



GOLA DEL FIASTRONE



Escursione del 11 settembre 2011	
<i>Dislivello</i> mt.	500 circa (salita)
<i>Durata escursione</i>	5,30 ore più le soste
<i>Altri dettagli</i>	Pranzo al Sacco, scorta di acqua Si raccomanda abbigliamento adeguato alla montagna : Scarpe da trekking, mantella,/K-way, pile, giacca a vento, e ricambi. Considerando che si guarda più volte il fiume, portarsi un paio di scarpe da poter bagnare o stivali , pantaloncini corti o costume .
<i>Ritrovo</i>	Partenza da Porta Valle - ore 07.30 Ritrovo al Bar "la Pinta" ore 8.00
<i>Mezzo di trasporto</i>	Auto proprie
<i>Difficoltà</i>	E/EE
<i>Accompagnatori</i>	Massimo Fabbracci Marcello Romiti
<i>Svolgimento gita</i>	Si inizia dalla diga, che oltrepassata, seguendo le segnalazioni, si arriva alla deviazione per le Lame Rosse(circa 45 min.). Rientrati sul sentiero, si prosegue verso la sommità per poi scendere verso la grotta dei frati. Si ritorna sul sentiero per scendere al fiume. Una volta giunti al torrente , si risale lo stesso attraversandolo più volte, fino a giungere alla indicazione Del sentiero per la diga, che ci riporta al punto di partenza.