



Sezione di Cassino

# Club Alpino Italiano Sezione di Cassino

www.caicassino.it



ATTIVITÀ ESCURSIONISTICA

## ANELLO Barrea - Grotta dello Schievo - Lago Vivo - Barrea

23  
Maggio  
2021

### DATI TECNICI

	<b>distanza</b>	14 km
	<b>ascesa +</b>	800 m
	<b>quota partenza</b>	1026 m
	<b>quota max</b>	1706 m
	<b>durata</b>	7:30 h

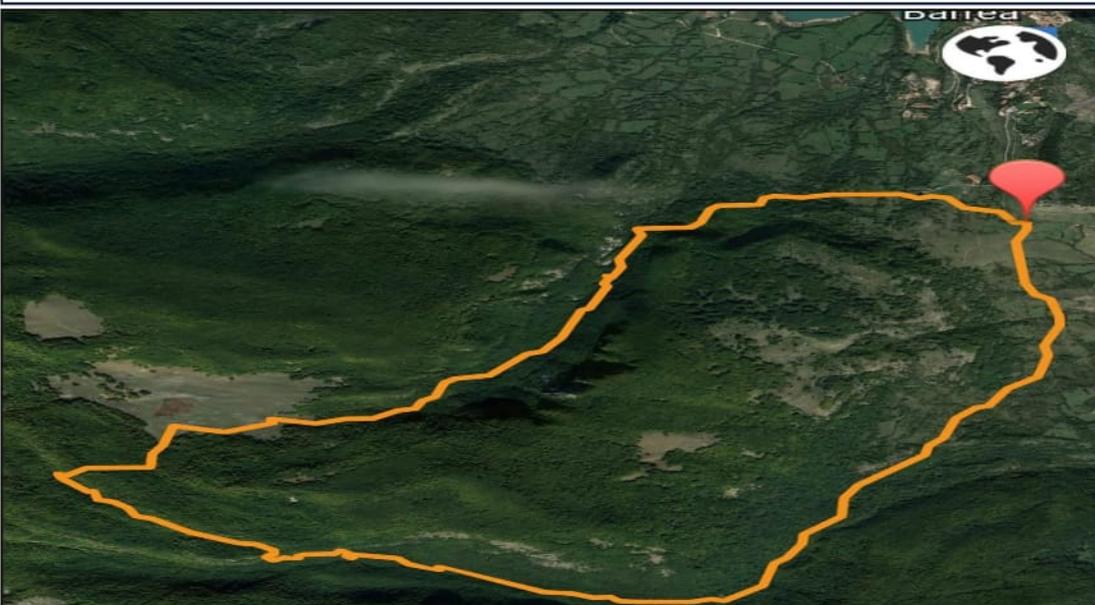
### DIFFICOLTA'

**E (Escursionistica).** 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 specifiche. Richiedono un certo senso di orientamento, come pure una certa esperienza e conoscenza dell'ambiente alpino, allenamento alla camminata, oltre a calzature ed equipaggiamento adeguati.

### DIREZIONE

Rossana **CIUMMO** cell 320 063 9764

Orazio **GROSSI** cell 328 060 4065



1.706 m

1.026 m

13,58 km

### Inizio escursione 8:30

Un classico delle escursioni PNALM! La natura si risveglia nel bosco e sui pianori.... Il gorgoglio del Rio Torto carico di acqua per il disgelo ci accompagnerà lungo il percorso.

Partenza dal Valico di Barrea sentieri K3, K5 e K4 percorrendo la Valle del Rio Torto fino a raggiungere le meravigliose cascate, la Grotta dello Schievo ed il Lago Vivo

Gli accompagnatori di escursione si riservano di modificare parzialmente il percorso previsto in funzione delle condizioni ambientali.

#### 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** Piazza N. Green (Cassino)

Ore 6:45

**PARTENZA**

Ore 7:00

**FINE ATTIVITA' ESCURSIONISTICA**

Ore 16:00

**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)