



# CLUB ALPINO ITALIANO

## Sezione di Monterotondo

"Il Ginepro"

### SCHEDA TECNICA



#### TITOLO DELL'ESCURSIONE

### M. VIGLIO (2156 m) DA META (M. ERNICI)

DATA DI EFFETTUAZIONE	DIFFICOLTA ESCURSIONE	MEZZO DI TRASPORTO
DOMENICA 21/10/2018	E E	AUTO PRIVATE

**APPUNTAMENTO ORE:** Via Dell'Unione n113 Monterotondo - ore 06:00

**COME ARRIVARE AL PERCORSO:** dal casello di Guidonia prendi l'A24/E80 e prosegui su l'A25 verso Chieti/Pescara uscita Avezzano, continua sulla SS690 Avezzano-Sora e prendi l'uscita Civitella Roveto/META. Superato il fiume Liri si prosegue per il paese di Meta. Alla piazza del paese si parcheggia  
**DISTANZA:** Km 130 **TEMPO PERCORRENZA:** 2 ore circa

**DESCRIZIONE PERCORSO:** dal parcheggio della piazzetta di Meta (1013 m) si riprende la strada asfaltata da dove si è pervenuti e dopo circa 150 m, a sinistra, si inizia a salire in direzione NW verso i campi sportivi. Si prosegue quindi su traccia a NW e poi si piega a W entrando nella faggeta del versante di Peschie Merundi. La pendenza si fa impegnativa e può richiedere anche l'uso delle mani sulle pietre. Con una traccia poco evidente si raggiunge la cresta denominata Belvedere di M. Piano (Madonnina, a q.1770 m). Qui la traccia si congiunge con quella proveniente dalla Fonte della Moscosa e, con direzione comune a SW, si percorre la frequentata traccia della dorsale verso il M. Piano (1838 m), il Gendarme (2120 m) (con roccette) e quindi il M. Viglio (2156 m). Colazione al sacco.

Dalla sommità del M. Viglio mantenendo la direzione SW della dorsale si discende la cresta fino alla Bocchetta del Viglio (1936 m) dove, con un tornante a sinistra, la traccia piega in direzione E fino alla quota 1840 m e, successivamente verso SE, consentendo di raggiungere la Croce Cerasoli (1630 m) sovrastante l'omonimo Rifugio. Aggirando la croce e scendendo verso N si entra nel bosco e si raggiunge un fontanile a quota 1458 m sulla strada sterrata che da Meta, con diversi tornanti, conduce al Rifugio. Si attraversa la strada e si imbecca il sentiero che prosegue nella discesa lungo un fosso che, tagliando tutti i tornanti in direzione pressoché rettilinea a NE e con segnaletica abbastanza evidente, permette di raggiungere il parcheggio di Meta.

**NOTE:** l'itinerario è consigliato solo a soci molto allenati e con capacità di muoversi su roccia. E' obbligatoria la lampada frontale - o equivalente - ed è consigliato l'uso dei bastoncini.

QUOTA DI PARTENZA	QUOTA MASSIMA	TEMPO DI PERCORRENZA
1013 m	2156 m	8 ore escluse soste
DISLIVELLO TOTALE SALITA	DISLIVELLO TOTALE DISCESA	KM/ORE TOTALI
1300 m	1300 m	16 km circa

ACCOMPAGNATORI - N. TEL.	EQUIPAGGIAMENTO
ASE Glauco Fiori (cell. 3338573676) ASE Cinzia Micucci (cell. 3405973849)	<b>Attrezzatura adeguata:</b> pedule o scarponi da montagna, calzoni lunghi, giacca a vento, telo termico, mantella antipioggia, cappello con visiera, guanti, <b>lampada frontale</b> , <b>bastoncini</b> , pronto soccorso personale, cibo e acqua a sufficienza.

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