



GR ABRUZZO



Sezione di Sulmona



Una montagna di salute

5ª edizione

La Commissione Medica dell'Abruzzo, aderendo all'iniziativa della CCM del CAI all'interno del Festival dello Sviluppo Sostenibile 2025 promosso da ASVIS, organizza un'escursione al

Rifugio Macchia Spinosa

San Benedetto in Perillis

con la partecipazione delle Sezioni CAI di Sulmona e di Ortona

Domenica 11 maggio

Programma:

Da San Benedetto in Perillis (m 878), piccolo paese nel cuore dell'Abruzzo caratterizzato dalle grotte ipogee e dalla presenza di una delle chiese più antiche d'Abruzzo, si percorre la Valle Spinosa su comoda carrareccia fino al rifugio. Passeggiando lungo le vie del borgo è possibile vedere la tipica serratura di origine egiziana importata dai monaci benedettini.

Lungo il percorso il dott Ludovico Iannozzi (presidente commissione medica GR Abruzzo) parlerà de «Gli alimenti ultraprocesati», interessante argomento per le correlazioni con la salute, gli stili di vita e le abitudini di chi frequenta la montagna.

Referenti

Ludovico Iannozzi - 349 8120453

Patrizia Dragone - 349 8128756

Giovanni Tarquini - 338 3657132

Angelo Radoccia - 327 332 7607



Informazioni:

www.caisulmona.it;

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

<https://www.facebook.com/people/Club-Alpino-Italiano-Sezione-di-Ortona/100049203576923/>