



## AVVISO CICLOESCURSIONE CONSULTABILE ANCHE SU [WWW.CAIAMATRICE.IT](http://WWW.CAIAMATRICE.IT)

DATA	<b>24 agosto 2014</b>						
LOCALITA' ITINERARIO	<b>Amatrice-Monte Cardito- Amatrice</b>						
RITROVO PARTENZA	<b>7:00 sotto la Torre Civica di Amatrice</b>						
Quota inizio	Quota arrivo	Quota massima	Tempo percorrenza	Dislivello totale	Impegno fisico	Rientro	
950 m	950 m	1592 m	4,30 h	1000 m	30 km	Ore 15,30	
DIFFICOLTA'	<b>MC/MC+</b>						
SPOSTAMENTI	Mezzo proprio fino ad Amatrice (RI)						
EQUIPAGGIAMENTO	Abbigliamento tecnico idoneo da ciclo escursione, parapigioggia, <b>casco obbligatorio</b> , scorte acqua e cibo, kit riparazione guasti e forature, verificate sempre la bici prima di partire. <b>Si raccomanda buona scorta di acqua. L'escursione è abbastanza impegnativa e necessita di un buon allenamento.</b>						
DESCRIZIONE ITINERARIO	Si parte dalla Torre Civica al centro di Amatrice (quota 950) percorrendo la statale per L'Aquila e dopo pochi chilometri si svolta a sinistra sulla strada comunale che ci porta alla frazione di Nommisci (quota 1134). Attraversiamo il paese e, dopo aver fatto buona scorta di acqua, ci tuffiamo nella natura selvaggia tra i boschi. Percorrendo una bellissima strada sterrata con una impegnativa salita arriviamo a Poggio Cancelli (quota 1298). Da qui saliamo ancora per un primo tratto su strada sterrata e poi su sentiero fino al Monte Coculle (quota 1564). Percorriamo la cresta godendo di un panorama mozzafiato su tutta la catena dei Monti della Laga, sul Gran Sasso e sul lago di Campotosto a Sud-Est, sulla conca amatriciana a Nord-Ovest, fino ad arrivare alla quota massima del percorso di 1592 metri del Monte Cardito (18 km percorsi). Da qui si scende su sterrata al rifugio "Le serre" e dopo aver attraversato la pineta sotto la "Cima delle Serre", percorrendo una ripida discesa per 5 km e facendo attenzione alle pietre sul percorso, riprendiamo la statale che ci riporta ad Amatrice al punto di partenza.						

L'escursione è aperta a tutti i soci CAI che dovranno essere in regola con l'iscrizione dell'anno in corso: i **soci minorenni** per partecipare dovranno comunque essere **accompagnati da un adulto**.

I **non soci** CAI possono partecipare previa adesione da dare entro e non oltre le ore 17,00 del venerdì precedente l'escursione e versamento di € 5,00 per la copertura assicurativa presso "Gioielleria Bacigalupo" di Amatrice 0746.826468; Sezione CAI Amatrice 339.4731194, oppure tramite e-mail a : [amatrice@cai.it](mailto:amatrice@cai.it) - [segreteria@caiamatrice.it](mailto:segreteria@caiamatrice.it) entro il mercoledì precedente l'escursione; per aggiornamenti consultare anche il sito della Sezione [www.caiamatrice.it](http://www.caiamatrice.it)

**Direttore di escursione: Virginio Santarelli (347 0948912), Mauro Bondi (393 9328729), Luciano Mezzetti (338 3837789),**

Amatrice (RI) 955 mt. s.l.m. è dominata dalla dorsale appenninica dei Monti della Laga lunga circa 30 km comprendente 4 vette che superano i 2400 mt. di quota. La segnaletica è curata dalla Sezione CAI di Amatrice  
**Sezione CAI Amatrice P.zza Cavalieri di Vittorio Veneto 02012 Amatrice (RI)**