

# CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ESPERIA

www.caiesperia.it



TUTELA AMBIENTE MONTANO. ESCURSIONISMO. ALPINISMO. SCIALPINISMO. ARRAMPICATA. SPELEOLOGIA. SENTIERISTICA. AREA SOCIALE

Giorno, 13 ottobre 2024

ESCURSIONISMO

Riserva Naturale Regionale lago di Posta Fibreno

Posta Fibreno (FR)

**GIORNATA del CAMMINARE**



ORGANIZZAZIONE

CAI Sezione Esperia

Prenotazioni entro venerdì ore 19.00

**Posti disponibili:** Per tutti coloro che intendono svolgere l'attività

**COSTI**

Per i non soci leggere il regolamento

**RITROVI**

**FORMIA:** - ore 07:45  
Via Olivastro Spaventola

**CASSINO:** - ore 08:15  
Area Varlese

**ESCURSIONE**

**Tipologia:** Anello

**Difficoltà:** T

**Dislivello (m):** ↑ ↓

**Quota minima (m):** 289

**Quota massima (m):** 430

**Tempi (h):** 3

**Lunghezza (km):** 8,7

**Riferimenti Sentieri:**

**Mappa:**

**COSA SERVE**

Abbigliamento a strati da montagna, scarponi e bastoncini da trekking, giacca a vento e antipioggia, guanti, cappello, eventuale cambio da lasciare in auto.

**AVVICINAMENTO**

Auto proprie

**INFORMAZIONI**

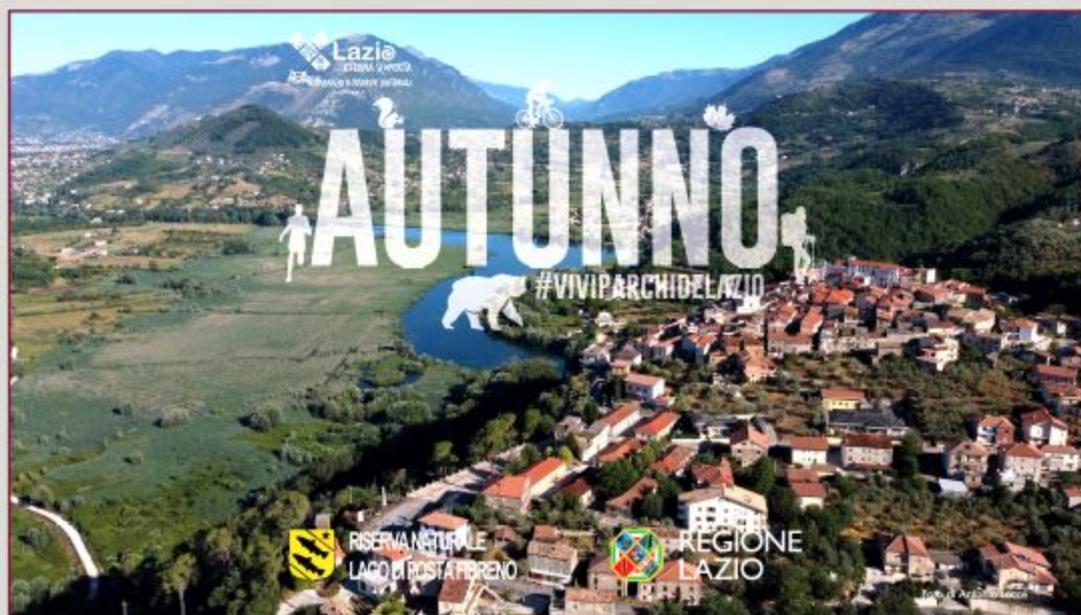
Antonio Lecce Tel: 3735061720

Email: antonio.lecce@libero.it

**ISCRIZIONE OBBLIGATORIA**

Antonio Di Russo

Email: duedierre@libero.it



## Descrizione

Domenica 13 ottobre 2024 la Riserva Naturale lago di Posta Fibreno invita a partecipare alla "Giornata del Camminare".

L'escursione, organizzata in occasione della Giornata del Camminare, vedrà la partecipazione del CAI di Esperia, e di: ASD Nordic Walking di Frosinone, Camminatori del Golfo, Golfo Vivo, ASD Fics Camminatori Sportivi, ASD Albalonga Walking, HydraTeam Nordic Walking e Roma Cammina.

La camminata, che prevede un percorso ad anello, porterà i partecipanti a raggiungere il centro storico del paese per poi ridiscendere e tornare al punto di ritrovo, dopo aver costeggiato il lago.

Appuntamento alle ore 9:30 presso la sede della Riserva, a Posta Fibreno in Contrada Carpello snc con rientro stimato per le ore 12:30 circa.

Al termine è previsto un momento conviviale.

## REGOLAMENTO

I tempi di percorrenza sono orientativi e calcolati senza le soste - L'Accompagnatore di escursione si riserva di modificare in tutto o in parte l'itinerario in considerazione delle condizioni meteorologiche - L'Accompagnatore, per la propria responsabilità, si riserva di escludere dall'escursione le persone (soci e non) che non abbiano preventivamente prenotato e/o non siano adeguatamente attrezzati e/o allenati - I partecipanti sollevano l'Accompagnatore e la Sezione da qualsiasi responsabilità per qualsiasi incidente o inconveniente dovuti alla propria personale imperizia o alla mancata osservanza delle regole dell'andare in montagna - Si richiede buona preparazione fisica e senso di responsabilità a ciascuno dei partecipanti - I non soci, devono far attivare dal Segretario (recapito in blu a piè pagina) obbligatoriamente l'assicurazione. La stessa può essere attivata versando in contanti la quota di partecipazione pari a € 13,00 al giorno a persona (€ 8,95 quota assicurativa infortuni + 4,05 Soccorso Alpino) oppure tramite bonifico bancario - IBAN IT1070200874030000101721690 - inviando copia + modello privacy (scaricabile dal sito) compilato e firmato. Le condizioni di assicurazione sono visionabili nel sito [www.cai.it](http://www.cai.it) - <https://www.cai.it/ta/ssociazione-3/as/sicurazione/>