

Data Escursione: dal **08-02-2020** al **08-02-2020**

Tabella Tecnica

Proposta da :	Pontieri del Dialogo
Tipologia :	
Dislivello :	200 m
Ore :	8 ore
Difficoltà :	T/E
Lunghezza :	13 km

Descrizione Una Facile tappa del Cammino di San Benedetto con mezzi pubblici (COTRAL) Progetto #PontidiVista: uno sguardo sensoriale sui Cammini d'Italia Prima di iniziare l'escursione, faremo una visita all'Abbazia di Casamari sec. XI XII cistercense (citata da Dante nel Paradiso XXII)-Il ns percorso sarà pianeggiante, si snoderà tra vicoli e stradine sterrate fino ad arrivare ad Isola del Liri; dove potremo ammirare in centro città, le monumentali Cascade:» Maggiore» e del« Valcatoio» . Dopo pranzo raggiungeremo a piedi l'Abbazia di San Domenico attraverso un sentiero immerso nella vegetazione, anch'essa Cistercense del sec. X, fondata dal Santo di Sora, sulle rovine della Villa di Cicerone. #appuntamento: h 7:45 Anagnina (METRO A) – banchina/Stallo del COTRAL (partenza Pulman h 8:00) #appuntamento: h 9:30 Parcheggio Abbazia di Casamari Costi Quota gita : € 10 #Costi biglietti COTRAL: Andata: € 5 (tratta 9) + Ritorno: € 6,10 (tratta 11) in rivendita alla Stazione di Anagnina, munirsi di biglietti prima della partenza Rientro San Domenico-> Anagnina h 16:27 ogni h, ultima corsa h 19:27 Stessi orari x il recupero auto a Casamari, munirsi di ticket € 1,30 (tratta 2) Iscrizioni on line http://www.pontieridialogo.org/?page_id=2866, via mail info@pontieridialogo.org Caratteristiche tecniche: Dislivello: 200 mt - km 13 - Difficoltà: T/E è possibile accorciare di 3 km, si riprende il cotral da Isola Liri La gita sociale è riservata ai soli soci in regola con la tessera FederTrek, 15 euro, comprensiva di assicurazione e valida per 365 giorni da giorno di emissione. E' possibile iscriversi il giorno stesso dell'escursione Cosa devo portare : la voglia di stare insieme e... scarpe da trekking obbligatorie, bastoncini, pranzo al sacco (a carico del partecipante), 1 l d'acqua, mantellina per la pioggia, cappello, protezione solare ed antinsetto! Per Informazioni :- LUISA MOSTILE 339 3730298 - MASSIMO MONDELLO Tutte le attività potranno essere annullate/variate a insindacabile giudizio degli accompagnatori senza penalità alcuna. Gli accompagnatori sono volontari e non percepiscono compensi; agli stessi sono riconosciute le spese vive dell'escursione

Accompagnatore1: AV Mondello Massimo
Cell: 3383806802

Accompagnatore2: AEV Mostile Luisa
Cell: 3393730298

Informazioni:

Nota: Si ricorda ai partecipanti che è obbligatoria l'esibizione della tessera FederTrek e la trascrizione del numero da parte degli accompagnatori. L'attività proposta può subire cambiamenti a discrezione degli accompagnatori per ragioni sicurezza e di opportunità per il gruppo, pertanto ogni tesserato è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori, seguendo le loro indicazioni. In caso contrario, verrà meno il rapporto di affidamento e, quindi, l'eventuale responsabilità verso chi sceglie percorsi o modalità differenti da quelle indicate.