

Domenica 21 Luglio

Il lago della Duchessa e il Murolungo



Dal pittoresco borgo di Cartore (944m), risalendo per i boschi del ripido vallone della Fua e poi per i pascoli di alta quota, raggiungeremo il pianoro che ospita il bellissimo lago della Duchessa (1788m), prima tappa della escursione. Da qui, per chi vorrà proseguire, risaliremo la valle Fredda e poi la cresta fino a raggiungere la vetta del Murolungo (2184m) una delle cime piu' alte nella zona del Velino, dove il panorama ripagherà ampiamente la salita.

Difficoltà EE, lunghezza fino al lago 12 km, fino alla vetta 16 km. Dislivello 850 m fino al lago, 1250 fino alla vetta, durata: 7 ore

Cosa portare: giacca a vento, abbigliamento a strati, scarpe da trekking alte alla caviglia, bastoncini, berretto e guanti, cappello per il sole e crema solare, pranzo al sacco, acqua abbondante (almeno 1,5 litri).

Appuntamento ore 7:30 stazione Rebibbia Metro B.

Per informazioni e prenotazioni chiamare:

AEV Giovanni Moriondo – 349 7587944

AEV Daniela Pavel – 333 678 3146

Per partecipare è necessario essere tesserati FEDERTREK. E' possibile tesserarsi il giorno dell'escursione; se si ha già la tessera, il numero va comunicato al momento dell'iscrizione. Si ricorda che gli autisti delle auto messa a disposizione non contribuiscono alle spese di carburante e autostrada.

Le escursioni possono subire variazioni per motivi di sicurezza/organizzativi a completa discrezione degli accompagnatori.