



Data Escursione: dal 12-02-2023 al 12-02-2023

Tabella Tecnica

Proposta da :	Sentiero Verde Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	450 m
Ore :	ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	13 km

Descrizione Andremo alla scoperta della Sabina e dei suoi gioielli incastonati in una valle verdissima e lussureggiante, Rocchette e Rocchettine: due fortezze gemelle ma con destini diversi, l'una ancora oggi abitata, l'altra un' imponente fortezza abbandonata da secoli, si ergono con tutto il loro fascino, una di fronte all'altra, a strapiombo sulle acque del torrente Laia e della sua valle che le divide, in uno degli ambienti più suggestivi di queste meravigliose terre. Cammineremo accompagnati dal profumo intenso della macchia mediterranea per poi immergerci all'ombra dei boschi, lasciandoci stupire dalle sorprese lungo il percorso: opere d'arte che fanno capolino tra gli alberi, panorami mozzafiato che si apriranno davanti ai nostri occhi, lungo il cammino un piccolo guado, l'eremo di San Sebastiano, il borgo di Vacone, definito a ragione la terrazza sulla Sabina, le fresche e scroscianti acque della Fonte Bandusia cantata da Orazio, il Pago, colle sacro alla Dea Vacuna.....non c'è che dire, un'escursione a tratti un po' impegnativa, ma ricchissima di suggestioni!!! **APPUNTAMENTO:** ore 9,30 a Rocchette (frazione di Torri in Sabina RI) - auto propria metteremo in contatto soci che offrono o chiedono un passaggio **INFO E PRENOTAZIONI** prenotazione obbligatoria fornendo nome cognome e numero di tessera AEV Rita Bucchi 3391074453 – AV Maria Asole 3294721065

Accompagnatore1: AV Asole Maria
Cell: 3294721065

Accompagnatore2: AEV Bucchi Rita
Cell: 3391074453

Informazioni: **COSA PORTARE :** Scarponcini da trekking alti alla caviglia pantaloni lunghi e abbigliamento consono a strati, guscio antipioggia, acqua (almeno 1litro) pranzo al sacco e snack, mascherina anti-covid, gel disinfettante. Consigliati: bastoncini da trekking (in particolare per la salita dell'andata e la discesa del ritorno non eccessivamente ripida ma un po' impegnativa) ,un telo per sedersi a terra, un ricambio da lasciare in auto **CONTRIBUTO PARTECIPAZIONE :** è previsto un contributo a favore dell'associazione per copertura delle spese organizzative **INIZIATIVA RISERVATA AI SOCI FEDERTREK IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO.** La tessera va sottoscritta online almeno 3 giorni prima dell'escursione, istruzioni su www.sentieroverde.org al costo di 15 euro adulti e 5 per i bambini, validità 365gg . Per i soci con età superiore ai 75 anni è necessario inviare anche certificato medico di idoneità fisica. In ogni caso al momento della prenotazione chi ha particolari patologie è tenuto a comunicarle agli accompagnatori **NORME ANTI_COVID:** E' necessario per le norme di contenimento dell'epidemia Covid-19 essere muniti di mascherina, gel disinfettante e mantenere sempre la distanza di sicurezza. Non partecipare all'escursione se si lamentano sintomi di infezioni respiratorie (febbre, tosse, raffreddore) oppure se si hanno avuti contatti con persone affette da COVID nei 15 giorni precedenti. **AVVERTENZA :** L'escursione può subire variazioni di tempo e /o luogo a giudizio insindacabile degli Accompagnatori AEV . Tutti i partecipanti sono tenuti a rispettare modalità e indicazioni decise dagli accompagnatori altrimenti verrà meno il rapporto di affidamento e quindi di responsabilità degli stessi per quanto potrebbe accadere I soci sono tenuti ad essere preparati fisicamente e tecnicamente nonché ad essere equipaggiati con abbigliamento e attrezzature adeguate all' esigenza dell'escursione programmata

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.