



Sezione di Cassino

# Club Alpino Italiano

## Sezione di Cassino

www.caicassino.it



ATTIVITÀ ESCURSIONISTICA

## Montagna in rosa MONTI AURUNCI

**6**  
**Marzo**  
**2022**

Intersezionale CAI CASSINO–ISERNIA– MONTAQUILA – ESPERIA

### DATI TECNICI

	<b>distanza</b>	6,5 km
	<b>ascesa +</b>	441 m
	<b>quota partenza</b>	825 m
	<b>quota max</b>	1314 m
	<b>durata</b>	5:00 h

### DIFFICOLTA'

E (Escursionistico). Itinerario sui 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

### DIREZIONE

Giovanna **IORIO** cel 349 187 8063

Angela **CACCIA** cel 338 822 5049



### Inizio escursione 9:00

Partendo da Cassino si raggiunge la Fonte di Acquaviva a m. 800, dove si parcheggia. Da qui inizia l'escursione che procede sul sentiero CAI n. 956. Il sentiero risale sino a raggiungere il monte Mesole (m. 1000 ca) Da qui si raggiungerà la sella di monte Ruazzo (m. 1200), percorrendo un bosco misto dove il faggio si sostituisce al leccio. Con un deciso balzo lungo la cresta nord, si raggiunge la cima m. 1314 che offre un panorama a 360 gradi: dal Golfo di Gaeta e le isole pontine, al Golfo di Napoli con le sue Isole, fino ai monti dell'Abruzzo. Si ridiscende per il versante sud verso la valle di Sciro fino ad incrociare un antico sentiero di pastori che costeggia ad est il m. Ruazzo, fino ad intersecare il sentiero 956 sul monte Mesole e da qui raggiungere la fonte di Acquaviva, dove faremo un brindisi tutti insieme.

#### 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 Green (CASSINO)

Ore 7:20

### PARTENZA

Ore 7:30

### FINE ATTIVITA' ESCURSIONISTICA

Ore 17:00

### 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)