



Club Alpino Italiano
Sezione di Roma
Fondata nel 1873



TITOLO DELL'ESCURSIONE

MONTE TERMINILLO (1630 m) DA CITTADUCALE (510 m)

DATA DI EFFETTUAZIONE	CATEGORIA	MEZZO DI TRASPORTO
Sabato 19 giugno 2010	Cicloescursionismo	Auto private

APPUNTAMENTO: h. 7,00 Piazza Sassari Partenza: ore 7.05 da Piazza Sassari .

DESCRIZIONE:

PERCORSO: il percorso è quasi interamente su sterrata (pendenza ca. 8%) tranne i pochi chilometri in discesa sino al 3° tornante). Da Cittaducale (510 m) si risalgono le pendici del Terminillo sino ad arrivare a Pian de' Valli (1630 m) dove effettueremo una sosta di ristoro. Da Pian de' Valli si scende per qualche km sulla strada asfaltata sino al 3° tornante dove si riprende una sterrata che torna a Cittaducale. Lungo il percorso è possibile rifornirsi di acqua.

Note:

Ore 9,15: si arriva a Cittaducale (Salaria, Rieti, al km 84 svoltare a sn. in direzione Cittaducale. Si lascia l'auto in prossimità del cimitero.

Ore 15.00: arrivo a Cittaducale.

Iscrizioni : il giovedì precedente la escursione in sede o per telefono dalle 18.00 alle 19.30.

Attenzione: cicloescursione riservata a ciclisti allenati entro giovedì ore 19.00

DISLIVELLO	KM	TEMPO PRESUMIBILE DI PERCORRENZA
1300 m	45 km	6 ore ca.

DIFFICOLTA'	EQUIPAGGIAMENTI PARTICOLARI	ACCOMPAGNATORI
MC+/MC	casco cacciapertoni, camera d'aria di ricambio	Luca Teodori: 3346436160 luke.escursionismo@gmail.com Paolo Antonini: 3334816341

Note: Costo 4 euro per i soci CAI - 10 per i non soci - gratis per i soci CAI iscritti al Gruppo CicloCai Roma