

# MountainTest 2009

## Sabato 4 Luglio

Partenza da Roma h. 06,30 (dal negozio Alta Quota) arrivo al P.le di Campo Imperatore e inizio escursioni h.9,30.

**Escursionismo facile e orienteering:** M. Brancastello m 2385 - dalla strada per il Piazzale di C.Imperatore per Vado di Corno e M. Brancastello. Disl. 600m. Diff. E ore 5.00.

**Escursionismo difficile:** P.Cefalone 2536m e P. Intermesoli 2635m - dal P.le Campo Imperatore e per il Passo della Portella 2260 e ritorno - Disl. 900m - Diff. EE+ ore 7.30.

**Escursionismo per vie ferrate:** Bivacco Bafile m 2669 - dal P.le Campo Imperatore per la Sella di M.Aquila, sassone, ferrata, la Comba, Biv. Bafile. Disl. 600m - Diff. EEA ore 6.30.

**Arrampicata sportiva:** Scoglio del M. Aquila e bouldering. Disl. 200m ore 1.00.

**Alpinismo su roccia con le Guide Alpine:** Corno Piccolo o Corno Grande (UIGAM)

Rientro a Castel del Monte previsto alle h.17,00. Sistemazione e incontri serali con filmati e presentazione dei prodotti (in particolare i GPS MyNav da parte del direttore P. Bordignon) ore 20,30 circa, cena.

## Domenica 5 Luglio

Partenza da Castel del Monte h. 8,00 per il Piazzale di Campo Imperatore.

**Escursionismo facile e orienteering:** M.Aquila 2494m - dal P.le di Campo Imperatore per il Rifugio Duca degli Abruzzi 2388m - Sella del M.Aquila e vetta - discesa al Rifugio Garibaldi 2252m (pranzetto) - Passo della Portella 2260m e P.le Campo Imperatore - Disl. 500m - Diff. E ore 5.00.

**Escursionismo difficile:** Corno Grande 2912m dal P.le di Campo Imperatore, per la cresta ovest. Disl. 900m - Diff. EEA ore 7.00

**Escursionismo per vie ferrate:** Corno Piccolo 2655m dal P.le di Campo Imperatore, per il Passo del Cannone 2720m e la ferrata Danesi. Disl. 900m - Diff. EEA ore 9.00 (partenza dall'albergo ore 06:30)

**Arrampicata sportiva:** Scoglio del M. Aquila e bouldering. Disl. 200m ore 1.00

**Alpinismo su roccia con le Guide Alpine:** Corno Piccolo o Corno Grande (UIGAM)

Rientro al Piazzale di Campo Imperatore previsto alle 16,00

Conclusione del MountainTest 2009 by AltaQuota presso i casolari dei "arrosticini" a Fonte Vetica.

Rientro a Roma previsto alle h. 20,00 / 21,00

## Trekking MountainTest

**1° gg:** Partenza h. 9.30 per il M.Cefalone 2533m dal Passo della Portella 2260m (h.3.00), - Sella del Cefalone 2320m - e sella dei Grilli 2226m - P.Intermesoli 2635m (h.2.00) - Rifugio Garibaldi 2252m (h.2.00) - Disl. 1200m - Diff. EE+ ore 7.00

**2°gg:** Partenza dal Rifugio Garibaldi h. 9.00 per il Corno Grande 2912m per la cresta ovest. Disl. 900m - Diff. EEA - ore 8.00

**P.S.** il Rifugio Garibaldi, di proprietà del CAI L'Aquila, è gestito. Si effettuerà il servizio di mezza pensione. Consigliamo un sacco lenzuolo per la notte.

**Ci vediamo in montagna...**