



Data Escursione: dal 13-06-2021 al 13-06-2021

Tabella Tecnica

Proposta da :	NOITREK APS Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	1450 m
Ore :	8 ore
Difficoltà :	EE
Lunghezza :	19 km

Descrizione Escursione impegnativa che ci porterà a cavalcare due famose cime dei Monti Ernici. Partendo dalla Certosa di Trisulti inizieremo l'ascesa in modo costante e mai repentino, passando attraverso boschi secolari di querce e faggi. La prima tappa sarà il Vado di Porca, affascinante affaccio da qui si può godere il panorama proprio sulla sottostante abbazia. Sempre in salita si prosegue fino a giungere alla vetta del Monte Rotonaria (mt. 1750 s.l.m.). Ancora non pienamente appagati, scaleremo nuovamente fino a giungere sul Monte La Monna (mt. 1952 s.l.m.) da cui, in base alla visibilità, osserveremo la Valle del Sacco, i Monti Lepini, ed ancora le cime più alte degli Appennini. Dopo la meritata pausa pranzo riprenderemo il nostro cammino con una lunghissima discesa che metterà alla prova le nostre articolazioni (ben 1200 metri di discesa continua). Per riconquistare la Certosa e chiudere il meraviglioso anello dovremo guardare un torrente ed ascendere per ancora 200 metri di dislivello.

CARATTERISTICHE ESCURSIONE Difficoltà: EE Dislivello: 1450 mt. circa; Lunghezza: 19 Km circa; Durata: 8 ore circa **ORA E LUOGO APPUNTAMENTO:** ore 9,00 Parcheggio Certosa di Trisulti <https://goo.gl/maps/1MGZ5cLCUaJBzMuh8> **PER PRENOTARE** via WHATSAPP indicando nome e cognome dei partecipanti, n° tessera Federtrek (si può attivare la mattina dell'escursione) al numero 3498027433 **ACCOMPAGNA:** AEV Di Marcoberardino Andrea cell. 3498027433 L'accompagnatore si riserva il diritto di annullare o modificare l'itinerario proposto a sua discrezione, per garantire la sicurezza o in base alle condizioni del meteo del sentiero e dei partecipanti. In forza delle disposizioni anti COVID-19 non ci è possibile organizzare il car pooling e assegnare i posti. Tuttavia, al momento della prenotazione puoi indicarci se hai o non hai l'auto: ti metteremo in contatto con gli altri associati che offrono o chiedono un passaggio. **COSA PORTARE e ABBIGLIAMENTO:** Obbligatorio l'utilizzo di scarpe da trekking, preferibilmente medi o alti, zaino adatto al trasporto del necessario per la giornata, abbigliamento adatto ad una escursione e alla permanenza in montagna o in natura e di tutto quanto il partecipante ritenga di aver bisogno. Necessario un capo impermeabile da indossare all'occorrenza come strato più esterno protettivo. Pranzo al sacco. Consigliati 1,5 litri d'acqua e bastoncini telescopici. Qualora gli accompagnatori giudicassero non adeguato l'equipaggiamento posseduto dall'escursionista potranno optare per non accettarne la partecipazione all'attività

QUOTE DI PARTECIPAZIONE: Contributo associativo di partecipazione all'escursione € 15,00 Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento (tessera Federtrek 15 € ove non presente, durata 365 gg dalla sottoscrizione). Per la sottoscrizione o rinnovo della tessera scarica il modulo al seguente link: https://www.noitrek.it/.../NOITREK_Modulo_iscrizione... **DISPOSIZIONI ANTI COVID-19** Per favore leggi con attenzione le raccomandazioni di FederTrek per partecipare all'escursione in tutta sicurezza:

<http://www.federtrek.org/?p=3836#3n09i7t2r5e2k> **ELENCO COMPLETO DELLE ESCURSIONI SU:** Visita il sito: www.noitrek.it
Seguici su Telegram: <https://t.me/joinchat/WNnU7RPz-Z7-5AeX> Metti "mi piace" alla nostra pagina ufficiale:
<https://www.facebook.com/Noitrek> Iscriviti al gruppo della nostra comunità:
<https://www.facebook.com/groups/467008183834051/> **CHI VUOLE RICEVERE LA NOSTRA NEWSLETTER PUÒ ISCRIVERSI:** – Alla nostra mailing list tramite questo link: <https://www.noitrek.it/newsletter/> – Al nostro canale Telegram: <https://t.me/joinchat/WNnU7RPz-Z7-5AeX>

Accompagnatore1: AEV Di Marcoberardino Andrea
Cell: 3498027433

Accompagnatore2:
Cell:

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.