



Data Escursione: dal 19-03-2023 al 19-03-2023

Tabella Tecnica

Proposta da :	NOITREK APS Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	400 m
Ore :	6 ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	12 km

Descrizione DOMENICA 19 MARZO 2023 ROCCANTICA: il sentiero degli Eremi, le pozze del Diavolo e la sagra del frittello. Roccantica si friggeranno i frittelli come se non ci fosse un domani !!! Come da tradizione in prossimità del 19 marzo (festa di San Giuseppe), detto anche il "frittellaro", nel borgo Sabino in provincia di Rieti si tiene la Sagra del Frittello. A partire dalle ore 14:00 si inizieranno a preparare i famosi frittelli di broccoli. Le cimette di broccoli, passate nella pastella, verranno fritte in olio extravergine d'oliva, rigorosamente Sabino. Una giornata di festa, all'insegna delle tradizioni locali e dei prodotti genuini della Sabina. Un'escursione che unisce l'attività fisica ad una esperienza gastronomica in un antico borgo posto sui pendii ripidi della montagna e circondato da magnifici e rilassanti boschi di lecci, ove si scoprirà il piacere del silenzio interrotto solo dai suoni della natura, cammineremo tra corbezzoli e lecci. Ideale per rigenerare la mente! Il nostro percorso sarà una escursione ad anello, che ci permetterà di raggiungere la Grotta di San Michele e successivamente le acque cristalline delle Pozze del Diavolo e la cascata. Riprenderemo il cammino verso l'Eremo di San Leonardo, incastonato nella roccia. Rientreremo nel borgo per avere la possibilità di degustare i "frittelli" tipici di Roccantica (cavolfiore in pastella), e godere a pieno del folklore locale, visitando il borgo fino a raggiungere la torre ed il suo punto panoramico con un affaccio unico sulla valle del Tevere. ?????? CARATTERISTICHE Difficoltà: E Lunghezza: 12 km circa Dislivello: 400 metri Durata: 6:00 ore circa ?? PUNTO DI RITROVO ?? ore 09:30 Parcheggio Roccantica (RI) ??? EQUIPAGGIAMENTO Obbligatorio calzature da trekking, (no scarpe da ginnastica), abbigliamento idoneo ad una escursione, necessario un capo impermeabile da indossare in occorrenza come strato più esterno protettivo ?????? ALIMENTAZIONE Raccomandato almeno un litro d'acqua, pranzo al sacco, snak energetici e frutta secca ?????????????? ACCOMPAGNATORI AEV Giulia Giuliani cell. 3339652228 - 3513460900 Contattaci preferibilmente tramite messaggio WhatsApp Restiamo a disposizione per suggerimenti e indicazione utili Qualora l'accompagnatore giudicasse non adeguato l'equipaggiamento posseduto dall'escursionista potrà non accettarne la partecipazione all'attività ??? CONTRIBUTO DI PARTECIPAZIONE e CONTRIBUTO ASSOCIATIVO Se in possesso di tessera Federtrek adulti 10€ minorenni 5€, per chi deve sottoscrivere la tessera adulti 15€ più contributo di partecipazione 10€ Minorenni 5€ la tessera più contributo di partecipazione 5€ 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/> 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 Metti "mi piace" alla nostra pagina ufficiale: <https://www.facebook.com/Noitrek> Iscriviti al gruppo della nostra comunità: Visita il sito: www.noitrek.it Seguici su Telegram: <https://t.me/joinchat/WNnU7RPz-Z7-5AeX> <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 Giuliani Giulia
Cell:

Accompagnatore2:
Cell:

Informazioni: AEV Giulia Giuliani cell. 3339652228 - 3513460900

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.