


Data Escursione: dal **25-03-2023** al **25-03-2023**

Tabella Tecnica

Proposta da :	VIAVAI APS
Tipologia :	
Dislivello :	600 m
Ore :	7 ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	10 km

Descrizione In compagnia di Viavai in una giornata all'insegna della montagna e della storia, alla scoperta di una vera perla d'Abruzzo! La giornata si aprirà con un trekking di media difficoltà verso la vetta del Monte Offermo (1.303 mslm). Dal paese di Bominaco imboccheremo un comodo sentiero che in un paio d'ore ci porterà al solitario eremo di Sant'Erasmus (1.156 mslm), da cui potremo godere di una vista straordinaria sul Monte Sirente e la Maiella. Da qui proseguiremo la salita fino alla cima del Monte Offermo, cima isolata incastonata tra montagne che offre un panorama a 360° sulle cime appenniniche davvero unico: Monte Ocre, Monte Sirente, Maiella, Gran Sasso e persino Terminillo. Dopo la consueta sosta per il pranzo, scenderemo lungo la cresta per poi riportarci sul sentiero percorso all'andata, fino a rientrare in paese. Una volta a Bominaco, per chi vorrà, avremo la possibilità di visitare (visita guidata gratuita gestita da volontari della Parrocchia del paese) due gioielli dell'arte medievale: la chiesa romanica di Santa Maria Assunta, esempio di architettura romanica, e l'oratorio del Pellegrino interamente affrescato e per questo soprannominato "la Cappella Sistina d'Abruzzo". Infine, le ultime energie saranno dedicate alla visita delle rovine del Castello di Bominaco, risalente al XIII secolo, che si erge sopra il paese. Prepara zaino e scarponi che alla compagnia ci pensiamo noi! ----- PER INFO E PRENOTAZIONI AEV Chiara cell. 3389837747 AEV Alessandro cell. 3292919215 Ti puoi prenotare anche direttamente sul sito internet <https://www.viavaitrek.it/61-monte-offermo.../prenotazione>

Accompagnatore1: AEV Corsi Alessandro
Cell: 329 291 9215

Accompagnatore2: AEV Andreini Chiara
Cell: 3389837747

Informazioni: ?**CARATTERISTICHE TECNICHE:** Tipologia: ANELLO Lunghezza: 10 KM Dislivello totale: 600 mt Difficoltà: E Durata del trekking: 6:00-7:00 h Il percorso richiede buona preparazione fisica. -----
 ?**INFORMAZIONI E CONSIGLI SU COSA PORTARE E COSA INDOSSARE** -Obbligatori gli scarponcini da Trekking -Consigliato l'uso dei bastoncini da Trekking -Portare con se almeno 2 lt di acqua -Capo impermeabile da indossare all'occorrenza. - Necessario vestirsi a strati: Pile, Piumino, Guanti, Collo, Cappello, Capo impermeabile da indossare all'occorrenza; -Occhiali da sole e crema solare N.B. L'itinerario proposto potrà subire variazioni ad insindacabile giudizio degli accompagnatori ----- ?**INFORMAZIONI SU ORARI E LUOGO APPUNTAMENTO** ? Primo appuntamento ore 07:30 al BAR "Antico Casello" Via Tiburtina, 954, 00156 Roma RM. ? Secondo appuntamento ore 09:30 Bominaco, Via della Madonnella, 2, davanti al Ristorante Le Origini <https://goo.gl/maps/crYZKxuEJGvS4Jgw7> **ATTENZIONE:** in paese non ci sono bar aperti la mattina, per eventuali necessità si consiglia di provvedere prima dell'arrivo. ----- ?**INFORMAZIONI SU PRENOTAZIONI E CONTRIBUTI ASSOCIATIVI** Per partecipare all'escursione è necessario essere tesserati Federtrek, per chi deve farla o rinnovarla possibilità di farla il giorno dell'escursione. Contributo associativo di partecipazione 15,00 €. Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento (tessera Federtrek 15€ ove non presente, durata 365 gg dalla sottoscrizione). ----- ? **IMPORTANTE** In osservanza delle disposizioni relative alla sicurezza ed al distanziamento sociale è obbligatorio portare con se due o più mascherine (da indossare unicamente laddove non fosse possibile rispettare le distanze di sicurezza) e soluzione alcolica personale. In merito alle misure di sicurezza anti covid-19, ti invitiamo ad osservare le raccomandazioni di Federtrek.

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.