



SABATO 7 NOVEMBRE 2020

Il Lago di Bracciano e i Monti Sabatini: L'Anello di Monte Rocca Romana

Lunghezza percorso:	13km circa
Dislivello Totale:	350 mt circa
Appuntamento:	Parcheggio adiacente cimitero di Trevignano (venendo da Roma prima di entrare in paese sulla destra)
Tempo percorso:	4 h escluse soste

Il percorso

L'anello si svolge prevalentemente nel comprensorio naturalistico del Parco regionale di Bracciano e Martignano, attraversando i territori del comune di Trevignano.

Descrizione tecnica del percorso:

L'itinerario parte in prossimità del cimitero di Trevignano Romano (sulla strada Palo Settevene 800 mt prima di entrare in Paese in senso antiorario) salendo lungo l'antico itinerario denominato "Malpasso" che collegava storicamente l'abitato di Monterosi con il lago. Il sentiero del Malpasso, recentemente bonificato, porta in cresta e segue un bel tratto panoramico a ridosso dei rilievi che dominano il lago. Ci si immette poi sul sentiero naturalistico Spallettoni che si snoda lungo le pendici del monte Rocca Romana (la cima più alta dei monti Sabatini, appena 612 m.). Al termine del sentiero Spallettoni si scende poi, seguendo strade secondarie, fino ai ruderi dell'antica Rocca che domina il paese di Trevignano.

Cosa portare nello zaino?

Acqua almeno 1,5 l

Pranzo al sacco

Abbigliamento: giacca antipioggia – pile – guanti – cappellino e occhiali per il sole

Equipaggiamento

Bastoncini consigliati

Scarpe trekking

Contributo di partecipazione : 12€

Tessera GEA : 6,5 € inclusa nel costo della prima escursione

Appuntamento : h 10 parcheggio Cimitero di Trevignano Romano (venendo da Roma circa 200mt prima del paese)

Accompagnatori

- Fabrizio +39 3316004247

Prenotazione



Si prega di contattare la guida per email o telefono per confermare la vostra presenza dando le seguente info: Nome e Cognome e n° di tessera GEA

Nel caso non siate ancora soci questo è il link per scaricare il modulo da compilare e da portare con voi il giorno dell'uscita:

http://www.geatrek.it/documenti/Modulo_Iscrizione_Gea_Asd_2020-21.pdf

Normativa COVID

Portare mascherina e gel idroalcolico

N.B.

Gli interessati sono pregati di **non partecipare** nel caso abbiano riscontrato:

una temperatura non inferiore a 37,5;

presenza di febbre, tosse/raffreddore, difficoltà respiratorie, sindrome influenzale da 3 giorni;

di aver avuto contatti stretti nelle ultime 2 settimane con soggetti sospetti o alto rischio o risultati positivi al test COVID-19 o sottoposti a quarantena.