



## Club Alpino Italiano Sezione di Foggia

Email: [segreteria@caifoggia.it](mailto:segreteria@caifoggia.it)

Sito web: [www.caifoggia.it](http://www.caifoggia.it)



# Domenica 6 Marzo 2022

## PARCO REGIONALE DEL MATESE " LA GALLINOLA "

**Difficoltà EAI:** **F** (facile) **Dislivello:** +/- 400 m **Quota massima:** 1800 m

**Lunghezza:** 8 Km. **Durata:** 5 h

**Equipaggiamento:** a cipolla, scarponi trekking, **obbligatori (bastoncini e ciaspole)**, ghette, protezione(sole -pioggia), **consigliato il kit APS di auto-soccorso**(artva,pala e sonda).

**Pranzo:** a sacco **Acqua:** secondo necessità

**Viaggio di trasferimento:** con auto proprie

**Appuntamento:** Liceo Scientifico "A.VOLTA" ore 6:30

**Rientro nel pomeriggio**

**Distanza da Foggia:** circa 130 km

**Direttori:** Raffaele Berlantini ( AE-EAI ), Ester Guida ( AE-EAI )



### Informazioni generali

La Gallinola è la seconda vetta dei Monti del Matese, uno dei gruppi carsici più importanti e noti della penisola. È situata al centro del settore settentrionale del massiccio, a cavallo di Campania (prov. di Caserta) e Molise (prov. di Campobasso).

Dalla sua sommità il panorama spazia a 360°e, nelle giornate particolarmente limpide, all'orizzonte è possibile scorgere il Mar Tirreno a W e l'Adriatico a E.

### CRITICITÀ

L'escursione di per sé non presenta grosse difficoltà tecniche, tuttavia essendo un ambiente innevato, va da sé che i dati tecnici relativi al dislivello (700 m) e alla lunghezza (10 Km) del percorso, vanno considerati tenendo conto sia del fattore ambiente (neve), sia del fattore temperatura (freddo) e sia del fattore luce. Si sconsiglia a persone poco allenate o che non abbiano dimestichezza nell'uso delle ciaspole

**N.B. per il noleggio ciaspole**



**cell. 3426962295**

### AVVERTENZE

- 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.

### CONDIZIONI FISICHE

A ciascuno dei partecipanti viene richiesta buona preparazione fisica e senso di responsabilità.

448000 449000 450000 451000 452000 453000 454000

4591000

4590000

4589000

4588000

4587000

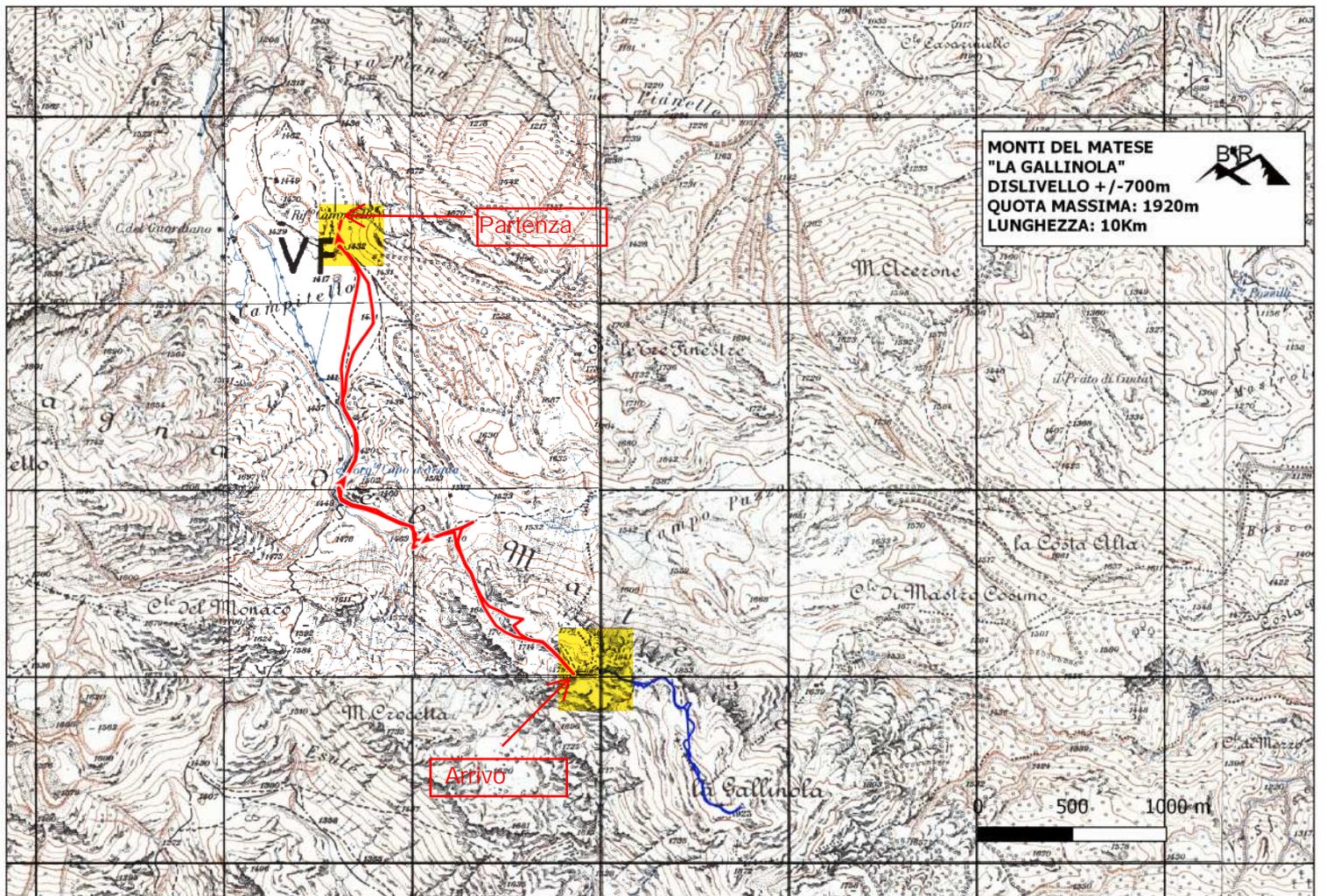
4591000

4590000

4589000

4588000

4587000



**MONTI DEL MATESE**  
**"LA GALLINOLA"**  
 DISLIVELLO +/-700m  
 QUOTA MASSIMA: 1920m  
 LUNGHEZZA: 10Km



CAI - SEZIONE DI FOGGIA - BERLANTINI RAFFAELE - AE ED50/UTM 33N

