



C.A. I. – Club Alpino Italiano - FOGGIA

MONTI ERNICI

INTERSEZIONALE CON I C.A.I. DI SORA – ALATRI – CASSINO- FROSINONE

San Leonardo – Rifugio Cisterna

15 MAGGIO 2011

Quota massima: 1.292 mt.
Dislivello in salita: 730 mt.
Durata ore: 6 h. ca
Difficoltà: "E"

Direttore: Ester Guida – tel. 346/1769210

Il percorso inizia dal Santuario Madonna della Figura (m. 402). Per una strada semi-asfaltata, si raggiunge la località San Leonardo ed il suo Eremo (m816). Prima di raggiungere la Chiesetta sulla sinistra si prende uno sterrato, costeggiante una recinzione. Più in alto ci si immette in una traccia di sentiero che solca la costa Sud e poi Ovest del M.te Monna di Rosa (m. 1.292). Dopo averla aggirata sulla sinistra, ci si porta sul versante boscoso che guarda al rifugio, e dopo aver attraversato una conca erbosa si raggiunge la località Padano Dei Sordi e quindi il Rifugio Trombetta, ex Rifugio Cisterna (m. 1132). Il ritorno su strada sterrata in discesa per la località Tre Valloni, Vallone delle Noci, Case San Silvestro e l' Antenna in località Mezzano. A sinistra si prende una mulattiera lastricata di ciotoli, classificata vecchia via Romana, si passa per la Fonte Orlando e quindi si raggiunge il Santuario della Madonna della Figura.

L' escursione non presenta difficoltà tecniche, ma occorre buon allenamento!
All'arrivo al Rifugio Trombetta ci sarà una piacevole sorpresa per tutti i partecipanti

Appuntamento: partenza da Foggia prevista per il sabato 14 maggio. Orari e modalità da concordare con il coordinatore.

Nel caso sarà possibile partire anche la domenica partendo da Foggia non più tardi delle ore 5,30 per poter essere a Sora entro le 08,00.

ATTENZIONE: Per la partenza dal sabato sarà necessario prenotare l'albergo a Sora dando l'adesione in sede **entro e non oltre VENERDI' 13 MAGGIO 2011 versando un acconto di € 30,00**

AVVERTENZE

- Attrezzarsi con abbigliamento tecnico, scarpe da trekking, giacca a vento, zaino adeguato e mantellina per la pioggia. E' prevista la colazione a sacco. Portare almeno 1,5 lt. di acqua.
- I tempi di percorrenza sono calcolati in eccesso.
- I direttori di escursione si riservano di modificare in tutto o in parte l'itinerario in considerazione delle condizioni meteorologiche.
- Gli accompagnatori per la loro responsabilità si riservano di escludere dalla propria escursione i partecipanti non adeguatamente attrezzati e allenati.