



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di
Monterotondo
"Il Ginepro"
SCHEDA TECNICA



TITOLO DELL'ESCURSIONE

Monte Cotento - Monte Tarino

DATA DI EFFETTUAZIONE	DIFFICOLTA ESCURSIONE	MEZZO DI TRASPORTO
6 Agosto 2017	E - EE	Proprio

APPUNTAMENTO ORE: 6,30 davanti la sede CAI Monterotondo

COME ARRIVARE AL PERCORSO: da Monterotondo autostrada per Napoli, uscita -Anagni-Fiuggi T. proseguire per Piglio, Altipiani di Arcinazzo, Trevi nel Lazio, Filettino, Passo Serra S. Antonio, Campo Staffi

DISTANZA: Km 122 **TEMPO PERCORRENZA:** ore 2 ore e 10 minuti circa

DESCRIZIONE PERCORSO:

Percorso E : da Campo Staffi a Monte Cotento, andata circa 2 ore di cammino, ritorno per lo stesso sentiero circa 1 ora e 30 minuti. A/R totale km 6 dislivello in salita 300 m.

Percorso EE : da Campo Staffi a monte Cotento e proseguimento fino a monte Tarino, andata circa 4 ore, ritorno da monte Tarino a Campo staffi per un altro sentiero circa 2 ore. A/R totale circa 13 km dislivello in salita 950 m.

NOTE: Anche se il percorso non presenta difficoltà tecniche, richiede però una preparazione fisica adeguata per la lunghezza e i vari saliscendi.

QUOTA DI PARTENZA	QUOTA MASSIMA	TEMPO DI PERCORRENZA
1750	2015	E 3 ore 30 minuti circa + le soste EE 6 ore 30 minuti circa + le soste
DISLIVELLO TOTALE SALITA	DISLIVELLO TOTALE DISCESA	KM TOTALI
E 300 - EE 950	E 300 - EE 750	E km 6,00 - EE km13,00

ACCOMPAGNATORI - N. TEL.	EQUIPAGGIAMENTO
Mancini Aldo 333 4492940 Lattanzio Antonio 349 8048295	<u>Attrezzatura adeguata:</u> pedule o scarponi da montagna, calzoni lunghi, giacca a vento, telo termico, mantella antipioggia, cappello con visiera, guanti, lampada frontale, bastoncini, pronto soccorso personale, cibo e acqua a sufficienza.

CAI MONTEROTONDO Sede: via dell'Unione 113, capolinea Cotral
 Tel. 06 83706844 - caimonterotondo@gmail.com - www.caimonterotondo.it