



Club Alpino Italiano
Sezione di Palestrina
 Piazza di Porta San Martino, 11
www.caipalestrina.it



TITOLO DELL'ESCURSIONE

Monte Meta (2242 m)
Parco Nazionale Abruzzo Lazio e Molise

| Data d'effettuazione | Categoria | Mezzo di trasporto |
|----------------------|--------------------------------|--------------------|
| 9/07/2017 | EE (Escursionismo per Esperti) | Auto propria |

DESCRIZIONE SINTETICA DELL'ESCURSIONE

Ore 6.00: Ritrovo e partenza da Palestrina parcheggio centro commerciale "I Platani"
Ore 8.30: Arrivo al Santuario Madonna del Canneto (Settefrati).
Ore 8.45: Inizio escursione per la Torretta Paradiso.
Ore 12.00: Arrivo in vetta Monte Meta e pranzo.
Ore 13.00: Inizio discesa per Prati di Mezzo
Ore 16.30: Arrivo al parcheggio e fine escursione.

| Difficoltà | Equipaggiamento modalità partecipazione | Direzione |
|-----------------------------------|--|---|
| EE (Escursionismo per Esperti) | vedi note | – A. TomassiTel. 3347128144 – V. SperanzaTel. 3885716241 – G. ColtrèTel. 3283053665 |

ISCRIZIONE: La partecipazione all'escursione è aperta a tutti gli iscritti al CAI in regola con il tesseramento 2017. **I non iscritti al CAI** possono partecipare all'escursione purché provvisti di **polizza assicurativa obbligatoria** da stipulare in Sezione, unitamente al versamento del premio, **entro le ore 19,00 di venerdì 07/07/2017.**

NOTE:

Equipaggiamento: Scarponi, giacca antivento, zaino, copri zaino, cappello, occhiali da sole, crema protettiva, pranzo al sacco, bastoncini telescopici. **Valutare attentamente la quantità di acqua da portare** (è presente un punto di rifornimento idrico al punto di partenza (in prossimità del Santuario), verso la metà dell'ascesa, l'ultimo verso la metà del percorso di ritorno).

DESCRIZIONE ESCURSIONE:

L'itinerario inizia dal Santuario Madonna del Canneto e dopo un percorso di 7,2 km con un dislivello di circa 1.275 m (pendenze molto elevate che arrivano al 45%) si arriva alla vetta del Monte Meta. Il ritorno è per Prati di Mezzo (percorso ad anello).

- Durata: 8 h (soste comprese)
- Dislivello: 1275 m
- Difficoltà: EE



Questo percorso richiede lunga esperienza, allenamento e forza fisica da parte di chi li percorre. È necessario sapersi muovere con perizia anche nei terreni resi pericolosi dalla presenza di zolle erbose, ghiaioni, ripidi pendii e tratti scoscesi. **La difficoltà del terreno richiede una totale autonomia, allenamento, energia e forte motivazione.**