



STAGIONE
2014

TRE RE KING

il
DOLCE
CRAL
MINAR

- 13 APRILE - Trunca - Santa Venere ●
- 11 MAGGIO - Armo - Monte San Demetrio ●
- 20-21-22 GIUGNO - Stromboli ●
- 13 LUGLIO - Cascata T. Salino ●
- 24 AGOSTO - Cascate Linnha ●
- 12-13-14 SETTEMBRE - Pollino ●
- 19 OTTOBRE - Montalto - Polsi ●
- 9 NOVEMBRE - Monte Mutolo e Monte Iunio ●
- 29-30 NOVEMBRE - Nebrodi ●

in collaborazione con



PER INFORMAZIONI CRAL@UNIRC.IT

Trunca - Santa Venere – 13 aprile 2014

Il percorso ad anello partirà da località Canale (592 mt. slm) di Trunca. Seguiremo per un po' il Torrente Tana, su uno sperone roccioso alla nostra destra, noteremo dei vecchi ruderi chiamati "i 'ntichi". Proseguendo la nostra salita tra sentieri e piste ecco il vecchio abitato di Santa Venere e dopo un po' il nuovo abitato (960 mt.). Il ritorno sarà tutto in discesa passando dalle vecchie case di S. Agostino.

Difficoltà: E

Durata: 4,30 ore circa

Dislivello 350 mt. circa

Armo - Monte San Demetrio – 11 maggio 2014

Dalla vallata di Sifurio di Armo (353 mt.) dove si trova la grotta, di Sant'Arzenio, un anfratto dove si narra andasse a pregare il santo vissuto da queste parti attorno alla fine IX sec., e attraverso panorami mozzafiato raggiungeremo Monte San Demetrio (969 mt.).

Difficoltà: E

Durata: 6 ore circa

Dislivello: 600 mt. circa

Stromboli - 20/21/22 giugno 2014

Stromboli, la più giovane delle sette sorelle dell'arcipelago Eoliano, emerge dal mare come un perfetto cono vulcanico. L'ascesa verso la sommità del "gigante nero" avrà inizio nel tardo pomeriggio accompagnati (obbligatoriamente) da una guida vulcanologia/guida alpina, per assistere al tramonto alle suggestive esplosioni stromboliane, dalla cima di Pizzo sopra la fossa circa 900 mt. Il ritorno si effettuerà in notturna, su sentiero disagiata e in discesa, diverso da quello della salita.

Difficoltà: E

Durata: 6 ore circa

Dislivello: 900 mt. Circa

Cascata T. Salino – 13 luglio 2014

Il torrente "Salino", affluente del fiume Torbido, nasce dal monte Limina nel Parco Nazionale dell'Aspromonte. Il luogo è veramente incantevole con una rigogliosa vegetazione ricca di lecci, ornielli ed erica. Lungo il torrente che ha formato cascatelle, pozze e piccole anse, caratterizzato dalla presenza di grandi massi granitici, crescono ontani maestosi che ombreggiano le limpide acque. Dopo l'ultima ansa del torrente appare la splendida cascata detta "Schioppo di Salino" che, scorrendo tra gole di roccia precipita in un piccolo laghetto.

Difficoltà: T/E

Durata: 3 ore circa

Dislivello: 150 mt. circa

Cascate Linnha – 24 agosto 2014

L'escursione in linea ci porterà nel cuore del Parco Nazionale dell'Aspromonte in una delle zone più interne e affascinanti del vasto territorio del Comune di Roccaforte del Greco. Raggiungeremo una delle Fiumare più interessanti dell'intero Aspromonte: l'Amendolea che oltre a originare le famose cascate Maesano forma anche le cascate Linnha con il bellissimo laghetto meta ultima della nostra escursione.

Difficoltà: E
Durata: 4 ore
Dislivello: /

Pollino – 12/13/14 settembre 2014

Colle dell'Impiso (mt.1573) - Monte Pollino (mt.2248 m)

Questo itinerario, all'interno del P.N. del Pollino a cavallo tra Basilicata e Calabria, è considerato da tutti gli escursionisti la "normale" al Monte Pollino, per la via più bella e spettacolare: grandi paesaggi, notevoli rarità naturalistiche (una per tutte il Patriarca, il pino loricato di 983 anni); praterie d'alta quota che testimoniano ambienti ricchi di specie molto importanti per la biodiversità.

E ancora: testimonianze di glaciazioni sugli Appennini, inghiottitoi, spettacolari pareti rocciose incorniciate da silenziosi e maestosi alberi, unici nel loro genere in Italia....

Difficoltà: EE
Durata: 8 ore circa
Dislivello: 700 mt. circa

Montalto - Polsi - 19 ottobre 2014

Escursione altamente remunerativa per i panorami che offre. L'ascesa di circa 20 minuti ci darà modo di raggiungere i 1956 di Montalto, cima più alta e centro ideale dell'intero Aspromonte. Da qui, dopo esserci portati, sul lato nord del crinale scenderemo passando per i piani dei "riggitani" e sempre in discesa e costeggiando la frana San Fransesco raggiungeremo il Santuario di Polsi dedicata all'omonima Madonna o della Montagna.

Difficoltà: E
Durata: 4,00 ore
Dislivello: /

Monte Mutolo e Monte Iunio – 9 novembre 2014

Escursione dalla forte valenza geologica e paesaggistica che ci permetterà di avere uno sguardo a 360° da Montalto a Capo Bruzzano e dalla Diga sul Lordo fino a Punta Stilo. Il percorso ad anello su **Monte Mutolo (743 mt.)** si svolgerà per l'andata su roccia calcarea. Il percorso per **Monte Iunio (578 mt.)** sarà in linea su comoda pista e ci permetterà di vedere il percorso effettuato su Monte Mutolo.

Difficoltà: E
Durata: complessivamente 6 ore circa
Dislivello: complessivi 400 mt. circa

Nebrodi - 29/30 novembre 2014

La prima escursione ci porterà tra i Peloritani e i Nebrodi. Non molto lontano da Montalbano Elicona, uno dei borghi medievali più belli d'Italia emergono le Rocche dell'Argimusco. Giganteschi megaliti modellati, in forme bizzarre, dagli agenti atmosferici. La seconda escursione ci porterà sulla dorsale dei Nebrodi alla scoperta del lago Trearie, un grande specchio d'acqua, divenuto riserva naturale integrale. Posto a circa 1.450 m. slm è il lago più alto della Sicilia.

Difficoltà: E

Durata: complessivamente 7 ore

Dislivello: complessivi 600 mt.circa

LIVELLO di DIFFICOLTA'

T TURISTICO

Itinerari su stradine, mulattiere o larghi sentieri, con percorsi non lunghi, ben evidenti che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Si svolgono di solito sotto i 2000 metri. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.

E ESCURSIONISTICO

Itinerari che si svolgono su terreni di ogni genere, oppure su evidenti tracce su terreno vario (pascoli, pietraie, detriti), di solito con segnalazioni. Possono esservi brevi tratti pianeggianti o lievemente inclinati di neve residua. Si sviluppano a volte su terreni aperti, senza sentieri ma non problematici, sempre con segnalazioni adeguate. Possono svolgersi su pendii ripidi. Possono avere singoli passaggi, o tratti brevi su roccia, non esposti, non faticosi né impegnativi. Richiedono un certo senso d'orientamento, una certa conoscenza ed esperienza, allenamento alla camminata, calzature ed equipaggiamento adeguati.

EE ESCURSIONISTICI ESPERTI

Itinerari generalmente segnalati ma che richiedono capacità di muoversi su terreni particolari. Sentieri o tracce su terreno impervio e infido (pendii ripidi, scivolosi di erba, misti di rocce ed erba, roccia, detriti). Terreno vario, a quote relativamente elevate (pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento, ecc). Tratti rocciosi, con lievi difficoltà tecniche. Necessitano di esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguati.

COSA PORTARE:

- Idoneo abbigliamento da montagna, vestendosi a strati;
- Scarponcini alti da trekking;
- Zaino per le escursioni;
- Borraccia o contenitore per l'acqua;
- Varie per uso personale;
- Ricambio completo da tenere in auto;

REGOLAMENTO ESCURSIONI DI TREKKING – ANNO 2014

Per partecipare all'escursioni è previsto:

Soci ordinari e aggregati iscrizione annuale di € 25,00, comprensiva di copertura assicurativa per tutte le attività del Cral e € 5,00 per ciascuna uscita trekking.

Studenti iscrizione annuale di € 8,00, comprensiva di copertura assicurativa per tutte le attività del Cral e € 2,00 per ciascuna uscita trekking.

Sono:

soci ordinari tutto il personale docente, ricercatori e personale tecnico amministrativo a tempo indeterminato e determinato in servizio ed in quiescenza e i loro familiari.

soci aggregati tutte le persone fisiche che condividono le finalità della associazione iscrivendosi alla stessa, assegnisti di ricerca, dottorandi, collaboratori, studenti e i loro familiari e le persone fisiche esterne.

Per i primi 5 studenti che si iscriveranno alle escursioni trekking l'iscrizione al Cral è gratuita.

CONCORSO FOTOGRAFICO "TREKKING 2014"

REGOLAMENTO

La partecipazione al Concorso è gratuita.

I partecipanti devono aver partecipato almeno a tre escursioni trekking della stagione 2014.

Ciascun partecipante può concorrere con un massimo di tre immagini.

Le fotografie dovranno pervenire entro le ore 12,00 del 10 dicembre 2014 al CRAL Mediterranea.

Le fotografie, alle quali va obbligatoriamente dato un titolo, dovranno essere consegnate stampate in formato cm 20x30. Copia delle foto dovrà essere consegnata in formato elettronico ".jpg" su un CD allegato alle stampe, unitamente a un file word che riporti: nome, cognome, data di nascita, numero di telefono e indirizzo mail del partecipante.

Consegnando le immagini, il partecipante dichiara implicitamente di esserne autore e di detenerne tutti i diritti.

Il partecipante solleva inoltre gli organizzatori da qualsiasi richiesta avanzata da terzi in relazione alla titolarità dei diritti d'autore delle fotografie e alla violazione dei diritti delle persone rappresentate e di ogni altro diritto connesso alle fotografie inviate.

Le fotografie verranno valutate da una Giuria composta da esperti.

La giuria assegnerà 3 premi ai primi tre classificati.

Inviando le fotografie il partecipante accetta il presente Regolamento e concede al CRAL Mediterranea i diritti di pubblicazione delle stesse nell'ambito di ogni utilizzazione non commerciale connessa all'iniziativa.

Gli autori avranno diritto alla citazione del proprio nome quali autori dell'immagine in occasione di tutte le forme di utilizzo.

Il materiale inviato non è soggetto a restituzione.