sulle valli del Rapido e, più giù, del Liri e all'imbocco della Valle di Comino, fu utilizzato come punto di avvistamento, inoltre divenne luogo di combattimento per impedire l'aggiramento di Montecassino.

Nella giornata del 17 maggio ricorre il primo anno di installazione della panchina gigante (Big Bench 406) in occasione del quale l'associazione APS ValleluC'È promuove il festeggiamento dell'evento. Saranno offerti ai partecipanti un piatto di pasta e una fetta di torta.

Organizzazione	
Adesioni	Entro sabato 16 maggio.
Riunione preliminare	Non prevista; creazione di un gruppo whatsapp.
Spostamenti	Auto proprie
Appuntamenti	Semaforo di via Colonia Giulia a Venafro, ore 8:00

Requisiti di ammissione e Regole di comportamento
<p>L'adesione all'attività si perfeziona confermando la propria partecipazione al referente entro i termini stabiliti. Con l'iscrizione, il partecipante accetta incondizionatamente il programma e dichiara di:</p> <ul style="list-style-type: none">• conoscere le caratteristiche e le difficoltà dell'escursione;• disporre di abbigliamento e attrezzatura adeguati;• possedere capacità tecniche, attitudini fisiche e condizioni di salute idonee all'attività. <p>Pertanto, l'aderente solleva il referente e la Sottosezione da ogni responsabilità per incidenti derivanti da imperizia personale o mancata osservanza delle regole di sicurezza.</p> <p>Il referente si riserva il diritto di escludere chiunque non risulti adeguatamente attrezzato, allenato o in regola con l'iscrizione al CAI. Potrà inoltre variare o annullare l'escursione per necessità logistiche o condizioni meteo avverse.</p> <p>Partecipazione dei non soci: i non soci possono partecipare previa visione del regolamento e parere favorevole del referente. Per loro è obbligatorio il versamento della quota assicurativa entro le ore 20:00 del venerdì precedente l'escursione.</p>