



**CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI CASTROVILLARI**

**Domenica 4 agosto 2024
CamminiAMOMormanno
Pantano (m840) . Rifugio Biagio Longo (m1028)
in collaborazione con il Comune di Mormanno**

Luogo e Partenza	Lago Pantano, Rotondella (lato casette) ore 8,30 Uscita autostrada Campotenese SA/RC per chi viene da fuori Mormanno.
Trasporto	Raggiungeremo la località di partenza con macchine proprie dove parcheggeremo.
Gruppo montuoso	Piano di Campolongo
Territori comunali attraversati	Comune di Mormanno
Inizio percorso	Punto di partenza Lago Pantano m. 804
Fine percorso	Rifugio Biagio Longo m.1028
Difficoltà	TE - la progressione dell'escursione è facile e la pendenza non è molto impegnativa.
Lunghezza percorso	Km 6 circa
Tempi di percorrenza	Il sentiero previsto è di 3 ore circa di solo andata, più le pause.
Dislivello	In salita 250 m. circa
Pranzo	All'aperto, degustazione di prodotti tipici offerti dalle aziende e associazioni del territorio di "Campolongo" e d'intorni. Ass. Campolongo, Radici e Futuro" e altre Aziende Locali.
Rifornimento d'acqua	Borraccia d'acqua da riempire a casa, in quanto non sono presenti sorgenti.
Abbigliamento	Vestirsi in modo idoneo all'escursione e alla stagione.
Equipaggiamento	OBBLIGATORIO scarponi per escursionismo, bastoncini telescopici e pantaloni lunghi.
Regole fondamentali	Basta un po' di ATTENZIONE E PRUDENZA
Portare nello zaino	Sistemare le cose più pesanti in alto e quelle più leggere in basso per favorire un maggiore equilibrio. Farmaci personali, kit di igiene e di primo soccorso, abbigliamento supplementare da indossare in caso di freddo o eccessiva sudorazione, giacca impermeabile, cappellino, telo termico, guanti, fischietto, coltellino multi uso, bicchiere, lampada frontale, adeguata scorta d'acqua.
Iscrizione	L'escursione è APERTA a tutti.
Rientro	Si rientra con servizio navetta al punto di partenza. Il trasporto è offerto dall'azienda "VIAGGI E TURISMO 3 EMME"
Natura del percorso	La camminata è su un sentiero nuovo, si parte allo scoperto per poche centinaia di metri, poi si intraprende il sentiero con la presenza di pungitopi, agrifogli rovi, cespugli e qualche albero. Proseguiamo, infine, attraversando un bosco misto di faggi e pini.
Accompagnatori organizzativi	Gaetano Cersosimo 3292972341 Luigi Perrone 3474416619 Ottavio Perrone 330876949

