

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

Tabella Tecnica

Proposta da :	NOITREK APS Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	556 m
Ore :	7 ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	14 km



Descrizione

La Cima Zappi, meglio conosciuta come Monte Gennaro, con i suoi 1271 m di altezza è la seconda per elevazione della catena dei Monti Lucretili. Vie per raggiungere la vetta partono da diversi punti tra San Polo, Montecelio, Palombara e Marcellina. Noi abbiamo scelto quella più suggestiva che fin dall'inizio ci introdurrà in un affascinante bosco, nel quale è facile incontrare mucche o cavalli.

Il terreno si mostra subito molto roccioso e, soltanto a tratti, il cammino di farà più felpato.

Proseguiremo disegnando un ampio arco fino ad una fonte pastorale che sprigiona acqua con vigoroso impeto: Fonte Campitello.

Ancora nel bosco tra pietre e faggi fino ad uscire sull'incredibile scenario dei Pratoni del Monte Gennaro. L'enorme altipiano è popolato da cavalli al pascolo e ci mostrerà la vista della vetta.

Attraverseremo il pratone in direzione della cima fino ad arrivare ad un sentiero delimitato da due file di rocce.

L'attraversamento della vastissima area verde è estremamente affascinante e si possono fare bellissime foto. Imboccato il sentiero delimitato dalle rocce, rientreremo in un bosco simile a quello lasciato poche centinaia di metri indietro.

Il sentiero ci condurrà in un vasto pantano dove permane in ogni stagione un simbolico presepe.

Cominceremo a salire fino ad uscire dalla vegetazione in una zona scoperta che ci condurrà alla cima su terreno quasi esclusivamente roccioso.

Arrivati alla croce di vetta godremo di una vista bellissima da cui potremo osservare i Monti Cimini, il Soratte, il Terminillo, il Velino, il Gran Sasso ed in parte della città eterna.

Escursione di medio livello, adatta per chi ha un minimo di abitudine a camminare in montagna, priva di difficoltà tecniche.

Il dislivello è ben distribuito sulla lunghezza del percorso, con un divertente strappetto a ridosso della cima leggermente più impegnativo.

Escursione da non perdere a pochi km da Roma.

E dopo naturalmente TERZO TEMPO in un locale del segreto paesino di partenza.

CARATTERISTICHE TECNICHE

Percorso ad anello

LUNGHEZZA 13,5 km

Difficoltà E

DURATA 7 ore circa

Dislivello 556 mt circa

PUNTO DI RITROVO ORE 9:30

Il punto esatto verrà indicato agli iscritti il giorno prima dell'escursione

EQUIPAGGIAMENTO

Obbligatorio l'utilizzo di scarpe da trekking (NO Scarpe da ginnastica)

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 aver bisogno. Necessario un capo impermeabile da indossare all'occorrenza come strato più esterno protettivo, felpa o pile, guanti e cappello, consigliata una torcia frontale e bastoncini.

ALIMENTAZIONE

Raccomandato almeno 1 litro d'acqua, pranzo al sacco e snack energetici (frutta secca, cioccolata, barrette)

Qualora gli accompagnatori giudicassero non adeguato l'equipaggiamento posseduto dall'escursionista potranno escluderlo dall'attività per ragioni di sicurezza.

ACCOMPAGNANO

AEV Vinicio La Pietra 3457345608

Guida locale Luciano Capasso

Gli accompagnatori hanno tutti una preparazione tecnica adeguata ed aggiornata annualmente tramite i corsi di formazione Federtrek. In ogni escursione è garantita la presenza di un accompagnatore certificato BLS (Base Life Support).

PRENOTAZIONE

Vinicio La Pietra 3457345608 preferibilmente tramite messaggio whatsapp, vi richiameremo con piacere.

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/tesseramento/>

CONTRIBUTO DI PARTECIPAZIONE € 15

L'organizzazione dell'evento ed il relativo contributo di partecipazione, quale rimborso delle spese di gestione dell'evento, è stabilito dall'accompagnatore che ne determina l'importo in funzione dei diversi livelli di impegno e difficoltà delle escursioni.

ELENCO COMPLETO DELLE ESCURSIONI

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/ATUV Landriani Maria Rita

Cell:

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.