



Data Escursione: dal **02-10-2022** al **02-10-2022**

Tabella Tecnica

Proposta da :	G.E.P.-Gruppo Escursionistico Provincia di Roma Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	1000 m
Ore :	7 ore
Difficoltà :	EE
Lunghezza :	18.5 km

Descrizione Il gruppo del Monte Ocre è all'estrema propaggine del gruppo del Velino e consente panorami eccezionali dal Gran Sasso alla Majella. Si parte da Campo Felice e si sale verso la cresta che inizia a quota 1.900 mt da dove si cominciano ad ammirare panorami mozzafiato. Arriveremo al Monte Cagno (2.153 mt) e proseguendo lungo la cresta raggiungeremo il Monte Ocre (2.209 mt). Scesi per la selletta risaliremo per il Monte di Bagno (2.073 mt) ex cima over "2000" e, ridiscesi alla selletta, saliremo su Cimata di Fossa Palomba (2120) e da lì lungo la cresta raggiungeremo il Monte Cefalone (2.142 mt). Infine, scenderemo per intercettare il sentiero percorso inizialmente per concludere l'anello e tornare alle macchine. **CONTRIBUTO ASSOCIATIVO DI PARTECIPAZIONE:** € 12, i minori non pagano **TESSERA FederTrek:** obbligatoria: € 15 – minori € 5 **COSA PORTARE:** almeno 1,5 litro d'acqua a testa, pranzo al sacco. **ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA:** scarponi da trekking (obbligatori), abbigliamento a strati possibilmente con indumenti tecnici traspiranti, giacca antivento/antipioggia, pile, consigliati bastoncini, copricapo, guanti, occhiali da sole e crema protettiva. Portare bicchierino in plastica rigida non monouso per poter prendere il nostro meritato caffè in pausa pranzo (non porteremo più bicchieri di plastica monouso per diminuire inquinamento da plastica). **APPUNTAMENTO:** ore 7,30 Bar "Antico Casello" Metro Rebibbia

Accompagnatore1: AEV Federici Marco

Cell: 3665406468

Accompagnatore2:

Cell:

Informazioni: AEV: Marco FEDERICI 3665406468 marcotrek62@gmail.com AAEV: Simone IZZI 3289579275 simone.izzi@gmail.com

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.