



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE di APRILIA

04011 APRILIA Via Carlo Cattaneo, 2
Tel. 06 93376771(mer. e ven. ore 18-19,30)

 www.caiaprilia.com
 info@caiaprilia.com
 CAI-Sezione di Aprilia



15

PARCO NATURALE REGIONALE SIRENTE-VELINO

Quattro vette sui 2000 m

Cagno, 2153 m - Ocre, 2204 m - Bagno, 2073 m - Cefalone, 2142 m

DATA DI EFFETTUAZIONE	CATEGORIA	DIFFICOLTA'	MEZZO DI TRASPORTO
Sabato 11 giugno 2022	Escursionismo	EE-E	Pullman

LUOGO APPUNTAMENTO (10 MINUTI PRIMA DELLA PARTENZA)	ORARIO	ORARIO ARRIVO PREVISTO
Cisterna: via Domenico Sordilli, 6	05,30	
Latina: via Signorini (centro commerciale Morbella)	06,00	
Campoverde: piazzetta centrale	06,15	
Aprilia: piazza dei Bersaglieri	06,30	9,00

Gruppo A(EE) _ Descrizione del percorso: (4 vette sui 2000 m)

Percorso ad anello. Dal parcheggio di Campo Felice q. 1530 m (42.2151, 13.4587), vicino alla galleria Serralunga, si percorre il sentiero 9C inizialmente in piano e poi in salita su carrareccia, si arriva sul Colle di Forcamiccia a quota 1707 m, al bivio si prosegue a sinistra sentiero R10 e superato un bosco di faggi a q. 1900 m, prendiamo a destra e salendo ripidamente raggiungiamo la prima vetta, **monte Cagno q. 2153 m**, versante piana dell'Aquila. Dopo una breve pausa riprendiamo il cammino in cresta sentiero R9, prima scendendo e poi risalendo fino ad arrivare sulla cima del **monte Ocre q. 2204 m**. Proseguiamo sempre in cresta scendendo leggermente fino alla cima dei **monti di Bagno q. 2073 m**. Torniamo indietro per un breve tratto per poi scendere alla selletta di Setteacque a q. 2015 m e si sale a **Cima di Fossa Palomba q. 2120 m** e successivamente fino al **monte Cefalone q. 2142 m**, versante piana di Campo Felice. Abbiamo fatto più di 4 cime oltre 2000 m. Rientriamo seguendo per un tratto la cresta per poi scendere di nuovo all'inizio del bosco di faggi, da qui si percorre a ritroso il sentiero dell'andata fino a raggiungere il parcheggio.

Gruppo B(E) _ Descrizione del percorso: (Monte Cefalone e Cima di Fossa Palombo)

Percorso ad anello. Dal Parcheggio(1530) arriviamo a colle di Forcamiccia(1707), sentiero R10, superiamo il bosco e poco dopo svoltiamo a sinistra, sentiero R10A, salendo ripidamente verso il **monte Cefalone(2142)** proseguiamo per Cima di Fossa Palomba(2120) scendiamo alla selletta di Setteacque(2015) svoltiamo a destra fino allo stazzo Setteacque (1975) e proseguiamo per il sentiero R10 scendendo dalla valle Setteacque fino all'inizio del bosco di faggi, da qui si percorre a ritroso il sentiero dell'andata fino a raggiungere il parcheggio.

Rientro a casa in serata.

GRUPPO	DISLIVELLO IN SALITA	DISLIVELLO IN DISCESA	DISTANZA	TEMPI DI PERCORRENZA
A	1180 m	1180 m	17 Km	7 h (escluso soste)
B	636 m	636 m	12 Km	5 h (escluso soste)

ACCOMPAGNATORI	EQUIPAGGIAMENTO OBBLIGATORIO	PRANZO	QUOTA DI PARTECIPAZIONE
1) Panfilo Fischione (AE) 347 6595010	Scarponi da trekking, giacca a vento, mantella antipioggia, pile, guanti, berretto, bastoncini, lampada frontale, telo termico, acqua e cibo a sufficienza	Al Sacco	Soci € 20,00
2) Paolo A. Liotta (DdE) 393 7095212			Non Soci € 30,00
3) Luigi Candelini (DdE) 328 1044235			
4) Giancarlo Brugnara (DdE) 335 7625353			

Adesioni: entro il venerdì precedente l'uscita nei seguenti modi: tramite sito www.caiaprilia.com; email info@caiaprilia.com; presso la sede in via Cattaneo, 2(ex Mattatoio) nei giorni di mercoledì e venerdì dalle 18 alle 19,30; telefono 06 93376771.

N.B.: Il programma potrà subire variazioni, o annullamenti in base alle condizioni del territorio o meteorologiche che compromettono la sicurezza dei partecipanti a insindacabile giudizio degli accompagnatori.

Cancellazioni e rinunce:

Per la cancellazione e rinunce che pervengono dopo le 15,00 del Venerdì precedente l'escursione, sarà applicata una **SANZIONE** pari all'intera quota di partecipazione all'escursione.

Note importanti:

Normative anti COVID-19

Necessario, mascherina FFP2 sul pullman.