



PROGRAMMA 2010



NADHIR – Gruppo escursionistico “Franco Ventura”
Università “La Sapienza” - Roma
Affiliato alla UISP - Unione Italiana Sport per Tutti – Lega Montagna

domenica 28 marzo
Monte Torrecane (1576 m)

Monti del Cicolano

*Dal lago di Rascino per il lago di Cornino versante sud/est.
Dislivello: 550 m - Tempo di percorrenza: 3,30 ore - In auto private*

difficoltà: E

da venerdì 29 maggio a sabato 5 giugno
Sardegna

Escursioni all'interno e lungo la costa

difficoltà: T/ E

da sabato 18 a domenica 19 settembre
Weekend all'Isola del Giglio

difficoltà: T/E

domenica 18 aprile
Villa Adriana con visita guidata

Villa Adriana è la residenza imperiale fatta costruire dall'imperatore Adriano tra il 118 e il 138 d.c. in auto private

difficoltà: T

domenica 20 giugno
Parco Nazionale d'Abruzzo

Traversata da Civitella Alfedena alla Val Fondillo

Dislivello: 700 m - Tempo di percorrenza: 6 ore - In pullman
difficoltà: E

domenica 24 ottobre

Monti Carsolani

Monte Cesalarga (1538 m)

*Da Tagliacozzo a Verrecchie
Dislivello 600 m - Tempo di percorrenza 4,00 ore*

difficoltà: E

domenica 25 aprile
Monti del Cicolano
Monte Navegna (1508 m)

*Da Marcellini per la Cimata e dal Passo Le Forche
dislivello 500 m - Tempo di percorrenza: 3,30 ore - In auto private*

difficoltà: E

da sabato 3 a lunedì 12 luglio
In bici nelle Repubbliche Baltiche
(Estonia - Lettonia - Lituania)

oppure, in alternativa:

Da Berlino a Rostock in bicicletta

difficoltà: MEDIA

domenica 14 novembre

Monti Lepini

Monte Semprevisa (1536 m)

Dislivello: 700 m - Tempo di percorrenza: 4,30 ore

Difficoltà: E

sabato 15 e domenica 16 maggio
Weekend a Rocca Calascio

Escursioni ai piedi del Gran Sasso

difficoltà: T/E

da sabato 24 a sabato 31 luglio
Escursioni sulle Alpi Cozie

(Val Susa – Bardonecchia)

Programma da definire

difficoltà: E

domenica 5 dicembre

Lago di Vico e pranzo sociale

Monte Venere 838 m. Dal Fontanile di canale e il pozzo del Diavolo. Dislivello: 260 m - Tempo di percorrenza: 2 ore

Difficoltà: T/E