



## SEZIONE DI CEFALU'

# Sulle montagne di Cefalu'

**Domenica 17 Gennaio 2021**

**Ore 8:55** Riunione dei partecipanti presso parcheggio Ospedale Giglio Cefalu'

**Ore 9:00** circa Partenza su strada prima , sentiero e tracce di sentiero per S.Elia, Serre, Retromarina, Cicerata, Cozzo Rotondo, Grugno. Ritorno ad anello.

Colazione al sacco lungo il percorso.

Dislivello: 500 m ; Lunghezza del percorso: Km 12 ; Tempo percorrenza: 5 h e 30' circa;

Difficoltà: "E"

Responsabili escursione: Macaione Santo - Pizzillo Nicola

Adesione obbligatoria entro le ore 13:00 del 15/01/2021 presso: Gugliuzza Via A. da Messina 36 Cefalu'

### NOTE

**E' OBBLIGATORIO L'USO DEGLI SCARPONI DA TREKKING, O SCARPE CON SUOLA INCISA A CARRARMATO.**

- Portare al seguito "da casa" colazione al sacco e acqua.
- Indossare dispositivi di protezione individuali ( per fronteggiare l'emergenza Covid -19) e mantenere la distanza minima interpersonale.
- Escursione riservata ai soli soci
- Munirsi di autocertificazione sullo stato di salute reperibile sul sito del Cai all'indirizzo: <https://caicefalu.it/wp-content/uploads/2020/06/facsimile-autodichiarazione.pdf>

Si ricorda che tutte le escursioni sono riservate escursionisti aventi esperienza di montagna adeguata alle caratteristiche e alla difficoltà del percorso descritto, dotati di idoneo equipaggiamento, in buone condizioni di salute e fisiche e che si impegnano, durante l'escursione, a rispettare le norme di comportamento del **C.A.I.** Ognuno deve fare affidamento sulle proprie autonome capacità fisiche e tecniche.

