

Data Escursione: dal 04-07-2020 al 05-07-2020

## Tabella Tecnica

Proposta da :	CRAL INPS
Tipologia :	
Dislivello :	1600 m
Ore :	9 ore
Difficoltà :	EE
Lunghezza :	19 km

**Descrizione** La Cima delle Murelle rappresenta l'anomalia della Majella, la classica eccezione che conferma la regola. Ai soliti pendii assoluti, alle tipiche distese uniformi, contrappone creste tormentate e balzi rocciosi, con un panorama che arriva al Gargano. Sabato 4: Ritrovo in mattinata presso l'hotel "Mammarosa" ed inizio dell'escursione all'Eremo di San Giovanni all'Orfento. Suddivisione in piccoli gruppi per l'ingresso e la visita all'Eremo, cui si accede strisciando in terra. Ritorno all'hotel, cena e pernottamento. Difficoltà: E Dislivello: 700 mt. Durata A/R: 5 ore Distanza A/R: 6 km. Domenica 5: sveglia all'alba, colazione e raggiungimento in auto del Rifugio Bruno Pomilio, situato al termine della strada asfaltata. Da qui seguiremo il sentiero fino al Blockhaus (m. 2142), per raggiungere la fontana di Sella Acquaviva e poi il Monte Focalone (m. 2676). Dopo un lungo saliscendi attraverso i "le pietre che cantano", e dopo aver lambito la Cima Acquaviva (m. 2737) e la sua Anticima Ovest (m. 2727), scenderemo con un veloce ghiaione alla base della cresta Ovest di Cima Murelle che risaliremo, con qualche facile passo di arrampicata, fino alla vetta. Proseguiremo poi per il versante Nord, aggirando lo sperone su cui sorge il Bivacco Fusco (tre brevi tratti attrezzati), fino a fare ritorno alla fontana di Sella Acquaviva e poi al Blockhaus e alle auto. Difficoltà: EE Dislivello: 1600 mt. Durata A/R: 9 ore Distanza A/R: 19 km. Appuntamenti: Sabato 4 alle ore 10:00 hotel "Mammarosa" alla Majelletta. Cosa portare: scarponcini alti da trekking, abbigliamento a cipolla, berretto, guanti, crema protettiva, occhiali da sole, borraccia, pranzo al sacco per il sabato, bastoncini, KIT COVID (mascherina e gel igienizzante) • Costo della mezza pensione a persona: € 55,00 in doppia, € 65,00 in singola (consigliata!); • Possibilità di prenotare il pranzo al sacco per la domenica; • Quota escursioni € 20,00 (€ 10,00 per un solo giorno); • Per partecipare è necessaria la tessera FederTrek (€ 15,00 da fare anche il giorno stesso); • Il viaggio si effettuerà in auto private secondo le norme anti contagio (se non conviventi, conducente da solo + due passeggeri su ciascuna fila di sedili posteriori, tutti con mascherina) e i costi della benzina e dell'autostrada verranno divisi tra i componenti dell'equipaggio. Per info e prenotazioni: AEV Riccardo Porretta - 3779585959

**Accompagnatore1:** AEV Porretta Riccardo

**Cell:** 377 9585959

**Accompagnatore2:**

**Cell:**

**Informazioni:** L'escursione di sabato è adatta a tutti, quella di domenica richiede invece buon allenamento, confidenza con il terreno roccioso, passo sicuro e assenza di vertigini.

**Nota:** Si ricorda ai partecipanti che è obbligatoria l'esibizione della tessera FederTrek e la trascrizione del numero da parte degli accompagnatori. L'attività proposta può subire cambiamenti a discrezione degli accompagnatori per ragioni sicurezza e di opportunità per il gruppo, pertanto ogni tesserato è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori, seguendo le loro indicazioni. In caso contrario, verrà meno il rapporto di affidamento e, quindi, l'eventuale responsabilità verso chi sceglie percorsi o modalità differenti da quelle indicate.