



Unione Circoli  
Cooperativi  
Albate (Como)



Associazione  
Nazionale  
Seniores Enel  
Nucleo di Como



CAI CAPIAGO

## ESCURSIONE al

# MONASTERO DI SAN BENEDETTO Rif. BOFFALORA

**Mercoledì 3 novembre 2010**

### *Programma escursionistico*

- Ore 8.00 Ritrovo ad Albate presso Cascina Masè ad Albate
- Ore 8.10 Partenza da Albate con mezzi propri per Lenno
- Ore 9.30 arrivo a Lenno sul piazzale antistante l'abbazia dell'Acquafredda (329 m)
- Ore 9.40 inizio dell'escursione, il sentiero sale a sinistra tra prati e ulivi fino ad entrare nel solco della Val Perlana, quindi lasciata a destra una traccia si scende e si attraversa il torrente Perlana. Sull'altra riva tra radi abeti e larici si sbucca dopo 1.30 ore alla basilica di San Benedetto (815 m)
- Ore 12.00 colazione al sacco
- Ore 13.30 partenza per il Santuario della Beata Vergine del Soccorso
- Ore 16.00 arrivo all'Abbazia dell'Acquafredda e rientro verso casa

*Per forti camminatori è possibile arrivare, dal monastero, il rif. Boffalora (1252 m) per poi raggiungere il resto del gruppo al Santuario del Soccorso*

### **Le iscrizioni dovranno pervenire entro il 2 novembre presso:**

- **ufficio UCC** (tel. 031523705 Serena; e-mail [sede@ucc.it](mailto:sede@ucc.it)) nei giorni dal lunedì al venerdì mattina
- **ufficio ANSE** (tel.0312042250; e-mail [anse.como@tiscali.it](mailto:anse.como@tiscali.it)) nei giorni di apertura (o segreteria telefonica);
- **sede CAI Capiago** (tel./fax 031462222; e-mail [info@caicapiago.it](mailto:info@caicapiago.it)) nei gg. martedì-venerdì dalle 21.00 alle 23.00;