



Data Escursione: dal 01-10-2023 al 01-10-2023

## Tabella Tecnica

Proposta da :	Amici dei Monti Ruffi APS
Tipologia :	
Dislivello :	500 m
Ore :	6 ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	10 km

**Descrizione** Contesto Territoriale I Monti Ernici sono una catena del Subappennino laziale, che si estende in direzione Est-Ovest ed è delimitata a Nord dalla Valle dell'Aniene, ad Est dalla Valle del Liri, a Sud ed a Ovest, dalla valle del Cosa e del Sacco. Costituiscono con il loro spartiacque il confine naturale tra il Lazio (nord Ciociaria) e l'Abruzzo. Le cime sono alte mediamente 2000 metri, la più alta è quella del Monte Passeggio (2064 m) seguito dal Pizzo Deta (2041m), Monte Fragara (2006m) e Monte Ginepro (2004 m) e costituiscono nel loro insieme il massiccio meridionale (Gruppo Pratelle- Prato di Campoli). Mentre il massiccio settentrionale (Campocatino-Monna-Rotonaria) si presenta più continuo nei crinali formando un'unica lunga dorsale che da Campocatino (1800 m) culmina con il Monte Pozzotello (1995 m), Monte Ortara (1900 m), Monte Fanfilli (1952 m) e Monte Rotonaria (1750 m). Descrizione Da Colleparado (586 m) si raggiunge per carrozzabile la Certosa di Trisulti (825 m) e si prosegue su questa, in discesa, fino al fondovalle, che si raggiunge in corrispondenza della presa di un acquedotto (680 m, 9 km dal paese). Poco a valle è l'antico Ponte dei Santi, in rovina. Una scaletta metallica permette di scavalcare la recinzione, e di inoltrarsi nello spettacolare tratto iniziale (le Strette) del Vallone. Si supera un bel poggio erboso, si traversa una prima volta il torrente e si entra nel tratto più impressionante, chiuso tra alte pareti di roccia. Si passa accanto ad una grossa opera di presa, si traversa altre volte il corso d'acqua e poi ci si affaccia (800 m), accanto ad un arco naturale, nella parte superiore, più ampia e boscosa, della valle. Si continua lungamente sul fondo, per il sentiero che zigzaga nel bosco ed accanto al greto, fino alle Sorgenti di Capo Fiume (920 m). Per il ritorno si prosegue lungo un itinerario su sterrata (lasciando il sentiero, sempre su sterrata, è possibile rifornirsi d'acqua alla Fontana San Giovanni a quota 1230 m, 10') che conduce a Civita, frazione di Colleparado, e più precisamente fino alla chiesa di San Nicola (auto navetta). Dalla chiesa si torna all' Abbazia di Trisulti dove al termine dell'escursione è prevista una visita. PER PRENOTAZIONI: MARINA LOBASCIO TEL 3389659868

**Accompagnatore1:** AEV Rotili Marzio

**Cell:** 3387521219

**Accompagnatore2:**

**Cell:**

**Informazioni:** Nonostante con l'estate la quantità d'acqua diminuisca sensibilmente, si consiglia, causa i diversi guadi e la possibile progressione lungo il torrente, l'uso di bastoncini onde evitare perdite di equilibrio, scarpe adatte con suola antiscivolo e almeno un ricambio. Appuntamento Piazzale Abbazia di Trisulti ore 9:00 Come arrivarci Percorrere la Roma-Napoli, uscita Anagni-Fiuggi Terme. Proseguire in direzione Fiuggi, Vico nel Lazio, Colleparado, Abbazia di Trisulti

**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.