



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI VITERBO

Sottosezione Bassano Romano – Oriolo Romano – Vejano
Sorgenti del Mignone



15 giugno 2025 – Monte Cava

Provincia: L'Aquila

Gruppo montuoso: Velino-Sirente

Campo Felice



Categoria: ESCURSIONISMO

Difficoltà: E

Escursione di andata e ritorno - Sviluppo planare: 20 km ca

Dislivello in salita: 800 m ca - Dislivello in discesa: 800 m ca

Tempo di percorrenza: 6.30 h ca (senza soste)

Auto: Proprie

Attrezzatura obbligatoria: scarponi da trekking alti alla caviglia, vestiario da escursione in ambiente con variazioni climatiche.

Attrezzatura consigliata: bastoncini da trekking, acqua, pranzo al sacco, cappello, crema solare.

Dal Valico della Chiesola (m. 1660 ca) si scende ai piani di Cerasolo (m. 1520) con un comodo sentiero che attraversa un bellissimo bosco di faggi. Con un percorso in salita si raggiunge il crinale di Monte San Rocco.

Si sale verso la vetta (m. 1888) dove si apre una magnifica veduta sui sottostanti prati di Cerasolo e sui monti circostanti (Monte Orsello, Punta dell'Uccettù, Monte Puzillo).

Proseguendo lungo la cresta si guadagna la cima panoramica del Monte Cava (m. 2000) dove lo sguardo può spaziare dai monti del Gran Sasso, alla Laga, ai Sibillini.

NOTA: la lunghezza e le caratteristiche del percorso richiedono un buon livello di allenamento fisico.



Regole di condotta in escursione:

- evitare di parlare ad alta voce o addirittura urlare
- la raccolta di funghi, asparagi, ecc. è regolamentata e, in alcuni casi, vietata
- non raccogliamo piante o parte di esse
- i rifiuti, di qualsiasi genere, compresi quelli alimentari (bucce di frutta, croste di formaggio, pane, ecc.) non devono in alcun caso essere lasciati in natura
- è vietata la partecipazione di cani o altri animali domestici alle gite sociali

Accompagnatori:

ASE Roberta Grazini 347 7458597 solo whatsapp

DdiE Angelo Camilletti

Appuntamento: ore 7.00 parcheggio Superconti Vitorchiano - ore 9.00 Valico della Chiesola (parcheggio su sterrato)
Il Valico della Chiesola è facilmente raggiungibile con la strada che dall'uscita Tornimparte dell'A24 porta a Campo Felice.
Ulteriori indicazioni saranno fornite sul gruppo whatsapp dei partecipanti.