

Data Escursione: dal **01-03-2020** al **01-03-2020****Tabella Tecnica**

Proposta da :	A- TRAVERSO APS
Tipologia :	
Dislivello :	700 m
Ore :	6 ore
Difficoltà :	E/EE
Lunghezza :	12 km

Descrizione Itinerario A) Da torre Paola, ripido e panoramico fino in vetta al monte e, dalla vetta lungo il crinale fino alle porte del borgo di San Felice. Il ritorno sarà una tranquilla passeggiata lungo il fianco nord della catena (Quarto freddo) nella sughereta in costante lenta discesa fino a raggiungere di nuovo torre Paola. Dodici interessantissimi chilometri dedicati a una straordinaria montagna affacciata sul mar Tirreno tra storia archeologia e natura all'interno del Parco Nazionale del Circeo. Itinerario B) Partenza da torre Paola in direzione di San Felice Circeo per quello che sarà l'itinerario di ritorno del gruppo che andrà in vetta, al quale ci si riunirà in paese, e insieme si percorrendo a ritroso la suggestiva sughereta dove incontreremo i ruderi di una cisterna romana.

Accompagnatore1: AEV Mameli Maria Antonietta
Cell: 3206007991

Accompagnatore2: AEV Rocchigiani Giorgio
Cell: 3343309531

Informazioni: Abbigliamento e attrezzatura adatta a trekking di montagna, GLI SCARPONI DA TREKKING SONO OBBLIGATORI. L'escursione è riservata ai tesserati FederTrek in regola con il tesseramento (tessera FederTrek obbligatoria 15€ - minori 5€ - contributo partecipazione 5€) Si ricorda che è obbligatoria l'esibizione della tessera FederTrek e la trascrizione del numero da parte degli accompagnatori Itinerario A) Difficoltà: EE (sentiero con tratti esposti, sconsigliato a chi soffre di vertigini) Salita cumulativa: circa 700 mt considerando i vari saliscendi della cresta panoramica Durata: circa 6 ore (soste escluse) Lunghezza: 12 km circa Itinerario B) Difficoltà: TE Salita cumulativa: circa 200 mt Durata: circa 6 ore (soste escluse) Lunghezza: 10 km circa Pranzo al sacco Trasporto: auto proprie NB.: la spesa complessiva di tutte le auto (carburante/autostrada/parcheggi ecc.) Va divisa, escludendo gli autisti, in modo uniforme tra i partecipanti e ripartita tra il numero delle auto e in relazione alla distanza percorsa. (il rimborso per chilometro è 0.15 €) Info & prenotazioni: A) AEV Giorgio Rocchigiani 3343309531 + AEV Alberto Del Grande 3473867286 B) AEV Nadia Cipriano 3286286488 + AEV Antonietta Mameli 3206007991 Ritrovo Aprilia (Bar Vintage) ore 7.30 Partenza ore 7.45 Appuntamento a Torre Paola (ampio parcheggio) ore 8.45 partenza escursione ore 9.00

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.