

### Gruppo Montagna "AVIS" - 6a escursione 2017 - DOMENICA 22 OTTOBRE 2017

Partenza ore 06,30 dal piazzale "Palafolli"

Escursione impegnativa ("EE") dal valico di San Paolo (Acquasanta Terme), verso Monte Libretti, proseguendo verso la Fonte della Scentella, si risale a Prato Lungo, quindi poco prima di Cima Fonteguidone, si inizia la discesa in direzione di Umito.

Dislivello ~ 600 metri in salita e 900 in discesa. (Possibilità di pranzare presso l'agriturismo "Laga Nord" al prezzo convenzionato di 15 Euro, da prenotare al momento dell'iscrizione e pagare direttamente presso l'agriturismo). Durata presumibile escursione 7 ore (~ 15 Km). Rientro ad Ascoli P. alle ore 18,00

Le Guide di Mountain Project ci faranno cavalcare la cresta che divide la valle del Tronto da quella del Castellano; vedute mozzafiato su tutta la costa orientale dell'Appennino centrale, di fronte al Monte Vettore, il gruppo dei Monti della Laga e le vallate attigue, tra boschi di rara bellezza e sentieri unici, in mezzo a colori variegati ed eccezionalmente caldi e belli.

#### ABBIGLIAMENTO E ACCESSORI:

Scarponi per escursioni (NO con suola liscia o scarpe da tennis) Calzini idonei alla montagna in misto cotone o microfibra. Pantaloni adatti (NO calzoncini corti o Jeans). Vestiario a strati (consigliata microfibra) Micropile e Giacca a vento + Mantellina antipioggia Cappellino e occhiali da sole - Guanti leggeri - Consigliati i bastoncini telescopici per alleggerire il carico, soprattutto in discesa.

Nello zaino: giacca a vento, almeno un litro e mezzo di acqua, telino termico, maglietta di ricambio, crema solare e salvalabbra, qualche barretta energetica, frutta secca e macchina fotografica. Ricambio completo da lasciare in pullman.

Quota di iscrizione E 20,00 (venti/00) cadauno, comprensivo di Guide e Pullman.

LA GITA VERRA' ORGANIZZATA SOLO CON ALMENO (35) TRENTACINQUE ISCRITTI  
ISCRIZIONE C/O LA SEDE AVIS Entro e non oltre Giovedì 19 Ottobre '17.

Per iscrizioni in ritardo e pagamento sul pullman maggiorazione di E 5,00.