



Club Alpino Italiano Sezione di Foggia

Email: segreteria@caifoggia.it

Sito web: www.caifoggia.it



Domenica 22 febbraio 2026 PARCO REGIONALE DEL MATESE “ PUNTA GIULIA ”

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 - EEA), 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 e alla lunghezza 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

cell. 3381911348

AVVERTENZE

• I direttori di escursione si riservano di modificare in tutto o in parte l'itinerario in considerazione delle condizioni meteorologiche. **NOTA BENE:** il tracciato del percorso non ha come punto di arrivo la Gallinola, che potremo raggiungere, solo se il gruppo sarà in grado di proseguire.

• Gli accompagnatori per la loro responsabilità si riservano di escludere dalla propria escursione i partecipanti non adeguatamente attrezzati e allenati.

• Si richiede l'iscrizione all'escursione entro venerdì **20 febbraio** in sede CAI, via Luigi Sbrano n.113, Foggia.

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

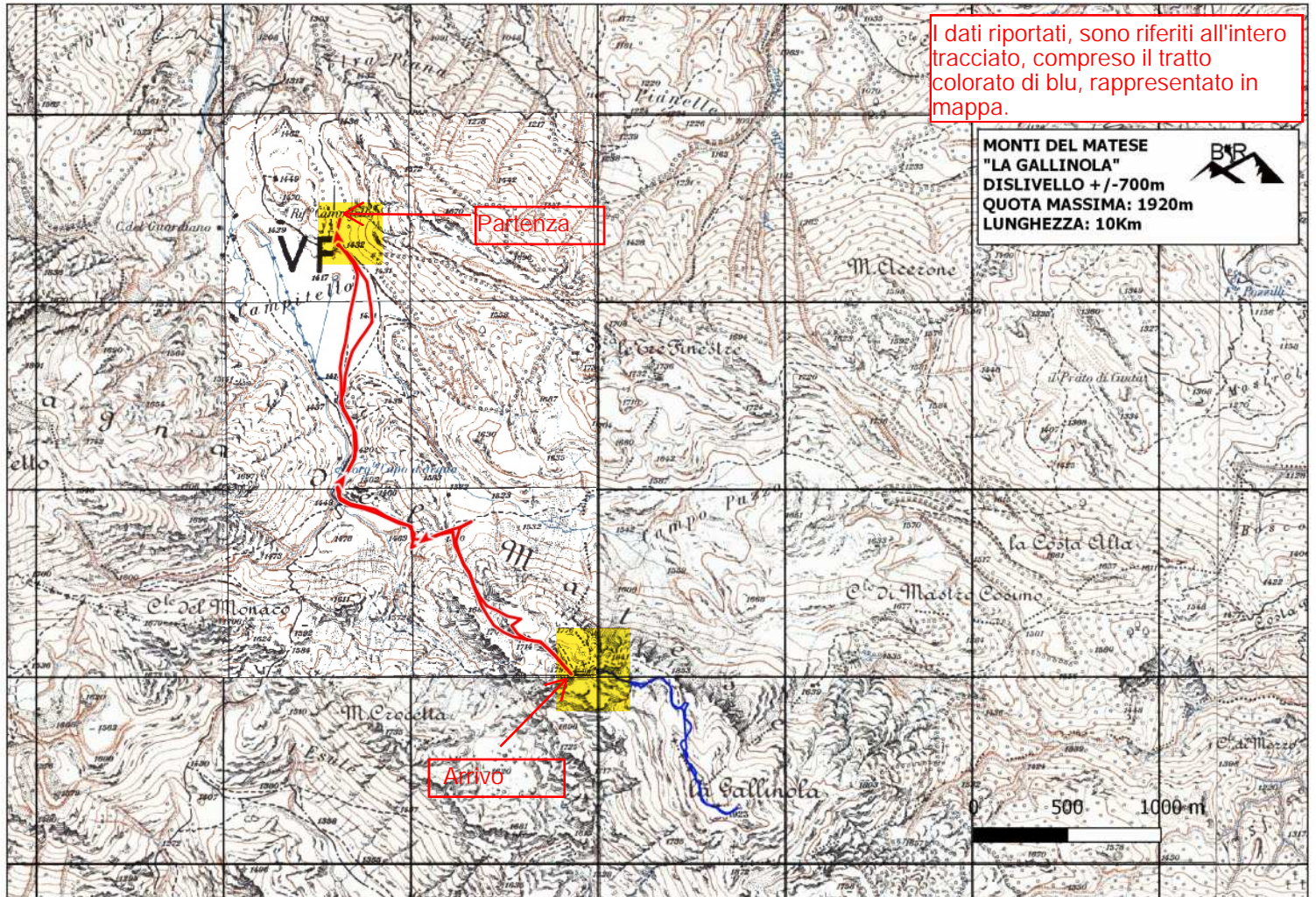
4590000

4589000

4588000

4587000

I dati riportati, sono riferiti all'intero tracciato, compreso il tratto colorato di blu, rappresentato in mappa.



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



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

