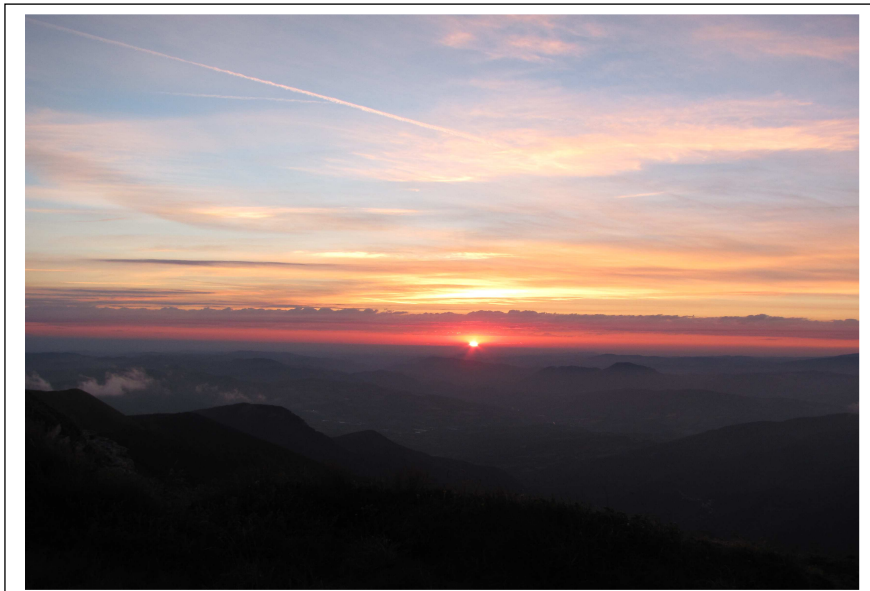


25/08/2018

ALBA DAL RONDINAIO



DIFFICOLTÀ': EE
(escursionisti esperti)

DISLIVELLO : 500 m salita
500m discesa

DURATA: circa 6 ore
complesive di cammino
escluso il bivacco in vetta
LUNGHEZZA: 7km circa

IMPEGNO FISICO:
l'escursione si svolge in
notturna e, pur non
presentando particolari
difficoltà, richiede passo
sicuro ed allenamento su
percorsi in montagna.

DESCRIZIONE ITINERARIO

Ammirare il sorgere del sole dalla cima di una montagna, avvolti dal silenzio e circondati dalla natura, è una esperienza unica e meravigliosa che rimane nel cuore di ogni escursionista. Questa volta andremo ad attendere il nuovo giorno in cima ad una delle vette più alte e belle del nostro appennino: il Rondinaio.

Partiremo in tarda sera dal Lago Santo (1500m) dopo aver cenato tutti insieme in rifugio, alla luce delle stelle (e delle frontali!) imbrocheremo il sentiero 523 che ci porterà in breve sulle sponde del Lago Baccio (1562m) e poi, salendo sempre in costante salita, al Passetto (1903m). Da qui un breve tratto di crinale ci condurrà diretti in vetta a 1963 metri. La cima del Rondinaio risulta piuttosto esigua e a tratti esposta sui versanti NO, O e SO, per cui bivaccheremo poco prima sul versante E ed aspetteremo lì lo "spettacolo" del sorgere del sole. Per il rientro valuteremo, in base alle condizioni meteo e del gruppo, se percorrere il sentiero 00 passando dall' Altaretto fino alla vetta del Giovo per poi scendere al Colle della Bruciata e fare ritorno al Lago Santo tramite il sentiero 529 (percorso più lungo), oppure scendere al Rondinaio Lombardo percorrendo il sentiero 521 e da qui rientrare al Lago Santo (percorso più breve).

ATTREZZATURA NECESSARIA: Obbligatoria scarponi alti da trekking con suola ben scolpita, **luce frontale**, idoneo abbigliamento da escursionismo in montagna: giacca antivento ed antipioggia, pantaloni lunghi, cappello, guanti (vestirsi a strati!), abbondante scorta d' acqua, consigliati i bastoncini da trekking. Dal momento che bivaccheremo in quota sarà sicuramente molto freddo, quindi portare nello zaino giacca invernale o piumino, sarà utile un termos con bevanda calda e qualcosa da mangiare (frutta secca o snack), per il bivacco consigliato materassino da campeggio e sacco a pelo.

PARTENZA CON MEZZI PROPRI ORE 16.30 PRESSO BAR BARAONDA A BARDALONE.

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI PRESSO L'ORGANIZZAZIONE: ANE Alessandro Bini tel.: 3345485222

AE Gianluca Spinicci tel.: 3496635003

Per i non soci obbligatoria prenotazione entro venerdì 24/08 con contributo di 14€ per attivazione assicurazione.

L'organizzazione si riserva di modificare il percorso o annullare l'escursione in base alle condizioni meteorologiche o di qualsiasi altra natura che ne impedissero lo svolgimento nelle condizioni minime di sicurezza.

La partecipazione comporta l'accettazione del regolamento escursioni sezionale visionabile al seguente link:

<http://www.caimaresca.it/Sezione/Regolamenti/RegolamentoEscursioni.pdf>