

Data Escursione: dal 19-12-2021 al 19-12-2021

## Tabella Tecnica

Proposta da :	Inforidea Idee in Movimento Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	250 m
Ore :	7 ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	14 km



Descrizione

## DA NEPI ATTRAVERSO I CAVONI FINO A CASTEL D'ISCHIA E IL SANTUARIO MARIA SS RUPES

UN ITINERARIO INSOLITO E SORPRENDENTE nel borgo di Nepi.

Il centro storico conserva ancora un notevole patrimonio artistico fatto di chiese, palazzi, torri medievali e cinte murarie. Le meraviglie architettoniche di Nepi si ampliano con la diruta Rocca dei Borgia circondata da possenti mura, attraversata dall'antica via Amerina. Partiremo dal centro e attraverseremo scenari naturalistici davvero suggestivi, la cascata Cavaterra, il percorso dei cavoni, e un tratto della via Francigena fino ai piedi di Monte Ulivo, ammireremo i resti del sito medievale di Castel d'Ischia, che si trova ai margini di uno sperone tufaceo circondato da profondissime gole, e sorge sui resti di un pagus falisco, di cui si possono ancora vedere tracce.

I ruderi di questo insediamento medievale sono immersi tra rovi e vegetazione selvatica, continueremo su stradine fino ad arrivare ad ammirare Il Santuario di Santa Maria Ad Rupes situato in una grotta tufacea che domina la valle Suppentonia, a poca distanza dalla bellissima Basilica di sant'Elia. Uno spettacolo incredibile!!!!!!

La storia di questo luogo risale ai primi secoli del cristianesimo, nel VI secolo, quando nasce nella Valle il culto della Madonna, grazie agli anacoreti che furono accolti in questa zona e introdussero in Occidente l'idea della vita monastica. Nel VI secolo i Benedettini costruirono sulle rovine del tempio dedicato a Diana il Cenobio; e la Basilica di S. Elia, ma nel 1258 abbandonarono il Cenobio e la Basilica. Seguirono cinque secoli di abbandono e alla fine del 1700 iniziò per il Santuario una epoca nuova. Per facilitare l'accesso alla Grotta dei molti pellegrini, venne scavata nel tufo vivo una galleria e dopo un immane lavoro durato 14 anni, venne aperta una scala di 144 gradini. Nell'iconografia mariana, la Madonna "ad Rupes" rappresenta una rarità perché appartiene al ristretto numero delle immagini nelle quali la Madonna adora il Figlio che dorme sulle ginocchia materne.

Durante i break e le pause faremo dei momenti di yoga con Paola Alemanno, insegnante di yoga. Faremo un momento di yoga con Paola Alemanno che ci Cosa aspetti a lasciarti stupire e affascinare da questo spettacolo che ha dell'incredibile !

Al rientro faremo un aperitivo in piazza tra addobbi.

Per informazioni e prenotazione rivolgersi a  
A-ATUV Cristina Marsan  
AEV Francesco Scalamonti 348 8109712

Appuntamento

1 appuntamento a Roma:

CONTATTARE LA GUIDA FRANCESCO SCALAMONTI Ore 8.00 davanti al Bar gelateria Pino (ex Pirri) Via Burgio 6 Metro C Borghesiana (angolo Via Casilina)

2 appuntamento direttamente a Nepi:

Ore 9.30 Largo del Franile, 12, 01036 Nepi VT ( davanti al bar )  
<https://goo.gl/maps/zLJkh2yZPtb47yR17>

SVILUPPO PERCORSO: andata e ritorno  
DIFFICOLTA': T/E  
DISLIVELLO: m 100  
LUNGHEZZA: km 12 circa  
[www.inforideeinmovimento.org](http://www.inforideeinmovimento.org)

TRASPORTO: Auto proprie o mezzi propri.

ABBIGLIAMENTO: Abbigliamento comodo, scarpe da trekking, bastoncini. Pranzo al sacco e acqua.

AVVERTENZA: l'escursione puo? subire variazioni a discrezione degli accompagnatori, e gli stessi si riservano la facolta? di escludere dall'escursione chi non si presenta con l'attrezzatura richiesta. I partecipanti devono essere in buone condizioni fisiche, e non avere subito di recente traumi fisici. Per qualsiasi problema o dubbi, contattare l'accompagnatore Contributo associativo di partecipazione €10,00 con "Tessera Ordinaria" FederTrek, da esibire alla partenza. La partecipazione all'escursione e? confermata solo dopo un contatto telefonico o l'invio di messaggi da parte degli accompagnatori. Importanti regole da rispettare per partecipare alle nostre escursioni in sicurezza riguardo il COVID-19 - Obbligatorio avere sempre con se? piu? di una mascherina e soluzione alcoolica disinfettante secondo le indicazioni COVID-19. In caso si sporcasse o si bagnasse, e? importante avere delle mascherine di ricambio e non rimanere sprovvisti. - Essere autosufficiente per quanto riguarda cibo e acqua. - Vietato scambiarsi oggetti di qualsiasi tipo (cibo, bastoncini, cellulare, ecc.) - Durante la camminata, mantenere la distanza di sicurezza di almeno 2 metri di raggio (due braccia e poco piu?), per via della respirazione che si fa piu? profonda e vigorosa durante l'attivita? motoria. Indossare la mascherina in maniera adeguata nei momenti in cui non e? possibile rispettare tali distanze, rallentando la camminata per garantire la giusta ossigenazione al proprio fisico - I partecipanti devono attenersi scrupolosamente alle indicazioni degli accompagnatori, pena la decadenza del rapporto di affidamento e l'eventuale responsabilita? degli stessi - L'accompagnatore verifichera? il rispetto delle condizioni di partecipazione all'inizio dell'escursione e potra? prendere decisioni insindacabili per il rispetto delle condizioni di sicurezza

**Accompagnatore1:** AEV Scalamonti Francesco  
**Cell:** 3488109712

**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.