



Gruppo del Velino Sirente COSTONE DELLA CERASA 13 – marzo 2022

Uscita sciescursionistica

Descrizione itinerario:

Facile e piacevole itinerario consigliabile quando i Piani di Pezza e il Piano del Ceraso sono ancora innevati. L'itinerario di salita segue nel primo tratto la bella e placida cresta di Costa Cerasole e attraversa radure ampie e brevi tratti di bosco. Se dovesse mancare fondo su questa dorsale, si salirà per la valle boscosa posta sulla sua destra orografica. La seconda parte della salita è quella più appagante per gli occhi in quanto offre stupendi scorci panoramici verso le bellissime vette che circondano i Piani di Pezza. Di rilevante bellezza il colpo d'occhio sul famosissimo piano inclinato della Costa della Tavola e, anche se più in lontananza, verso la dolomitica parete Nord de Il Costone. Per la discesa si può eventualmente percorrere il bel bosco della Valle del Ceraso chiudendo così un bel anello.

Per la partecipazione si raccomanda una valida e pregressa esperienza sci escursionistica o sci alpinistica.

Attrezzatura:

Potrà partecipare all'escursione solo chi in possesso di attrezzatura "pesante" da sci escursionismo, ossia sci laminati per tutta la loro lunghezza (NO sci da fondo), attacchi da escursionismo (SNSBN, NNBC, 75 mm o similari) o, in alternativa sci e attacchi da scialpinismo. Obbligo di pelli di foca. E' altresì obbligatorio, come da normativa vigente, l'attrezzatura di sicurezza per recupero in valanga costituita da: ARTVA, pala e sonda. **NON saranno ammessi in nessun caso partecipanti sprovvisti di detta attrezzatura.** Il resto dell'equipaggiamento è riferibile a quello di qualunque uscita invernale (giacca a vento, guanti (due paia), occhiali da sole, pile, ecc.).

Difficoltà: D (scala di valutazione sci escursionistica) MS (scala di valutazione scialpinistica).

Note: Dato il persistere di normative inerenti l'emergenza COVID-19 è necessario il Green pass rafforzato.

Le iscrizioni saranno effettuate solo tramite telefono entro venerdì 11 marzo. Gli iscritti all'escursione si dovranno presentare all'appuntamento autonomamente nel rispetto delle norme vigenti, muniti del green pass e del modulo di autodichiarazione (scaricabile dal sito)

Assicurazione obbligatoria per i partecipanti NON SOCI CAI: Contestualmente all'iscrizione all'escursione i non-soci CAI devono versare in contanti il premio per l'assicurazione obbligatoria infortuni, non rimborsabile in caso di annullamento dell'escursione. È possibile scegliere tra due combinazioni: premio combinazione A: 7,50 €; premio combinazione B: 15,00 €, a queste due combinazioni è possibile aggiungere una quota di 4,00 € per il soccorso alpino. Tale quota, a discrezione del responsabile, dell'escursione può essere resa obbligatoria.

Dettagli su <http://www.cai.it/assicurazione-3/assicurazione/>

Per i non soci CAI contattare direttamente il responsabile dell'escursione.

Difficoltà	Dislivello in salita	Dislivello in discesa	Durata prevista (ore di marcia)
Vedi "Difficoltà" nel testo	m 700 circa	m 700 circa	4 ½

Equipaggiamento	Accompagnatori
Vedi "Attrezzatura"	Alberto Sciamplicotti 3496888151 alberto.sciamplicotti@uniroma1.it

Appuntamento

13-03-20223 ore 07:00 parcheggio antistante la sede della Sezione

Con l'iscrizione all'escursione il partecipante dichiara di conoscere e accettare le Regole di comportamento per le escursioni sociali della Sezione di Frascati