



Promosso da



Sezione CAI Sulmona

Una  
montagna  
di salute

09 ottobre 2022

Evento diffuso

2ª edizione



Commissione Centrale Medica del CAI in collaborazione con le Commissioni Mediche periferiche.



# Una montagna di salute

2ª edizione

La Commissione Medica dell'Abruzzo, aderendo all'iniziativa della CCM del CAI all'interno del Festival dello Sviluppo Sostenibile 2022 di ASviS, organizza un'escursione alla

## “Lama Bianca” Parco Nazionale della Maiella

con la collaborazione della Sezione CAI Sulmona

domenica 9 ottobre

La manifestazione è occasione per divulgare i principi della promozione della salute che permettono di migliorare la qualità della vita e la salute fisica e psicologica delle persone.

L'escursione si svolge in un contesto naturale, adeguato alla partecipazione delle persone con disabilità, nell'ottica di vivere l'ambiente montano come fonte di salute e di benessere sostenibili per tutti e senza lasciare indietro nessuno.

*Referente dell'attività:*

Patrizia Dragone 349 812 8756

Giovanni Tarquini 338 3657132

*Per informazioni:*

[comm.rm@caiabruzzo.it](mailto:comm.rm@caiabruzzo.it)

[www.caisulmona.it](http://www.caisulmona.it)

[sezione@caisulmona.it](mailto:sezione@caisulmona.it)

<https://it-it.facebook.com/caisulmona/>





In Montagna con il C.A.I.

CLUB ALPINO ITALIANO  
Sezione di SULMONA



[www.caisulmona.it](http://www.caisulmona.it)  
[sezione@caisulmona.it](mailto:sezione@caisulmona.it) - Tel. 347/7067869

**Domenica 9 Ottobre 2022**

**“Una Montagna di Salute”  
“Lama Bianca”  
Parco Nazionale della Maiella**

PER LE ADESIONI  
SI PREGA DI COMUNICARE LA PROPRIA  
PARTECIPAZIONE  
ENTRO SABATO 8 Ottobre 2022



<b>Appuntamento/Ritrovo:</b> ore 08,00 Piazza Capograssi (Tribunale)		<b>Partenza:</b> ore 8,30 <b>Località:</b> Lama Bianca (Str. Pacentro-Caramanico)		<b>Pranzo:</b> Al sacco <b>Mezzo di trasporto:</b> Mezzi propri <b>Orario di rientro previsto:</b> Pomeriggio	
<b>Difficoltà:</b> E	<b>Dislivello:</b> 200 mt. +-	<b>Tempo di percorrenza:</b> Anello 4 ore +- (comprese le soste)		<b>Lunghezza:</b> 6 Km Totali +-	<b>Sentieri:</b> B4
<b>Cartografia:</b> Carta 1: 25000 Parco Nazionale della Maiella					
Gli Accompagnatori CAI, si riservano la facoltà insindacabile di escludere le persone non ritenute adeguatamente allenate e/o insufficientemente equipaggiate e di apportare variazioni al percorso in funzione delle condizioni metereologiche e ambientali..					
I SOCI POSSONO PARTECIPARE SOLO SE IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO, INOLTRE POSSONO PARTECIPARE ANCHE I NON SOCI PREVIO VERSAMENTO IN SEZIONE DELLA QUOTA ASSICURATIVA DI EURO 10,00 ENTRO LE ORE 18,00 DI SABATO 8 Ottobre 2022.					
<b>A cura di :</b> TARQUINI GIOVANNI		<b>Telefono:</b> 338 3657132		<b>E-mail:</b> giovanni.tarquini@tin.it	