

# Giornata Nazionale Sentiero Italia CAI

20 NOVEMBRE 2022



Sezione di Frosinone



## ESCURSIONE LUNGA

Traversata integrale della Tratta 003 del Sentiero Italia,  
da Prato di Campoli a Trisulti

**Categoria:** E

**Trasporto:** Mezzi propri

**Dislivello:** Salita m. 575 Discesa m. 843

**Sviluppo lineare:** Km 14,5

**Durata:** ore 5

**Pranzo al sacco**

**Orari:** Partenza ore 8.30 Prato di Campoli  
– Inizio sterrata Valle di Femminamorta

**Accompagnatori:** Renato Fanella, 3339683652  
Giuseppe Piccirilli, 3387115359

Mario Maniccia, 3334188789

**Equipaggiamento:** scarponi, guscio anti pioggia,  
strato termico, zaino giornaliero con borraccia, guanti,  
cappello, occhiali, copri zaino, lampada frontale, bastoncini.



## ESCURSIONE BREVE

Breve escursione all'eremo della Madonna delle Cese  
**aperta al Gruppo Montagnaterapia**



**Categoria:** T

**Trasporto:** Mezzi propri

**Dislivello:** m. 124

**Sviluppo lineare:** Km 2,7

**Durata:** ore 1,30

**Pranzo al sacco**

**Orari:** Partenza ore 10.30 Piazzale Certosa di Trisulti

**Accompagnatori:** Carla Spaziani, 3475741494  
Giuseppina Antonucci, 3393520189

SEZIONE CAI FROSINONE  
e-mail: [frosinone@cai.it](mailto:frosinone@cai.it)  
tel: 0775 852103  
Mar e Ven, 18:00 - 20:00

TERMINE ISCRIZIONI  
Venerdì 18/11/2022

**GIOVEDÌ 17 ORE 18.00 RIUNIONE TECNICO – ORGANIZZATIVA IN SEDE**