



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

## Tabella Tecnica

Proposta da :	NOITREK APS Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	m
Ore :	ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	km

**Descrizione** Il lago di Martignano emana sempre un senso di pace, tranquillità, bellezza, armonia con il paesaggio ma presenta anche il suo lato selvaggio fatto di sentieri intriganti, caverne, grotte e antichi acquedotti. Il nostro percorso prevede dei passaggi in altura per ammirare i laghi di Bracciano e Martignano, passaggi lungo il lago tra alberi secolari e canneti. Dopo la meritata pausa per il pranzo lungo la riva del lago continua il nostro percorso in una pineta andata a fuoco ma grazie al nostro amico Gian Michele sta riprendendo vita con le opere di scultura sui resti dei tronchi. Dopo aver visto queste belle opere in continua evoluzione seguiamo all'interno di una forra per poi arrivare di nuovo sulle alture dove in un colpo d'occhio possiamo ammirare Roma, il mare e il lago. Un'atmosfera di grande serenità, incantevole, tanto che il regista Comencini ne rimase sorpreso e trovò qui un paesaggio da favola, ideale per ambientarvi alcune scene del suo celebre film "PINOCCHIO". Ricordiamo molte scene con Manfredi, indimenticabile Geppetto. Per preservare questo ambiente ancora incontaminato, quasi un miracolo di integrità ecologica, recentemente la zona del lago di Martignano è stata dichiarata parco naturale. **NON RESTA CHE PARTECIPARE ? CARATTERISTICHE ESCURSIONE:** Difficoltà: E Dislivello: 296 mt Lunghezza: 11.580 km Durata: 6 ore ? **ORA E LUOGO DELL'APPUNTAMENTO:** Ore 10.00 Cesano di Roma incrocio tra Via Cesanese e Via di Monte Sant'Andrea <https://goo.gl/maps/jX46XUcSeb17So7eA> **PER PRENOTARE:** via WhatsApp indicando nome e cognome dei partecipanti, n° tessera FederTrek (si può attivare la mattina dell'escursione) al 3283712494 Gianni **ACCOMPAGNA:** AEV Gianni Onorati 3283712494 La guida 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. **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. 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 10 € Pranzo presso " ENZO AI SALICI" € 15 comprende; bruschette con olio nuovo, grigliata di carne con contorno di insalata e patate, acqua, vino a volontà, caffè e ammazzacaffè. 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 l'apposito modulo scaricabile al seguente link: [https://www.noitrek.it/.../NOITREK\\_Modulo\\_iscrizione...](https://www.noitrek.it/.../NOITREK_Modulo_iscrizione...) Gli itinerari potranno subire variazioni in base alle condizioni meteo o nel caso in cui i percorsi non fossero ritenuti sicuri dagli accompagnatori. **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](http://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 Onorati Gianni  
**Cell:** 3283712494

**Accompagnatore2:**  
**Cell:**

**Informazioni:** ? **CARATTERISTICHE ESCURSIONE:** Difficoltà: E Dislivello: 296 mt Lunghezza: 11.580 km Durata: 6 ore ? **ORA E LUOGO DELL'APPUNTAMENTO:** Ore 10.00 Cesano di Roma incrocio tra Via Cesanese e Via di Monte Sant'Andrea <https://goo.gl/maps/jX46XUcSeb17So7eA> **PER PRENOTARE:** via WhatsApp indicando nome e cognome dei partecipanti, n° tessera FederTrek (si può attivare la mattina dell'escursione) al 3283712494 Gianni **ACCOMPAGNA:** AEV Gianni Onorati 3283712494 La guida 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. **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. 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 10 € Pranzo presso " ENZO AI SALICI" € 15 comprende; bruschette con olio nuovo, grigliata di carne con contorno di insalata e patate, acqua, vino a volontà, caffè e ammazzacaffè. 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 l'apposito modulo scaricabile al seguente link:  
[https://www.noitrek.it/.../NOITREK\\_Modulo\\_iscrizione...](https://www.noitrek.it/.../NOITREK_Modulo_iscrizione...) Gli itinerari potranno subire variazioni in base alle condizioni meteo o nel caso in cui i percorsi non fossero ritenuti sicuri dagli accompagnatori. 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](http://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>

**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.