



Data Escursione: dal 29-04-2023 al 01-05-2023

### Tabella Tecnica

Proposta da :	NOITREK APS Associazione di Promozione Sociale
In collaborazione con :	FederTrek - Escursionismo e Ambiente APS
Tipologia :	
Dislivello :	300 m
Ore :	5 ore
Difficoltà :	T/E
Lunghezza :	9 km

**Descrizione** Il 29-30 Aprile e 1 Maggio Vi aspettiamo tutti per questo Week-end strepitoso! Un posto inimmaginabile come Rocca Calascio e i suoi dintorni da ammirare, visitare e godere! Degusteremo anche il tipico cibo Abruzzese da leccarsi i baffi! Le escursioni saranno semplici, adatte a tutti, proprio per il piacere di assaporare ogni attimo, ogni percorso, ogni odore, colore, ma soprattutto per divertirci insieme e fare tante foto. IL PROGRAMMA: SABATO 29 Aprile: Rocca Calascio e torre medicea di S. Stefano Di Sessanio" da S. Stefano di Sessanio a Rocca Calascio, tra antiche architetture medievali Dopo l'arrivo a S Stefano di Sessanio iniziamo la giornata affrontando una piacevole escursione che conduce a Rocca Calascio. Procedendo lungo il sentiero cominciamo a scorgere in lontananza l'inconfondibile sagoma di quello che resta di Rocca Calascio, uno dei castelli più elevati del nostro Paese, simbolo tra i più autentici della terra abruzzese, in parte distrutto da un terribile terremoto agli inizi del 1700 e ristrutturato e consolidato negli anni '80 del secolo scorso. Dal XII secolo sorge isolato a guardia di un territorio affascinante: qui si respira ancora l'atmosfera del lontano Medioevo. E qui sono state ambientate alcune delle più suggestive scene di due famosi film, Il nome della Rosa e Lady Hawke. Al ritorno visiteremo la Torre Medicea di S Stefano Di Sessanio .appena ricostruita dopo il terremoto dell'Aquila. Con aperitivo nel borgo e visita. Santo Stefano di Sessanio, è annoverato tra i Borghi più belli d'Italia conserva inalterate le sue caratteristiche architettoniche medievali. Colpisce la visione di questo borgo, così armoniosamente inserito nel contesto naturalistico a tal punto che sembra essere sorto direttamente dalle rocce ?????????????????? Percorso: Difficoltà: T (adatta a tutti) Lunghezza: 9km circa Dislivello: 294 mt Durata: 5:00 ore circa soste incluse .. Rientro in hotel, cena e pernottamento Domenica 30 Aprile Faremo un 'escursione verso Bominaco, fermandoci all'Oratorio di San Pellegrino. Che fa parte di quello che rimane dell'Abbazia di Santa Maria Assunta, un antico complesso monastico su cui veglia una torre, unica sopravvissuta di un castello che qui sorgeva. Il posto è immerso in un silenzio quasi irreale. Il piccolo oratorio, in stile francescano, appare spoglio, umile nella sua nuda pietra, quasi volesse appartarsi, immergersi nelle sue antiche e perenni preghiere e sottrarsi alla vista del mondo. Passa quasi inosservato, eppure è uno scrigno che nasconde al suo interno uno straordinario tesoro: le sue pareti sono meravigliosamente affrescate, tanto da meritare l'epiteto di Cappella Sistina d'Abruzzo. Sotto il nostro sguardo si dispiegano immagini del Vangelo, la vita di Gesù, episodi della vita di san Pellegrino e un incredibile calendario monastico che rappresenta i mesi, le fasi lunari, i segni zodiacali. Visiteremo la torre di Bominaco e l'antica città romana Di Peltinium Cena sotto le stelle con di fronte la Rocca di Calascio Illuminata ....con arrosticini di pecora e Genziana( per riscaldarci dal freddo) Rientro in hotel, pernottamento. LUNEDI 1 Maggio : Nell'ultimo giorno del nostro lungo week-end, dopo colazione, iniziamo la giornata visitando le grotte di Stiffe e il convento di S. Angelo D'ocre , , costruito su uno sperone di roccia del monte Circolo al di sopra della chiesa di Santa Maria ad Cryptas. La pianta del monastero si adatta alle asperità del territorio: intorno al chiostro, affrescato da Borani con le storie di Sant'Antonio da Padova, si articolano la chiesa e i corpi di fabbrica del monastero, ristrutturati dai francescani nel corso del XVII e del XVIII secolo. Purtroppo l'interno è ancora chiuso a causa del terremoto . Nel pomeriggio Rientro a Roma C????????????????? Percorso: Difficoltà: T (adatta a tutti) Lunghezza: 9km circa Dislivello: 300 mt Durata: 5:00 ore circa soste incluse ?????????????????? Zaino 20/30l Bastoncini da trekking/stuoia Scarpe da trekking Cappello e crema solare Portare macchina fotografica ?????????????????? AEV Gianluca Andreassi <http://wa.me/+393388498177> AEV Simo Simo TreK <http://wa.me/+393333290664> SimoSimoTrek <https://www.facebook.com/simosimotrek/> Telegram: <https://t.me/joinchat/2u7zJPBFJGk1NGZk> Gruppo Whatsapp <https://chat.whatsapp.com/KPiKcmIXTYyEvVIE9HBBwK> PER PRENOTARE Con messaggio Whatsapp indicare nome, cognome, n° tessera Federtrek dei partecipanti al numero: AEV-519 SIMO SIMO TREKK <http://wa.me/+393333290664> Chi non possiede la tessera dovrà indicare nel messaggio Whatsapp anche luogo e data di nascita. Gli itinerari indicati potranno subire variazioni in base alle condizioni meteo, nel caso in cui i percorsi non fossero ritenuti sicuri dall'accompagnatore. Punto di ritrovo: Sabato 8 aprile alle ore 8.00 al Bar Antico Casello A Rebibbia <https://maps.app.goo.gl/DyiVrk8913qNnZRq7> ABBIGLIAMENTO – ATTREZZATURA 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 durante escursioni, Pr. Consigliati 1,5 litri d'acqua e bastoncini telescopici. CONTRIBUTO ASSOCIATIVO DI PARTECIPAZIONE L'organizzazione dell'evento e il relativo contributo di partecipazione, quale rimborso delle spese di gestione dell'evento è competenza dell'accompagnatore che ne determina l'importo in funzione dei diversi livelli di impegno e difficoltà delle escursioni. € 250 a persona in camera doppia (3 gg, 2 notti) Tutti i soci partecipanti dovranno versare obbligatoriamente una caparra/anticipo di € 50 entro e non oltre il 20 aprile 2023, non rimborsabile se non per motivi comprovati di salute o forza maggiore, dall'agenzia di viaggi indicata. LA QUOTA COMPRENDE: – 3 giorni/2 notti (trattamento di mezza pensione (pernotto, colazione, cena, acqua, vino) – Assistenza AEV – Visita con guida turistica "Oratorio S. Pellegrino", la "Cappella Sistina" d'Abruzzo – Visita con guida turistica del sito archeologico di PELTINUM – Visita alle grotte di Stiffe con guida LA QUOTA NON COMPRENDE: – Viaggio a/r da propria abitazione a San Pio delle Camere (AQ), e

spostamenti locali. – Supplemento Camera Singola 15 € / gg – Tutto quanto non previsto “nella quota comprende”. Gli itinerari potranno subire variazioni in base alle condizioni meteo o nel caso in cui i percorsi non fossero ritenuti sicuri dall’accompagnatore. **PRENOTAZIONE – INFORMAZIONI** Per ulteriori informazioni e per prenotare è obbligatorio contattare preventivamente l’accompagnatore (telefonicamente o tramite whatsapp ). Prenotazioni fino ad esaurimento dei posti disponibili. La caparra /anticipo di € 105 andrà versata, tramite bonifico bancario, a: ITACASOLUZIONI SRL BY QUATTROVACANZE IBAN IT42F0760103200001005897481 La prenotazione dovrà essere effettuata entro e non oltre il 20 Aprile 2023 **TESSERAMENTO** Evento riservato ai soci Federtrek. La tessera o il rinnovo (tessera Federtrek €15,00 adulti €5,00 minori, durata 365 gg dalla sottoscrizione) si può fare direttamente il giorno stesso dell’escursione, portando il modulo compilato e firmato. Scaricare il modulo di iscrizione dal sito [www.noitrek.it](http://www.noitrek.it) [https://www.noitrek.it/.../NOITREK\\_Modulo\\_iscrizione...](https://www.noitrek.it/.../NOITREK_Modulo_iscrizione...) 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. **COSA PORTARE e ABBIGLIAMENTO** : 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 in più esterno protettivo, felpa o pile, guanti e cappello, una torcetta frontale e bastoncini telescopici. Consigliati 1 litro d’acqua, pranzo al sacco e snack energetici (frutta secca, cioccolata, barrette) una torcetta frontale e bastoncini telescopici. Qualora gli accompagnatori giudicassero non adeguato l’equipaggiamento posseduto dall’escursionista potranno optare per non accettarne la partecipazione all’attività. **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 Andreassi Gianluca  
**Cell:** 3388498174

**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.