



Data Escursione:

dal 30-09-2023 al 30-09-2023

**Tabella Tecnica**

Proposta da :	NOITREK APS Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	640 m
Ore :	5 ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	13 km

**Descrizione** L'autunno è appena iniziato e i boschi iniziano a cambiare colore per via del progressivo abbassamento delle temperature, quindi è particolarmente interessante vedere con i propri occhi questo cambiamento naturale che si ripete da migliaia se non milioni di anni. La comparsa delle prime foreste terrestri risale al periodo del Devoniano tra 419 e 350 milioni di anni che cambiarono il clima terrestre assorbendo l'enorme quantità di CO2 e rilasciando ossigeno nell'atmosfera, una particolarità che ci fa capire l'importanza della protezione di tutte le foreste rimaste sul pianeta vista l'emergenza climatica attuale. Partiremo dal caratteristico borgo di Filetino incastonato tra le cime più alte del Parco Naturale Regionale dei Monti Simbruini. Inizieremo questo nostro percorso ad anello dalla caratteristica Cappellina di San Bernardino, il patrono di Filetino, con un fontanile e risaliremo un bellissimo sentiero immerso nelle faggete fino a raggiungere un luogo particolare caratterizzato da arenaria bianca sul sentiero dell'Arena Bianca appunto, che farà sembrare per un attimo di essere sulle lontane Dolomiti per la sua conformazione rocciosa. Da qui raggiungeremo per dei crinali a volte scoperti con spettacolari panorami, il bivio per la Valle Forchitto per immergerci nella sottostante Valle dell'Aniene che ci permetterà di vedere proprio dove nasce l'Aniene sgorgando direttamente dal sottosuolo boscoso proveniente da grandi falde acquifere in profondità dove le acque si accumulano durante le frequenti piogge. Infatti il nome Simbruini viene dal latino Sub Imbribus cioè sotto le piogge. Faremo sosta pranzo in un'area picnic con comodi tavolini di legno. L'acqua chiaramente non mancherà durante il percorso per un fontanile all'inizio e durante la chiusura dell'anello dove troveremo oltre al torrente con acqua sorgiva, dove non mancano le tipiche trote di fiume, e la Fonte della Radica. Ripartiti dopo sosta pranzo ci faremo una gustosa degustazione delle innumerevoli more che incontreremo, chiudendo l'anello per una bellissima pineta fino di nuovo al paese di Filetino arrivando direttamente nel suo storico. Caratteristiche tecniche: Lunghezza: 13 km Dislivello: 640 mt Durata: 5 ore Difficoltà: E

escursionistico adatto anche per principianti ma con un buon allenamento fisico. Tipologia escursione: Anello Appuntamento sul posto: Filetino al parcheggio Conad, ore 9,30 Per informazioni e prenotazioni: [wa.me/+393473215279](https://wa.me/+393473215279) Giuliano Della Posta guida AEV 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. Chi non possiede la tessera (che si potrà fare il giorno stesso dell'escursione) dovrà indicare nel messaggio Whatsapp anche luogo e data di nascita. Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento FederTrek (tessera FederTrek euro 15 ove non presente, durata 365gg dalla sottoscrizione), se in possesso di tessera FederTrek: adulti euro 15+contributo di partecipazione euro 10, minorenni euro 5+contributo di partecipazione euro 10. Per la sottoscrizione o rinnovo della tessera scarica il modulo al seguente link: <https://www.noitrek.it/tesseramento/>. Per tutte le altre escursioni visitare il sito internet [www.noitrek.it](http://www.noitrek.it). **CONTRIBUTO DI PARTECIPAZIONE:** 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. Contributo di partecipazione: € 15 **COSA PORTARE – 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 più esterno protettivo, felpa o pile, guanti e cappello, Obbligatorio una torcia frontale e bastoncini. Raccomandato almeno 1,5 litri d'acqua, pranzo al sacco e snack energetici (frutta secca, cioccolata, barrette). Portate sali minerali da sciogliere in acqua da usare per evitare affaticamento fisico e crampi. Qualora gli accompagnatori giudicassero non adeguato l'equipaggiamento posseduto dall'escursionista potranno escluderlo dall'attività per ragioni di sicurezza. Contributo di partecipazione euro 15. Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento (tessera FederTrek euro 15 ove non presente, durata 365 gg dalla sottoscrizione). Per chi deve sottoscrivere la tessera: adulti, tessera + contributo di partecipazione, totale euro 25 mentre per i minorenni, tessera + contributo di partecipazione, totale euro 10. Per la sottoscrizione o rinnovo della tessera scarica il modulo al seguente link: <https://www.noitrek.it/tesseramento/> **ELENCO COMPLETO DELLE ESCURSIONI:** 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/> Ovviamente l'equipaggiamento descritto da portare è generico che varia in base alle stagioni quindi regolarsi in base alle quote da raggiungere e le località. Importante è portarsi i propri farmaci personali per chi ne ha bisogno e anche antidolorifici da usare in caso di necessità. Le guide non sono autorizzate a somministrare alcun tipo di farmaco per via delle possibili intolleranze personali.

**Accompagnatore1:** AEV Della Posta Giuliano**Cell:** 3473215279**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.