



## Club Alpino Italiano – Sezione di Rieti

Fondata 1933

Gruppo Territoriale CAI Rascino



**ANELLO RASCINO – CORNINO - TORRECANE**

**1576 m s.l.m**

**Monti del Cicolano**

**DOMENICA 19 MARZO**

**Categoria**

**E**

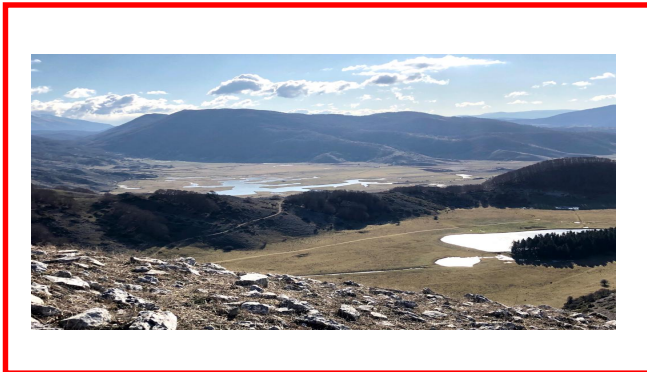
**Mezzo di trasporto**

**Proprio**

**Difficoltà**

**Media-**

**Disl. Totale 730 m Km 15.5 ca**



### DESCRIZIONE

L'itinerario parte dal U'SCERTU, (1137 m s.l.m.) superato l'Altopiano si prosegue per il sentiero 489 che porta al Castello di Rascino (epoca 1234) e successivamente al bivio del monte Vignole (1459 m s.l.m.). A poca distanza si scende sul lago di Cornino (1265 m s.l.m.). Breve sosta e si prosegue in salita sul M. Torrecane. (1576 m s.l.m.). Si prende il sentiero 488 che porta in cresta alla fonte dello Spino ( sorgente acquifera dallo scioglimento della neve del Nuria e Nurietta). Il ritorno si effettuerà ad anello percorrendo la faggeta secolare che circonda l'Altopiano di Cornino in direzione lago di Rascino.

**Ore 8.00:** Piazzale di Santa Lucia di Fiamignano

**Ore 9.00:** Partenza località U' Scerto ( Lago di Cornino )

**Termine escursione** Tardo Pomeriggio

**Come arrivare:** Per chi proviene da Rieti e Roma, prendere la superstrada Rieti/Torano e uscire a Gagnana

**N.B.** La partecipazione implica l'accettazione incondizionata e il rispetto del **REGOLAMENTO ESCURSIONI CAI** da parte di ciascuno, indistintamente.

**Equipaggiamento obbligatorio:** Scarponi a caviglia alta, bastoncini telescopici, giacca a vento, occhiali da sole, crema solare, acqua (almeno 1,5 litri), pranzo al sacco, ricambio completo.

**Prenotazione per l'escursione entro le ore 20 di Venerdì 17**

**NOTE:** I Direttori di escursione si riservano di variare l'attività in relazione alle condizioni meteo, nonché di valutare la preparazione e l'attrezzatura dei partecipanti. Vi preghiamo di informarvi previo contatto telefonico esclusivamente con loro. Gli accompagnatori si riservano di escludere escursionisti non adeguatamente preparati ed attrezzati e non prenotati. L'escursione è aperta ai soli soci in regola con il tesseramento.

**RICORDATI di inviare o portare con te il modulo di autocertificazione Emergenza Covid 19.** Se in possesso, munirsi dell'eventuale **referto NEGATIVO** da presentare alle forze dell'ordine in caso di posto di blocco.

E'altresì **OBBLIGATORIO portare mascherina e gel disinfettante.** Se hai sintomi simili all'influenza resta a casa. Mantieni nei contatti sociali una distanza di almeno un metro, durante la marcia mantieni la distanza di 2 metri. Starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie. Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, scambi di attrezzature, oggetti, cibi e bevande.

**Direzione:** Ranieri B. 3382623107 – Fornara G. 3281692102

**ran\_bruno@libero.it**