



# Club Alpino Italiano Sezione di Cassino

www.caicassino.it



ATTIVITÀ ESCURSIONISTICA



## FAMILY CAI CASSINO TRA I COLORI DELL'AUTUNNO MACCHIARVANA (AQ)

**24**  
**OTTOBRE**  
**2021**



### DATI TECNICI

<b>distanza</b>	6,5 KM A/R
<b>ascesa +</b>	100 m
<b>quota partenza</b>	m
<b>quota max</b>	m.
<b>durata</b>	8:00 h circa

### DIFFICOLTA'

E (Escursionistico). Itinerario su sentieri o tracce di sentiero ben visibili, normalmente con segnalazioni. Può avere tratti ripidi; i tratti esposti sono di norma protetti o attrezzati. Può prevedere facili passaggi in roccia, non esposti e che comunque non richiedono conoscenze alpinistiche.

### DIREZIONE

MIELE DEBORA cell 347 051 4271  
DI PLACIDO CHRISTIAN cell 334 923 6611

### FOILAGE A MACCHIARVANA

*Ci diamo appuntamento per percorrere insieme, a piccoli passi, il sentiero C1, che attraversa la meravigliosa faggeta di Macchiarvana e conduce verso il Santuario di Monte Tranquillo, per ammirare i meravigliosi colori che madre natura, in questa magica stagione, usa per dipingere uno dei suoi quadri più belli: il bosco in autunno! Il sentiero è percorribile anche con i passeggini da trekking. Il pranzo al sacco sarà consumato lungo il cammino.*

#### COVID 19 – INDICAZIONI DI SICUREZZA IN ESCURSIONE

Non possono partecipare all'attività coloro che accusano sintomi di febbre, tosse, raffreddore o coloro che hanno avuto contatti con persone affette da COVID 19 nei precedenti 15 giorni. Durante il cammino mantenere la distanza di sicurezza fra gli escursionisti di almeno 2 metri, indossando la mascherina nei tratti dove non è possibile mantenere il rispetto delle distanze. Seguire le raccomandazioni sulle normative previste per ridurre i rischi di infezione, ricordando di igienizzare le mani con soluzioni disinfettanti, di non toccarsi il naso, bocca e occhi e di starnutire e tossire tra braccio ed avambraccio. Usare solo la propria borraccia, i propri bastoncini da trekking, il proprio cibo e bevande, il proprio telefonino e non scambiarsi alcun oggetto che possa essere veicolo per la trasmissione dell'infezione. In auto possono viaggiare, con mascherina indossata, oltre al guidatore solo due persone: nessuna limitazione se si viaggia in compagnia di familiari conviventi.

#### REGOLAMENTO

I tempi di percorrenza sono orientativi e calcolati senza le soste. L'accompagnatore di escursione si riserva di modificare il 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 qualsivoglia responsabilità per qualsiasi incidente o inconveniente dovuti alla propria personale imperizia o dalla mancata osservanza delle regole del corretto comportamento in montagna. Si richiede buona preparazione fisica e senso di responsabilità a ciascuno dei partecipanti. I non soci, entro le ore 19:00 del venerdì precedente l'escursione, devono far attivare dal Segretario (recapito a piè pagina) obbligatoriamente l'assicurazione.

#### Equipaggiamento consigliato

Abbigliamento a strati adatto alla stagione, scarpe da trekking, giacca a vento, mantella o giacca antipioggia, occhiali da sole, copricapo, bastoncini da trekking, crema protettiva anti UV, acqua a sufficienza (1.5 l almeno), un ricambio completo da lasciare in auto/pullman.

**RITROVO** ore 8:00  
Piazza N. Green (Cassino)

**PARTENZA** per  
**MACCHIARVANA** ore 8:15

**INIZIO ESCURSIONE** ore  
9:15

**MEZZO DI TRASPORTO**  
Auto proprie



**CAI Sezione di Cassino**  
Via G. Verdi, 29  
Parco Baden Powell

**Presidente Pietro Miele**  
cell. 349 106 8970 - [miele.pietro57@libero.it](mailto:miele.pietro57@libero.it)  
**Segretario Giuseppe Giardinelli**  
cell. 328 262 3476 - [giugiardinelli@gmail.com](mailto:giugiardinelli@gmail.com)  
e-mail: [caicassino75@gmail.com](mailto:caicassino75@gmail.com)