



Data Escursione: dal 26-06-2021 al 26-06-2021

## Tabella Tecnica

Proposta da :	Inforidea Idee in Movimento Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	1300 m
Ore :	9 ore
Difficoltà :	EE
Lunghezza :	16 km

**Descrizione** Il sentiero che dal bel borghetto di Cartore(950m) sale al Murolungo(2.184m)per la val di Fua e il lago della Duchessa è un superbo itinerario che permette, non senza fatica, di ammirare splendidi pano rami in una delle zone più caratteristiche del gruppo della DUCHESSA. Si tratta di un itinerario classico e molto frequentato (fino al lago), ma piuttosto lungo e abba stanza faticoso, adatto quindi ad escursionisti ben allenati e motivati. Il panorama aereo è veramente mozzafiato, dato che si possono ammirare, specie in una giornata di sole, oltre alla conca del lago della Duchessa,le principali cime dell'Apennino Centrale, il Terminillo,i Si billini, il Gran Sasso, il Velino e la Maiella, solo per citarne i più conosciuti. Completano l'escursione in modo veramente soddisfacente che ripagano l'escursionista del notevole dislivello affrontato,le bellissime faggete e i valloni in cui pascolano animali allo stato brado. Nel caso si verificassero imprevisti che non consentano la possibilità di raggiungere il Murolungo, l'escursione sarà limitata in prossimità del lago della Duchessa.

**Accompagnatore1:** AEV Muti Raffaele  
**Cell:** 3487410105

**Accompagnatore2:** AEV Mancini Eliana  
**Cell:** 3394144637

**Informazioni:** Info e Prenotazioni : AEV Raffaele Muti Tel e WhatsApp 3487410105 AEV Eliana Mancini Tel e WhatsApp 3394144637(solo ore serali) SABATO 26.Giugno 2021 1)BAR Subito dopo l'uscita dal casello Valle del Salto h.9 2)Al Parcheggio di Cartore H.9,30- H. 9,45 Partenza del Trek COSA PORTARE: Stante l'elevata quota da raggiungere(2.184m),si consiglia di vestirsi a strati e si ritiene utile avere un cambio al termine del Trek.Sono obbligatori gli scarponcini da Trekking ALTI FINO A COPERTURA INTEGRALE DELLA CAVIGLIA,per le pendenze in salita e in discesa è ritenuto necessario e quindi obbligatorio avere al seguito dei bastoncini da Trekking,abbigliamento a strati, pile,luciolta frontale, giacca/piumino, mantellina antipioggia, cappello, guanti, sciarpa,(eventuale crema solare), acqua(1,5-2L) ,pranzo al sacco e dispositivi di prevenzione COVID come da regolamento allegato. CONTRIBUTO ASSOCIATIVO DI PARTECIPAZIONE: € 10 La gita è riservata ai soli soci FederTrek,con tessera in corso di validità alla data dell'escursione: possibilità di fare/rinnovare la tessera il giorno dell'escursione a €15 per adulti, €5 per minori; la tessera vale 365 giorni (dalla data di emissione.).Per gli over 75 è obbligatorio presentare,al momento dell'iscrizione all'escursione, la certificazione medica,attestante la capacità di poter effettuare attività sportiva non agonistica,alla data dell'evento. Solo per chi deve fare/rinnovare la tessera,in quest'unica occasione,il costo dell'escursione è € 5(costo gita) + 15 di tessera Federtrek . **IMPORTANTE** Per la propria e altrui sicurezza è richiesto di avvisare per tempo gli Accompagnatori della presenza di eventuali patologie o problematiche, che potrebbero manifestarsi nel corso dell'escursione Durante l'evento potrebbero essere effettuate fotografie e riprese video per scopi promozionali e di comunicazione.Pertanto avvertire gli Accompagnatori se non si desidera essere fotografati,né di apparire in qualsiasi pubblicazione. Qualora gli accompagnatori giudicassero non adeguato l'equipaggiamento posseduto da uno o più dei partecipanti al trekking, potranno optare per non accettarne la partecipazione all'attività. L'escursione proposta può subire cambiamenti a discrezione degli organizzatori per ragioni di sicurezza e di opportunità per il gruppo o in base alle disposizioni anti -COVID 19. In merito alle misure di sicurezza anti covid-19, ti invitiamo ad osservare le raccomandazioni di Federtrek <http://www.federtrek.org/?p=3836>

**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.