



Sezione di Cassino

# Club Alpino Italiano Sezione di Cassino

www.caicassino.it



ATTIVITÀ ESCURSIONISTICA

## "Cammini In Cammino" "Quattro passi sulla Francigena Via Latina" Pofi - Frosinone

19  
Marzo  
2022



### DATI TECNICI

	Dislivello nominale	
	quota partenza	
	quota max	
	distanza	15,00 Km
	durata	5:00 h

### DIFFICOLTA'

**T (Turistico).** Itinerario su stradine, mulattiere o larghi sentieri, con percorsi non lunghi ben evidenti e che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Si svolgono di solito sotto i 2.000 metri di quota. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.

### ACCOMPAGNATORI

Pietro MIELE cell 338 705 8240

Diego MAGLIOCCHETTI cell 338 7058240

### PROGRAMMA:

Itinerario di scoperta e verifica da Pofi a Frosinone percorrendo stradine, stradelle e sentieri lungo le sconosciute colline ciociare dei territori rurali tra Pofi, Arnara, Torrice e Frosinone.

Percorso di fondovalle con altimetria varia seguendo la morfologia della Valle Latina.

**Prenotazione entro le ore 16:00 di venerdì 17 Marzo 2022**

**PREVEDERE CONTRIBUTO PER RIENTRO CON PULMINO DEDICATO**

**PRANZO AL SACCO A CURA DEI PARTECIPANTI**

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

Occorre essere nuniti di SUPER Green Pass valido. 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 occorre mantenere il rispetto delle Norme ANTI-COVID19.

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 Direttori di escursione si riservano di variare la località dell'attività in relazione alle condizioni meteo, nonché di valutare l'effettiva preparazione e l'attrezzatura dei partecipanti. L'escursione è aperta ai soci in regola con il tesseramento. Per i non soci è possibile partecipare all'escursione previa stipula dell'assicurazione presso la sede CAI di riferimento.

#### Equipaggiamento consigliato

Prevedere un equipaggiamento escursionistico adatto alla stagione;

**RITROVO** a CASSINO Ore 8:10  
Piazza San Benedetto (Cattedrale)

**PARTENZA PER POFI** Ore 8:30

**RITROVO** a POFI (FR) presso Museo  
Preistorico di Ore 9:15 Via San Giorgio

**PARTENZA ESCURSIONE** Ore 9:30

**FINE ATTIVITA'ESCURSIONISTICA**  
Ore 14:30 ARRIVO A FROSINONE

**MEZZO DI TRASPORTO**  
Auto proprie



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

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

