



Domenica 26 Febbraio 2023
Rifugio la Casermetta
Foresta Regionale di Fossa
Cupa
Montagnaterapia

Direttori d'escursione: **Angela Cocuzzo** (tel. 349 3612933) – **Giusi Dolce** (tel. 3479911674) **Coordinatrice AIPD Potenza:** **Roberta Maulà**

Iscrizione

I responsabili saranno in sede dalle **ore 16.30 alle ore 18.00 di giovedì 23 febbraio 2023** per fornire ogni ulteriore chiarimento e prendere le adesioni. **I non soci all'atto dell'iscrizione, che potrà avvenire esclusivamente in sede, dovranno compilare e consegnare agli accompagnatori il Modulo di Consenso al trattamento dei propri dati ai sensi dell'art. 23 del Dlgs 196/2003; Il modulo e la relativa informativa sono scaricabili dal sito della Sezione al link: <http://www.cai.it/sezione/potenza>**

Quota di partecipazione

Soci CAI: **€ 3,00**

La località di partenza sarà raggiunta con auto proprie e le spese di viaggio saranno divise tra i passeggeri delle singole autovetture.

Appuntamento e partenza

Appuntamento ore 8,45 nel parcheggio antistante la Stazione ferroviaria FAL Potenza Inferiore (tra il passaggio a livello e il ponte Musmeci). Partenza ore 9.00.

Come raggiungere la località di partenza dell'escursione.

Dal luogo dell'incontro dirigersi verso il lago Pantano, proseguire per Sciffra e, superata l'imbocco della strada per la pista dei kart, prendere la seconda strada sulla destra destra che dopo quasi 2 km porta alla sbarra che delimita l'accesso alla FORESTA REGIONALE DI FOSSA CUPA.

Caratteristiche tecniche dell'escursione

Lunghezza	ca.	4.2 km
Dislivello in salita	ca.	90 m
Dislivello in discesa	ca.	90 m
Tempo percorrenza	ca.	4.00 h (escluse le soste)
Difficoltà		T

Coordinate UTM WSG84

Partenza	33T 561604E 4489081N
Rifugio	33T 561155E 4487911N
Casone	33T 561040E 4488973N

Descrizione del percorso

Nel cuore dell'Appennino Lucano c'è una stradina dispersa fra le montagne. Cammineremo su una comoda strada sterrata all'interno di un fitto e rigoglioso bosco misto di querce e faggi, un vero e proprio tunnel fra le fronde, che ogni tanto si dirada lasciando spazio ad ampie aree aperte. Ad un certo punto, di colpo, si esce dal bosco dove troveremo un ampio spazio e la CASERMETTA, dove consumeremo il leggero pranzo a sacco.

Alla partenza e prima di giungere in paese **non sono presenti** fontane e sorgenti.

Equipaggiamento necessario (integrare secondo necessità)

COME CI VESTIAMO

1. SCARPE ALTE DA TREKKING.
2. PANTALONE LUNGO
3. PILE
4. GIACCA A VENTO ANTIPIOGGIA
5. CAPPELLO PER IL VENTO
6. PIUMINO
7. GUANTI

COSA PORTIAMO

6. ZAINO
7. UNA BORRACCIA DI ACQUA
8. PRANZO A SACCO LEGGERO
9. IL TELEFONINO

SI CONSIGLIA DI PORTARE UN CAMBIO COMPLETO DI ABBIGLIAMENTO DA LASCIARE IN AUTO

I RESPONSABILI DELL'ESCURSIONE POSSONO DECIDERE DI NON FAR PARTECIPARE CHI NON HA L'ABBIGLIAMENTO ADATTO.

I DIRETTORI D'ESCURSIONE POSSONO CAMBIARE IL PERCORSO ANCHE DURANTE L'ESCURSIONE.

IN CASO DI TEMPO NON FAVOREVOLE I DIRETTORI D'ESCURSIONE POSSONO CAMBIARE LUOGO O RINVIARE L'ESCURSIONE

Note

Per tutto quanto non specificamente indicato nel presente programma si fa riferimento al Regolamento delle Escursioni della Sezione CAI di Potenza che i partecipanti, iscrivendosi all'attività, confermano di conoscere e di accettare



Rispetta la bellezza della natura



Segui il sentiero



Non abbandonare rifiuti



