Domenica, 01 marzo 2020

ESCURSIONISMO per ESPERTI

Massiccio del Monte Cairo

Colle San Magno (FR)

MONTE CAIRO DA FORME

Il Monte Cairo è la cima più elevata dell'acrocoro che separa la Valle del Liri dalla Valle di Comino. La partenza per raggiungere la vetta è in località "La Forma", nel comune di Colle San Magno (quota 760 m circa). Recentemente la zona è stata interessata dal taglio boschivo, per questo motivo parte del' antico sentiero che conduce alla località "Cisternola" è fiancheggiato da un'ampia mulattiera creata appositamente dai boscaioli. Dopo aver percorso il sentiero che s'immerge nei boschi di cerro, si raggiunge la località "Cisternola" (quota 1100 m circa). Da qui si procede in direzione est per conquistare la cresta che ci condurrà in vetta; a questo punto il percorso diventa un ampio balcone che permette di posare lo sguardo sull'intera Valle del Liri e sui monti Aurunci, divenendo via via più spettacolare quanto più si guadagna in quota. Ad un'altezza di 1400 m (Omo di Cairo) si incrocia un suggestivo sentiero che scende nella folta faggeta che ricopre il versante nord-est di Monte Cairo: è il sentiero che percorreremo dopo aver toccato la vetta per raggiungere il rifugio Pozzacone. Il percorso in cresta, a questo punto, diventa meno ripido e in breve tempo si raggiunge la croce di vetta posta sulla cima del Monte Cairo (quota 1669 m). Si scende seguendo lo stesso sentiero percorso all'andata fino al bivio di Omo di Cairo, si prende la destra e in breve si raggiunge il Rifugio Pozzacone (quota 1250 m circa). Nei pressi del rifugio, è possibile ammirare una profonda fossa che un tempo veniva utilizzata per la conservazione del ghiaccio, a testimonianza della presenza antropica che un tempo caratterizzava non solo questa propaggine della montagna, ma, più in generale, tutte le valli del Massiccio del Monte Cairo. Dopo aver consumato il pranzo al sacco si riprende il cammino tagliando a mezzacosta la spalla nord del monte Monte Cairo per ritornare alla località "Cisternola". Da qui si percorre lo stesso sentiero dell'andata per ritornare alle auto.

DETTAGLI ESCURSIONE

ORGANIZZAZIONE

Sezione CAI - Esperia

***Posti disponibili**: -*

***Iscrizioni entro il**: 28/02/2020*

COSTI

Soci € -

***Non soci € 12,00** (Vedere Regolamento)*

RITROVI

FORMIA:
Via Olivastro Spaventola - ***ore 07,30***
CASSINO:
Area Varlese - ***ore 08,00***
CASTROCIELO
Piazza S. Rocco - ***ore 08,20***
COLLE SAN MAGNO
Forma - ***ore 08,50***

ESCURSIONE

Difficoltà: EE
Dislivello: *m. 1000*
Quota minima: *m. 760*
Quota massima: *m. 1669*
Tempi: *h 5*
Lunghezza: *Km 12*
Riferimenti Sentieri: - *CAI*
Mappa :

COSA SERVE

Abbigliamento da montagna, scarponi, giacca a vento, equipaggiamento per la pioggia, cambio da lasciare in auto, acqua a sufficienza, bastoncini.

AVVICINAMENTO

Auto proprie

INFORMAZIONI E ISCRIZIONE OBBLIGATORIA

Mirco Di Maola Tel 392 2834239
email: mircodi@hotmail.it

Giuseppe E. Segreto Tel.327 7808724
email: giuseppemestosegreto@gmail.com

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 qualsivoglia 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, entro le ore 19,00 del venerdì precedente l'escursione, 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 ad € 12,00 al giorno a persona (€ 8,57 quota assicurativa infortuni + Soccorso Alpino + € 3,43 contributo di partecipazione) oppure tramite bonifico bancario – IBAN IT10T0200874030000101721690 – 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/index.php?id=764&L=0