

# CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ESPERIA

www.caiesperia.it

Intersezionale CAI Cosenza - CAI Esperia



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

**Sabato, 17 ottobre 2026**

## Parco Riviera di Ulisse - Gaeta (LT) - **Monte Orlando**



### RITROVI

FORMIA: Via O. Spaventola - ore 14:00

GAETA: Via della Breccia - ore 14:30

### COSTI

Soci €-

Non soci €12,00 (vedere regolamento)

### ESCURSIONE

Difficoltà: T

Dislivello: m. 298

Lunghezza: Km 10

Tempi: h 4

Riferimenti Sentieri:

L'avventura inizia dal suggestivo Santuario della SS. Trinità o della Montagna Spaccata che si colloca in un contesto davvero molto insolito, circondato da eventi naturali legati a eventi mistici. Un sentiero borbonico avvolto dalla tipica macchia mediterranea, dove panoramici spunti consentono di ammirare le tipiche falesie a picco sul mare e le isole pontine sull'orizzonte, ci porterà, attraverso le numerose opere di edilizia militare quali batterie, polveriere, casematte, cisterne e camminamenti, in un territorio che ha vissuto la dominazione sveva, aragonese, borbonica fino a giungere al periodo, triste per Gaeta, dell'Unità d'Italia. Sarà possibile poi osservare soprattutto lungo i percorsi ornitologici, specie di avifauna sia migratoria e sia stanziale, che trovano un sicuro rifugio fra le rocce inaccessibili, come il maestoso falco pellegrino, il gabbiano "corso" e il cormorano. Raggiungeremo l'imponente Mausoleo di Lucio Munazio Planco di epoca romana sito sull'apice del monte e seguiremo il sentiero che discende verso Gaeta medievale, costeggiando le antiche ville e le più belle chiese del quartiere, i Castelli Angioino e Aragonese per arrivare nella sottostante piazza Caboto, a livello del mare, da cui è possibile riassumere con uno sguardo la piacevole escursione. Utilizzando antiche stradine, costeggeremo l'appariscente chiesa di S. Francesco per ritornare alle auto.

**Domenica, 18 ottobre 2026**

## Massiccio Monte Cairo - Cassino (FR) - **Monte Cairo**



### RITROVI

FORMIA: Via O. Spaventola (Mercato Nuovo) - ore 07:30

CASSINO: Area Vallese - ore 08:00

TERELLE (FR) - ore 09:00

### COSTI

Soci €-

Non soci €12,00 (vedere regolamento)

### ESCURSIONE

Difficoltà: E

Dislivello: m. 685

Lunghezza: Km 11/12

Tempi: h 5/6

Riferimenti Sentieri:

Il Massiccio del Monte Cairo si trova nel Lazio, in provincia di Frosinone. La sua cima più elevata costituisce un meraviglioso belvedere sui monti del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise, la Ciociaria, il Mar Tirreno e Ischia. Visibile anche l'Abbazia di Montecassino. Parcheggiate le auto in prossimità di un edificio in rovina si prende un breve tratto di strada asfaltata in salita. Arrivati a una sbarra si prosegue a destra su una comoda strada sterrata fino a giungere a un bivio dove si prende il sentiero 821 che attraversa una faggeta fino ad un belvedere. A questo punto si esce dalla faggeta il sentiero diventa abbastanza ripido, si giunge alla prima vetta. Si prosegue sempre con il sentiero tutto su roccette con sali e scendi. Per arrivare alla croce di vetta, dove si gode un ampio panorama. Fatta la sosta pranzo si prosegue fino ad arrivare ad incrociare il sentiero 830, facile e ben segnato sentiero nella faggeta fino a rifugio Pozzacone, dove si imbecca sentiero 823 che ci porterà fino alle auto.

## DETTAGLI ESCURSIONE

### COSA SERVE

Abbigliamento a strati da montagna, scarponi, giacca a vento, equipaggiamento per la pioggia, cambio da lasciare in auto, pranzo al sacco, acqua a sufficienza.

### AVVICINAMENTO

Auto proprie.

### REFERENTI

**Per l'iscrizione obbligatoria e informazioni**

P. Pizzuti : Tel. 3391429907

Email: [pietro.pizzuti@hotmail.it](mailto:pietro.pizzuti@hotmail.it)

F. Purificato: Tel. 338 4621337

Email: [fpurificato7@gmail.com](mailto:fpurificato7@gmail.com)

A. Chiacchio - tel. 339 5837590

Email: [chiacchioangelo536@gmail.com](mailto:chiacchioangelo536@gmail.com)

B. Mallozzi: tel. 351 6800079

### 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 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) - <https://www.cai.it/associazione-3/assicurazione/>