

Sentiero Verde

Più di 30 anni di cultura fatta con i piedi



PROGRAMMA ESCURSIONI 2019



SENTIERO VERDE

Associazione di Promozione Sociale

Presidente

Pietro Perialice
Tel. 347 3036100

Antonio Citti

Tel. 333 3982685

Segreteria

Tel. 377 4294453

Email: sentieroverde30@gmail.com

Sito: www.sentieroverde.org

Facebook: www.facebook.com/groups/sentieroverde

Più di 30 anni di cultura fatta con i piedi...

Più di 30 anni di cultura fatta con i piedi...

Sono oltre 30 anni che abbiamo costituito la nostra associazione ed in tutto questo tempo siamo cresciuti, per numero, per competenza e per l'ampiezza delle proposte di attività rivolte a i soci. Organizziamo oltre 100 iniziative in un anno, escursioni nella natura e trek in città, il Bus della neve, Settimana di Trek, sci e ciaspole invernale e settimana di Trek estivo in diverse località, anche al di fuori della regione Lazio e partecipiamo da anni agli eventi di FederTrek, alla Fiaccolata d'Inverno ad Oriolo Romano, organizziamo feste sociali, incontri e mostre fotografiche, osservazioni notturne del cielo stellato, iniziative per la solidarietà e la promozione sociale, corsi e seminari per imparare a vivere la Natura in maniera consapevole e sostenibile, corsi base di escursionismo e per diventare accompagnatori volontari; diamo contributi fondamentali per la segnature e la manutenzione dei sentieri.



La nostra passione per la Natura, conoscere l'Ambiente e condividere esperienze ha "contagiato" centinaia di nuovi escursionisti accompagnatori. A disposizione dei nostri soci tanti servizi come il sito sentieroverde.org con oltre 200mila visite, costantemente aggiornato con locandine, nuove proposte, gallerie fotografiche; con le notizie più importanti e le petizioni; il gruppo Sentiero Verde su Facebook dove puoi pubblicare i tuoi commenti e le tue foto; la mailing list con le newsletter settimanali. Iscriviti gratuitamente alla newsletter e al gruppo Facebook per ricevere le informazioni sulle attività, porta con noi la tua energia ed i tuoi sogni. Iscriverti alla FederTrek con Sentiero Verde vuol dire essere protagonisti e collaborare per fare ancora più grande il nostro progetto.

L'impegno degli accompagnatori dell'associazione ci ha permesso anche questo anno di realizzare per il 2019 un nutrito programma escursionistico che oltre a proseguire e portare a termine il Cammino di San Benedetto, iniziato nel 2018, avrà un'ulteriore sviluppo, avendo programmato una serie tra le più belle tappe dell'antichissima VIA FRANCIGENA, che partendo dalla spettacolare Val D'ORCIA, ci porterà fino a raggiungere San Pietro a Roma. Un viaggio affascinante che dalle colline toscane, lungo un percorso di circa 100Km, vedrà scorrere sotto i nostri piedi le più antiche strade dove ancora affiorano selciati medievali e il basolato della via Cassia, le vie carraie con i ciottoli di fiume, lastre consunte dal passaggio, fino ai "sanpietrini" di Roma. I segnavia ci guideranno attraverso antichi borghi, oggi divenute città monumentali come: S.QUIRICO D'ORCIA, RADICOFANI, ACQUAPENDENTE, BOLSENA, MONTEFIASCONE, VITERBO, SUTRI, dove tutte le strade portano a Roma. Seguiremo il percorso ufficiale della Via Francigena, quello più sicuro, facile, privo di difficoltà tecniche, accuratamente da noi studiato e verificato per essere percorso da tutti e a tutte le età.



Inverno



QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
GENNAIO 2019									
Domenica, 13 Gennaio	L'ultima tappa della via Francigena: da La Giustiniana a San Pietro	Si arriva a San Pietro percorrendo il parco dell'Insugherata, la ciclopedonabile di Monte Mario, Monte Ciocci e un tratto poco conosciuto delle mura vaticane, Porta Pertusa In collaborazione con PONTIERI DEL DIALOGO	a piedi	T	200	12	LAZIO Roma	AV Roberto Mancardi 3771151795	AV Massimo Mondello 3383806802
Domenica, 20 Gennaio	Bus della neve di Sentiero Verde ai Piani di Pezza	Con gli sci da fondo escursionistico da Ovindoli ai Piani di Pezza	NEVE sci escursionismo	E	350	16	ABRUZZO L'Aquila	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Franco de Vincentiis 3478130155
Domenica, 20 Gennaio	Bus della neve Ciaspole ai Piani di Pezza	Con le ciaspole da Ovindoli verso i Piani di Pezza e la costa della Cerasa	NEVE ciaspole	E	500	10	ABRUZZO L'Aquila	AEV Giovanni Moriondo 3497587944	AEV Edoardo Sermasi 3472123210
Domenica, 20 Gennaio	Il Monte Semprevisa (1536 m)	Il Monte Semprevisa è il rilievo più alto della catena dei Monti Lepini. Giro ad anello con possibilità di visita dell'Abisso Consolini	a piedi	E	700	12	LAZIO Latina	AEV Fabio Piferi 3479002912	AEV Pippo Moccaldi 3289123751 AEV Anna Pigliautile 3495563373
Domenica, 20 Gennaio	Monte Soratte	Piacevole escursione a due passi da Roma toccando i vari eremi che dominano la valle del Tevere	a piedi	E	300	6	LAZIO Roma	AEV Stefania Arcipreti 3395960815	AV Daniela Pavel 3336783146
Sabato, 21 Gennaio	Sci di fondo classico per chi inizia o vuole ripassare la tecnica Monte Livata	Una giornata dedicata a coloro che intendono imparare la tecnica dello sci di fondo sulle piste battute di Monte Livata	NEVE sci da fondo	T			LAZIO Roma	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Fabio Piferi 3479002912
Domenica, 27 Gennaio	Bus della neve di Sentiero Verde Campo Rotondo	Con gli sci da fondo escursionistico si percorre l'anello di Cima Bertina partendo da Campo Rotondo	NEVE sci escursionismo	E	350	16	ABRUZZO L'Aquila	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Franco de Vincentiis 3478130155
Domenica, 27 Gennaio	Bus della neve Ciaspole a Campo Rotondo	Con le Ciaspole un percorso suggestivo tra boschi e prati innevati verso la piana di Camposecco	NEVE ciaspole	E	500	12	ABRUZZO L'Aquila	AEV Daniela Pavel 3336783146	Umberto Rescio 3492996193



QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
Domenica, 27 Gennaio	A piedi con Benedetto 	Traversata da Roiate a Subiaco: l'impronta del Santo sulla Roccia a Roiate, gli affreschi della chiesa di San Pietro ad Affile ed infine Subiaco le sede dei Monasteri Benedettini di Santa Scolastica e San Benedetto	a piedi	T/E	200	13	LAZIO Roma	AEV Pietro Peralice 3473036100	Anna Rita Luciani 3203926770
FEBBRAIO 2019									
Sabato, 2 Febbraio	Sci di fondo classico per chi inizia o vuole ripassare la tecnica - Monte Livata	Una giornata dedicata a coloro che intendono imparare la tecnica dello sci di fondo sulle piste battute di Monte Livata	NEVE sci da fondo	T			LAZIO Roma	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Fabio Piferi 3479002912
Domenica, 3 Febbraio	Bus della neve di Sentiero Verde Campo Felice	Da Campo Felice passando per il bosco del Cerasolo si raggiunge il rifugio della forestale nella Valle dell'Asino	NEVE sci escursionismo	E	350	16	ABRUZZO L'Aquila	AEV Silvano Bistoni 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Franco de Vincentiis 3478130155
Domenica, 3 Febbraio	Bus della neve Ciaspole a Campo Felice	Con le ciaspole nella valle del morretano	NEVE ciaspole	E	400	9	ABRUZZO L'Aquila	AEV Stefania Arcipreti 3395960815	Eliana Mancini 3394144637
Domenica, 3 Febbraio	I Cavoni di Nepi	Cavoni di Nepi, passaggio fra le vie cave fino alla cascata del Picchio	a piedi	E	300	8	LAZIO Roma	AEV Fabio Piferi 3479002912	AEV Anna Pigliautile 3495563373
Sabato, 9 Febbraio	Sci di fondo classico per chi inizia o vuole ripassare la tecnica - Terminillo	Una giornata dedicata a coloro che intendono imparare la tecnica dello sci di fondo sulle piste battute del Terminillo	NEVE sci da fondo	T			LAZIO Rieti	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Fabio Piferi 3479002912
Domenica, 10 Febbraio	Bus della neve di Sentiero Verde Monte Livata	Da campo dello Osso si raggiunge La piana di Camposecco passando per Valle Maiura nel Parco dei Simbruini	NEVE sci escursionismo	E	250	14	LAZIO Roma	AEV Silvano Bistoni 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Franco de Vincentiis 3478130155
Domenica, 10 Febbraio	Bus della neve Ciaspole a Monte Livata	Con le ciaspole dal piazzale di Campo dell'Osso al Monte Autore	NEVE ciaspole	E	300	10 km	LAZIO Roma	AEV Gabriele Lamorgese 3292050056	AV Daniela Pavel 3336783146
Domenica, 10 Febbraio	A piedi con Benedetto 	Traversata da Roiate a Rocca Santo Stefano con visita del paese e del ritiro Francescano di Bellegra	a piedi	T/E	400	12	LAZIO Roma	AEV Pietro Peralice 3473036100	Anna Rita Luciani 3203926770
Sabato, 16 Febbraio	Il Parco urbano di Monte Mario	Percorso ad anello, partendo dall'Auditorium e ritorno, toccando il ponte della musica, Villa Mazzanti, il complesso del Don Orione, il "Cimitero francese", Ponte Milvio. In collaborazione con PONTIERI DEL DIALOGO	a piedi	T	250	12	LAZIO Roma	AV Roberto Mancardi 3771151795	AV Massimo Mondello 3383806803


QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
Sabato, 16 Febbraio	Sci di fondo classico per chi inizia o vuole ripassare la tecnica Campo Felice	Una giornata dedicata a coloro che intendono imparare la tecnica dello sci di fondo sulle piste battute di Campo Felice	NEVE sci da fondo	T			ABRUZZO L'Aquila	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Fabio Piferi 3479002912
Domenica, 17 Febbraio	Bus della neve di Sentiero Verde Marsia	Da Marsia il Rifugio dedicato a Oddi passando per Pian del Pozzo.	NEVE sci escursionismo	E	450	16	ABRUZZO L'Aquila	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Franco de Vincentiis 3478130155
Domenica, 17 Febbraio	Bus della neve Ciaspole a Marsia	Per boschi e vallate solitarie dei Monti Simbruini un percorso con le ciaspole	NEVE ciaspole	E	400	10 km	ABRUZZO L'Aquila	AEV Gabriele Lamorgese 3292050056	AV Daniela Pavel 3336783146
Sabato 23 Febbraio / Sabato 2 Marzo	Settimana di Trekking e Sci sulle Dolomiti con Sentiero Verde	Una settimana di puro divertimento sulle dolomiti del Cadore, scorrazzando con gli sci da discesa, di fondo, le ciaspole o con i soli scarponi. Soggiorno con trattamento di mezza pensione all'hotel Nigritella di Selva di Cadore. Trasferimenti in pullman	NEVE	T/E	vari	vari		AEV Gianfranco Gabriele 335309622 (Sci alpino) AEV Silvano Bistoni 3472920818, silvanobi@libero.it (sci nordico) AEV Gabriele Lamorgese 3292050056 (ciaspole) AEV Pietro Pieralice 3473036100 (passeggiate invernali) AEV Antonio Citti 3333982685 (passeggiate invernali)	
Domenica, 24 Febbraio	Bus della neve di Sentiero Verde Campo Felice	Da Campo Felice passando per il bosco del Cerasolo si raggiunge il rifugio della forestale nella Valle dell'Asino	NEVE sci escursionismo	E	350	16	ABRUZZO L'Aquila	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Franco de Vincentiis 3478130155
Domenica, 24 Febbraio	Bus della neve Ciaspole a Campo Felice	Con le ciaspole nella Valle del Morretano	NEVE ciaspole	E	400	9	ABRUZZO L'Aquila	AEV Stefania Arcipreti 3395960815	Eliana Mancini 3394144637

QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
MARZO 2019									
Venerdì, 1 Marzo	47° corso base di escursionismo	Utilissimo per andare in escursione in autonomia e sicurezza, necessario per conseguire il titolo di Accompagnatore Escursionistico Volontario. Aperto ai soci Federtrek. articolato su quattro week end non consecutivi. Minimo 10 iscritti entro fine mese.						Info e prenotazioni: antonio.citti@libero.it	
Prima metà di marzo	Settimana bianca con Sentiero Verde	Nella prima metà di marzo, una settimana di puro divertimento scorrazzando con gli sci da discesa, di fondo, le ciaspole o con i soli scarponi. Trasferimenti in pullman. Destinazione e data di partenza da definire.	NEVE	T/E	vari	vari		Per informazioni: Viviana Attili 3287875488	
Domenica, 3 Marzo	Le forre di Corchiano	Alla scoperta di un angolo nascosto della Tuscia: un giro sorprendente nelle forre che circondano il borgo di Corchiano, lungo le rive del rio Fratta, tra tagliate etrusche, necropoli dei Falisci, rupi di tufo e cascate scroscianti.	a piedi	E	100		LAZIO Viterbo	AEV Gabriele Lamorgese 3292050056	Massimo Crescenzi 3337709650 AEV Giovanni Moriondo 3497587944
Venerdì 8 / Domenica 10 Marzo	In cammino verso Roma sulla Via Francigena: Da s. Quirico D'Orcia a Radicofani	Inizia il nostro cammino con due bellissime escursioni in Val D'Orcia. Attraverseremo incantevoli pano rami e visiteremo paesi in cui, monumenti, piazze e chiese ci faranno rivivere l'antica storia	a piedi	E	500 m come media dei 3 giorni	35	TOSCANA Siena	AV Roberto Mancardi 3771151795	AEV Raffaele Muti 3487410105 AEV Gabriele Lamorgese 3292050056
Sabato, 9 Marzo	Primo appuntamento sotto le stelle a Prato Favale 	Il Cielo invernale. La magnifica costellazione del Cacciatore Orione. Le giovani stelle del Toro e delle Pleiadi.	osservazione notturna	T			LAZIO Roma	AEV Fabio Piferi 3479002912	AEV Anna Pigliautile 3495563373
Domenica, 10 Marzo	A piedi con Benedetto 	Traversata da Ritiro francescano di Bellegra a Pisoniano: il Sentiero Padre Filippo Sales	a piedi	T/E	250	9	LAZIO Roma	AEV Pietro Peralice 3473036100	Anna Rita Luciani 3203926770
Domenica, 17 Marzo	Ponti degli acquedotti romani di Galliciano nel Lazio	Un itinerario che si snoda lungo la strada di servizio dei ponti degli acquedotti romani per attraversare le valli del territorio intorno a Galliciano.	a piedi	E	150	13	LAZIO Roma	AEV Gabriele Lamorgese 3292050056	AEV Stefania Arcipreti 3395960815
Domenica, 17 Marzo	Tuscia: da Oriolo Romano al Parco della Mola. Anche per non vedenti	Facile passeggiata da Palazzo Altieri nella campagna dell'alto Lazio per ammirare le fioriture primaverili e l'incantevole ambiente del Parco della Mola	a piedi	T	100	8	LAZIO Viterbo	AEV Anna Pigliautile 3495563373	AEV Fabio Piferi 3479002912
Domenica, 17 Marzo	Calcata e la Valle del Treja	Un borgo di artisti e creativi e le forre, i boschi ed i giochi d'acqua del Treja	a piedi	E	500	17	LAZIO Viterbo	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Dario Acciarini 3479928328

Primavera



QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
Sabato, 23 Marzo	Cerveteri: i colli ceriti	Escursione alle cascate dei colli ceriti lungo antichi percorsi	a piedi	E	100	10	LAZIO Roma	AEV Pietro Peralice 3473036100	AEV Antonio Doddi 3334835117
Domenica 24/ Domenica 21 Marzo	IL LINGUAGGIO DEL TEMPO Mostra fotografica di WalkingVisions	Mostra del gruppo fotografico di Sentiero Verde, WALKING VISIONS . Viste guidate gratuite alla mostra con escursione da Colli Albani alla sede del Parco dell'Appia Antica, sala Nagasawa, via Appia Antica 40. La mostra resterà visitabile tutta la settimana.					LAZIO Roma	Info e prenotazioni: Antonio Citti 3333982685	
Sabato, 30 Marzo	Da Orvinio a Mandela 	Una tappa particolarmente bella del cammino di San Benedetto, da Orvinio a Mandela	a piedi	E	500 + 900	20	LAZIO Rieti	AEV Raffaele Muti 3487410106	AV Roberto Mancardi 3771151795
Domenica, 31 Marzo	Selva di Malano	Uno dei luoghi più ricchi di reperti etruschi e romani che si possano incontrare in Italia. Visiteremo inoltre il sito di Corviano dove vedremo le grotte preistoriche, muri e castelli etruschi e chiese medioevali.	a piedi	E	250	13	LAZIO Viterbo	AEV Stefania Arcipreti 3395960815	AEV Gabriele Lamorgese 3292050056
Domenica, 31 Marzo	Percorso Blu direttissima del Pellicchia da Licenza	Da Licenza nel Parco dei Monti Lucretili, tra boschi e vedute fino Monte Pellicchia (1370m) con ampi panorami. Percorso impegnativo, ma molto appagante.	a piedi	EE	1000	16	LAZIO Roma	AEV Fabio Piferi 3479002912	Daniele D'Agostino 3383160985 AEV Anna Pigliautile 3495563373
APRILE 2019									
Sabato 6 / Domenica 7 Aprile	In cammino verso Roma sulla Via Francigena: Da Radicofani a Bolsena	Continua il nostro cammino verso Roma, 2 tappa: da Radicofani a Bolsena, con pernottamento ad Acquapendente	a piedi	E	500 (1 giorno) 100+/200 (2)	16 (1 giorno) 22(2)	LAZIO Viterbo	AV Roberto Mancardi 377115179	AEV Raffaele Muti 3487410106
Sabato 6 / Domenica 7 Aprile	Secondo appuntamento sotto le stelle. Week End al Rifugio di Roiate 	Dal Toro ormai al tramonto fino alla Vergine, le più belle costellazioni primaverili. Dall'orizzonte si eleva M13 con centinaia di migliaia di stelle. Esplorazione del Cielo profondo diretta, con binocoli astronomici e telescopio. Max 10 posti	osservazione notturna	T			LAZIO Roma	AEV Fabio Piferi 3479002912	AEV Anna Pigliautile 3495563373
Domenica, 7 Aprile	Riserva Naturale Regionale Monterano	Partendo dalla città morta di Monterano con il suo palazzo ducale, l'acquedotto su ardite arcate, la splendida fontana berniniana del leone, il convento di San Bonaventura attraverseremo foreste vulcaniche con vegetazione tipica costeggiando il Mignone.	a piedi	E	200	5	LAZIO Viterbo	AEV Gabriele Lamorgese 3292050056	Domenico De Bartolomeo 3666121697

QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
Domenica, 14 Aprile	In cammino verso Roma sulla Via Francigena: Da Bolsena a Montefiascone	Continua il nostro cammino verso Roma, terza tappa: da Bolsena a Montefiascone	a piedi	E	300+/ 200-	17	LAZIO Viterbo	AEV Raffaele Muti 3487410106	AV Roberto Mancardi 3771151795 AEV Gabriele Lamorgese 3292050056
Domenica, 14 Aprile	Monte e Pizzo Pellecchia: nel cuore dei Lucretili	Una camminata un poco impegnativa ma molto suggestiva		E	800	13	LAZIO Roma	AEV Dario Acciarini 3479928328	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it
Domenica, 14 Aprile	Monte Cervia	Classica escursione con partenza da I paese di Collegiove a cavallo del lago del turano e del Monte Navegna con bei paesaggi primaverili In collaborazione con GEP	a piedi	E	400	10	ABRUZZO L'Aquila	AEV Stefania Arcipreti 3395960815	Livio Rolle 3206343656
Domenica, 14 Aprile	Riserva Naturale "Zompo lo Schioppo" Morino	Si parte dalla spettacolare cascata, da cui prende il nome la riserva, per inoltrarsi in un suggestivo ambiente tra boschi di faggio e ruscelli.	a piedi	E	150	10	ABRUZZO L'Aquila	AEV Maurizio Innocenzi 3386912097	AEV Antonio Doddi 3334835117
Lunedì, 22 Aprile	Festa di Sentiero Verde	Escursioni nei dintorni di Roiate	a piedi	T/E			LAZIO Roma	AEV Pietro Peralice 3473036100	Anna Rita Luciani 3203926770
Lunedì, 22 Aprile	Pasquetta con Sentiero Verde e Walking Visions	Nel Parco dell'Appia Antica. Escursione e visita guidata gratuite	a piedi	T			LAZIO Roma	Prenotazioni entro il 18 aprile: antonio.citti@libero.it	
Domenica, 28 Aprile	Via Francigena	Da S.Lorenzo Nuovo si raggiunge la chiesa di Torano,costruita su un tempio etrusco, si visita la necropoli etrusca delle 100 camere e si arriva al lago di Bolsena	a piedi	E	100	16	LAZIO Viterbo	AEV Gabriele Lamorgese 3292050056	Luigi Catena 3290448968
Domenica, 28 Aprile	A piedi con Benedetto 	Traversata da Pisoniano alla Mentorella lungo il famoso sentiero Karol Woitila	a piedi	E	900	14	LAZIO Roma	AEV Pietro Peralice 3473036100	Anna Rita Luciani 3203926770
Domenica, 28 Aprile	Vulcano del Cimino e faggeta	Facile discesa, passando per la cima del Monte Cimino tra gli imponenti alberi e varie fioriture primaverile della faggeta Vetusta fino a raggiungere il Castello Orsini a Soriano	a piedi	E	500	10	LAZIO Viterbo	AEV Antonio Citti 3333982685	AV Daniela Pavel 3336783146

MAGGIO 2019

Mercoledì 1 / Domenica 5 Maggio	Viaggio nella terra delle Gravine	Si andrà alla scopertadei canyon più grandi d'Europa, ndove nacque la civiltà rupestre, nei dintorni di Taranto.La gravina di Laterza, di Ginosa di Castellaneta, di Mottola, Massafra e Taranto	a piedi	E			PUGLIA Taranto	AEV Gabriele Lamorgese 3292050056	Domenico De Bartolomeo 366/6121697
Mercoledì 1 / Domenica 5 Maggio	Parco Nazionale Monti Sibillini	Lungo week-end alla scoperta del Parco Nazionale dei Monti Sibillini	a piedi	E			MARCHE Ascoli Piceno	Piero Orsini 3887933718	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it

QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
Sabato 4 / Domenica 5 Maggio	Weekend a "Zompo lo schioppo" con pernottato in rifugio	Due giorni di escursioni nell'area della Riserva Naturale di Zompo lo Schioppo. L'altissima cascata e l'ambiente selvaggio della Riserva.	a piedi	E			ABRUZZO L'Aquila	AEV Anna Pigliautile 3495563373	Daniele D'Agostino 3383160985 AEV Fabio Piferi 3479002912
Sabato 4 / Domenica 5 Maggio	Week end riserva naturale Monte Rufeno	Si visita Villa Cahen ad Allerona, facendo un percorso circolare nel bosco attorno alla villa, si sale sulla vetta del Monte Rufeno, dormendo al casale "La Monaldesca"	a piedi	T/E	200 (1 giorno) 300 (2)	5 (1 giorno) 10 (2)	LAZIO Viterbo	AEV Raffaele Muti 3487410108	AV Roberto Mancardi 3771151795 AV Massimo Mondello tel.3383806802
Domenica 5 Maggio	Cima del Monte La Serra	Una escursione panoramica che partendo dal Valico Sant'Angelo ci porterà sulla montagna più a sud del gruppo del Nuria. Arrivati sulla cima del Monte La Serra (1607 mt) si ammira in tutta la sua bellezza il lago del Salto circondato da numerosi paesi e castelli che sono compresi nel territorio del Cicolano. Un panorama mozzafiato	a piedi	E	300	9	LAZIO Rieti	AEV Stefania Arcipreti 3395960815	AV Rita Bucchi 3391074453
Sabato, 11 Maggio,	Monte Soratte	Escursione agli Eremi del M.Soratte e visita al bunker antiatomico del governo italiano	a piedi	E	650	11	LAZIO Roma	AV Giovanni De Paola 3357389690	AEV Raffaele Muti 3487410105
Domenica, 12 Maggio	Monte Autore da Campo dell'Osso	Escursione ad anello sul Monte Autore con inizio da Campo dell'Osso	a piedi	E	600	11	LAZIO Roma	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Dario Acciarini 3479928328
Sabato, 18 Maggio	Monti della Tolfa Santa Severa (1^ tappa)	Escursione dai Monti della Tolfa al mare di Pyrgi con visita al Castello di Santa Severa e al Museo della Navigazione Antica	a piedi	E			LAZIO Roma	AEV Pietro Pieralice 3473036100	AEV Antonio Doddi 3334835117
Domenica, 19 Maggio	Il monte Nuria dal piano di Rascino	Percorso ad anello. Dai pianori carsici di Rascino e Cornino, impreziositi dagli omonimi laghetti, si risalgono le pendici del Nurietta attraverso fitte faggete e, infine, si raggiunge la vetta del Nuria (1888 m) attraversando uno splendido altipiano.	a piedi	E	900	13	LAZIO Rieti	AEV Giovanni Moriondo 3497587944	AV Fabio Bianchi 3332141677 AEV Edoardo Sermasi 3472123210
Domenica, 19 Maggio	Monti Ernici in terra di Ciociaria. Dal Convento di S. Lorenzo sopra Piglio	Sul mitico sentiero EI per salire in vetta al Monte Scalambra (1420 m). Ampie vedute sulla valle del Sacco, passando all'interno di una bella faggeta	a piedi	T/E	700	8	LAZIO Frosinone	AEV Anna Pigliautile 3495563373	AEV Pippo Moccaldi 3289123751 AEV Fabio Piferi 3479002912
Sabato, 25 Maggio	In treno+bici alla Feniglia di Orbetello	Si percorre un percorso ad anello partendo dalla stazione di Orbetello e ritorno, passando per la Feniglia. Le bici sono affittate sul posto. Possibilità di bagno e/o di lezione yoga	in bicicletta	T	0	22	TOSCANA Grosseto	AV Roberto Mancardi 3771151795	AV Massimo Mondello 3383806802
Domenica, 26 Maggio	Pineta di Castel Fusano	Una giornata dedicata al Litorale Romano, per conoscerne la storia e godere delle sue rinfrescanti e defatiganti bellezze	a piedi	T/E	0	10	LAZIO Roma	AEV Raffaele Muti 3487410105	Eliana Mancini 3394144637



QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
Domenica, 26 Maggio	Livata: i monti, i boschi, le doline e gli altopiani carsici dei Simbruini 	Escursione che permette di godere dei colori primaverili dei Simbruini. Escursione solidale a favore di Medici Senza Frontiere	a piedi	E	500	12	LAZIO Roma	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Dario Acciarini 3479928328

GIUGNO 2019

Sabato, 1 Giugno	Lago di Vico	Percorso ad anello, che partendo dal Fontanile in Località Canale, attraversa la suggestiva faggeta depressa del Monte Venere, passando per il Pozzo del Diavolo, scende al lago per risalire a Poggio Nibbio, fino a raggiungere la Via Francigena, per tornare al punto di partenza	a piedi	E	600	13	LAZIO Viterbo	AV Giovanni De Paola 3357389690	AEV Raffaele Muti 3487410105
Domenica, 2 Maggio	Monte Magnola	Dal piano del Ceraso con un giro ad anello saliremo alla vetta del monte Magnola 2223 mt con bellissimi panorami sul gruppo Velino Sirente In collaborazione con CRAL IMPS	a piedi	E	650	10	ABRUZZO L'Aquila	AEV Stefania Arcipreti 3395960815	AEV Riccardo Porretta 3387681857
Sabato, 8 Giugno	Monte Amaro di Opi - Parco Nazionale Abruzzo	Icona del Parco Nazionale d'Abruzzo. Dalla cima si gode uno stupendo panorama sulla Val Fondillo, sulla vallata verso il lago di Barrea e le cime circostanti del Monte Marsicano e della Serra delle Grevare.	a piedi	EE	800	10	ABRUZZO L'Aquila	AEV Maurizio Innocenzi 3386912097	AEV Antonio Doddi 3334835117
Domenica, 9 Giugno	Barbarano-Blera per pulizia sentieri	Lungo le Gole del Biedano a tratti aspre. Il bellissimo Ponte del Diavolo del II ^a secolo a.c., il Grotton del Mostro e i resti di antiche Mole. Porteremo via qualcosa che deturpa e inquina l'ambiente.	a piedi	T/E	300	10 c.a.	LAZIO Viterbo	AEV Anna Pigliatile 3495563373	Daniele D'Agostino 3383160985 AEV Fabio Piferi 3479002912
Sabato 15 / Domenica 16 Giugno	Nella terra degli orsi	Trekking di due giorni dedicato all'orso bruno Marsicano che in questo periodo si lascia osservare con relativa tranquillità, andremo alla scoperta della straordinaria natura del Parco Nazionale d'Abruzzo con il supporto di una guida professionista negli angoli più incontaminati alla ricerca della preziosa fauna che popola una delle più antiche aree protette d'Italia. In collaborazione con LA BETULLA di Civitella Alfedena	a piedi	E			ABRUZZO L'Aquila	AV Fabio Bianchi 3332141677	
Domenica, 16 Giugno	La Serra di Celano da Ovindoli	Una escursione che permette di ammirare tutta la bellezza dell'Appennino abruzzese		E	600	11	ABRUZZO L'Aquila	AEV Stefania Arcipreti 3395960815	AEV Dario Acciarini 3479928328
Domenica, 16 Giugno	Cascate di Cerveteri	Le Cascate di Cerveteri: un'escursione tra ruderi, torrenti e cascate naturali	a piedi	E	200	10	LAZIO Roma	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Fabio Piferi 3479002912

Estate





QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
Sabato 22 / Domenica 23, Giugno	Fine settimana tra Laga e Sibillini	Due escursioni, due parchi nazionali (Gran Sasso/ Monti della Laga, Monti Sibillini), un piccolo contributo all'economia delle zone colpite dal sisma nel 2016. Pernotamento ad Amatrice. In collaborazione con DEDALO TREK	a piedi	E			LAZIO Rieti	AEV Giovanni Moriondo 3497587944	AEV Marco Rosolia 3476705971
Domenica, 23 Giugno	Escursione nella Riserva Naturale del Monte Soratte	Sulla misteriosa montagna sacra che emerge come un'isola a Nord di Roma. Panorama a 360 gradi dai Monti Lucretili alla piana del Tevere, fino al Lago di Bracciano.	a piedi	T/E	300	8	LAZIO Roma	AEV Anna Pigliautile 3495563373	AEV Fabio Piferi 3479002912
Domenica, 30 Giugno	A piedi con Benedetto 	Traversata da Palestrina al ristorante "La Giara" sulla Via Prenestina passando per Galliciano ed il tracciato basolato della prenestina romana	a piedi	T/E	100	16	LAZIO Roma	AEV Pietro Pieralice 3473036100	AV Anna Rita Luciani 3203926770
LUGLIO 2019									
Venerdì 5 / Domenica 7 Luglio	Parco Nazionale Monti Sibillini	Lungo week-end alla scoperta del Parco Nazionale dei Monti Sibillini con i colori della fioritura	a piedi	E			MARCHE Ascoli Piceno	Piero Orsini 3887933718	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it
Sabato 6 / Domenica 7 Luglio	Terzo appuntamento con le stelle dell'estate. Week-end al rifugio di Roiate 	Il triangolo estivo. Giove nello Scorpione, Saturno nel Sagittario ed in tarda serata la Galassia di Andromeda. Esplorazione del Cielo profondo diretta, con binocoli	osservazione notturna	T			LAZIO Roma	AEV Fabio Piferi 3479002912	AEV Anna Pigliautile 3495563373
Sabato 6, Luglio	Valico Passaggio dell'Orso - Opi - Parco Nazionale Abruzzo, Lazio, Molise	Nel cuore del Parco, itinerario che risale la Val Fondillo; lungo il percorso si incontra la Grotta delle Fate.	a piedi	E	600	14	ABRUZZO L'Aquila	AEV Maurizio Innocenzi 3386912097	AEV Antonio Doddi 3334835117
Domenica 7, Luglio	Escursione ad anello del monte Cefalone, Ocre e Cagno	Percorso tra i più panoramici per ammirare tutti le catene montuose del centro Italia. Giro ad anello che può essere chiuso dopo aver raggiunto anche solo una o due delle 3 vette.		EE	1000	14	ABRUZZO L'Aquila	AEV Stefania Arcipreti 3395960815	AV Emilio Petri 3341197571
Domenica 14, Luglio	Il Monte Viglio (2156 m)	Monte Viglio, passando dal Gendarme del Viglio, richiede un po' di attenzione per via di un piccolo tratto da arrampicare (aggirabile volendo)	a piedi	E	850	13	LAZIO Frosinone	AEV Anna Pigliautile 3495563373	AEV Pippo Moccaldi 3289123751 AEV Fabio Piferi 3479002912

QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
Seconda metà di luglio	Settimana verde con Sentiero Verde	Nella seconda metà di Luglio, una settimana in montagna per divertirsi insieme con escursioni per tutti i gusti. Trasferimenti in pullmann. Destinazione e data di partenza da definire.	a piedi	T/E/EE	vari	vari		Per informazioni: Viviana Attili 3287875488	
Domenica, 21 Luglio	Monagne della Duchessa - il Murolungo	Dal pittoresco borgo di Cartore, risalendo per il ripido vallone della Fua, si raggiunge il pianoro che ospita il lago della Duchessa. Di qui si prosegue per la valle Fredda fino alla cresta e poi alla cima del Murolungo (2184m) una delle cime più alte e panoramiche nella zona del Velino. Ritorno per lo stesso percorso.	a piedi	EE	1250	15	ABRUZZO L'Aquila	AEV Giovanni Moriondo 3497587944	AV Daniela Pavel 3336783146
Domenica, 21 Luglio	Camminando nel torrente Saviano a San Vittorino	Partendo dal borgo di San Vittorino, si scende al torrente Saviano e lo percorreremo fino alla cascata, dove ci tufferemo per un bagno. Andremo, in seguito a perlustrare un antico ponte romano, sulla via Antira, che collegava Tibur a Praeneste.	a piedi	E	50	6	LAZIO Roma	AEV Gabriele Lamorgese 3292050056	Francesco Allevi 3357826062
Domenica, 28 Luglio	Monte Gennaro: vivere la montagna a due passi da Roma	Camminata parzialmente ad anello con partenza da Prato Favale	a piedi	E	450	10	LAZIO Roma	AEV Dario Acciarini 3479928328	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it
AGOSTO 2019									
Domenica, 4 Agosto	Monti Lucretili. Da Prato Favale a Fonte Campitello	A 30Km da Roma sotto Monte Gennaro, tra faggi secolari e quiete praterie montane, una facile passeggiata per fuggire dalla calura cittadina	a piedi	T	250	8	LAZIO Roma	AEV Fabio Piferi 3479002912	AEV Anna Pigliautile 3495563373
Domenica, 4 Agosto	Anello del Serrone	Sentiero a ridosso dei versanti laziale ed abruzzese del PNALM. Anello che interessa tutti gli ambienti peculiari del parco tra faggete radure e creste.	a piedi	EE	1200	18	ABRUZZO L'Aquila LAZIO Frosinone	AEV Stefania Arcipreti 3395960815	AV Emilio Petri 3341197571
Giovedì, 15 Agosto	Cascate di Castel Giuliano	Escursione alle cascate di Castel. Giuliano e alla valle delle Ferriere	a piedi	E	400	11	LAZIO Roma	AV Giovanni De Paola 3357389690	AEV Raffaele Muti 3487410105
Domenica, 18 Agosto	Camminata nel torrente Farfa	Si cammina nel torrente Farfa, ai piedi dell'abbazia che visiteremo prima di entrare in acqua	a piedi	E	50	7	LAZIO Rieti	AEV Gabriele Lamorgese 3292050056	Francesco Allevi 3357826062
Domenica, 25 Agosto	Parco dei Monti Simbruini. Percorso ad anello nei boschi da Campo dell'Osso	Piacevole escursione nella fresca faggeta tra cavalli e belle vedute percorso ad anello fino a Campaegli, tornando per la valle Maiura	a piedi	E	300	15	LAZIO Roma	AEV Anna Pigliautile 3495563373	AEV Fabio Piferi 3479002912

QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
Sabato, 31 Agosto	Via Francigena da Sutri a Capranica, fino alle Torri di Orlando	L'escursione inizia con la visita al Mitreo e allo Anfiteatro di Sutri. Il percorso è tra i più affascinanti del tratto laziale: sentierini nascosti, forre, ruscelli, ponti e cascate, si alternano fino al nostro arrivo a Capranica	a piedi	E	400	16	LAZIO Viterbo	AEV Raffaele Muti 3487410105	AV Giovanni De Paola 3357389690
SETTEMBRE 2019									
Domenica, 1 Settembre	48° corso base di escursionismo	Utilissimo per andare in escursione in autonomia e sicurezza, necessario per conseguire il titolo di Accompagnatore Escursionistico Volontario. Aperto ai soci Federtrek. articolato su quattro week end non consecutivi. Minimo 10 iscritti entro fine mese.						Info e prenotazioni: antonio.citti@libero.it	
Domenica, 1 Settembre	Cima delle Malecoste	Impugnativa escursione con alcuni tratti esposti sul versante accidentale del G.Sasso passando sotto la cima del Cefalone e del pizzo Wojtyla. In collaborazione con CRAL IMPS	a piedi	EE	900	11	ABRUZZO L'Aquila	AEV Stefania Arcipreti 3395960815	AEV Riccardo Porretta 3387681857
Domenica, 8 Settembre	Sua Maestà Il M.Viglio (2156m)	Senza dubbio la salita al M.Viglio dal Valico di Serra S.Antonio è tra i più bei sentieri da per correre nel Parco dei Monti Simbruini. L'unico momento di relativa difficoltà è il superamento del passo del Gendarme.	a piedi	E/EE	850	13	LAZIO Frosinone	AEV Gabriele Lamorgese 3292050056	AEV Raffaele Muti 3487410105 Elia Mancini 3394144637
Domenica, 8 Settembre	Il Viandante Europeo	Escursione lungo il sentiero Europeo E/1: traversata da Roiate a Piglio	a piedi	T/E	300	11	LAZIO Roma	AEV Pietro Peralice 3473036100	Anna Rita Luciani 3203926770
Sabato 14 / Domenica 14 Settembre	Traversata da Monteflavio fino a Fonte Campitello	Weekend in tenda con partenza da Monteflavio fino a Fonte Campitello. Poi da Valle Cavalera si scende a Prato Favale In collaborazione con G.E.P.	a piedi	EE	400	10+10	LAZIO Roma	AEV Anna Pigliatile 3495563373	AEV Alessia Cella 3493116855 Daniele D'Agostino 3383160985
Domenica, 15 Settembre	Via Francigena	Partendo da S.Lorenzo Nuovo si raggiunge il Tempio Etrusco di Monte Landro, La chiesa ottagonale di S.Giovanni e il vecchio abitato di S.Lorenzo, percorrendo l'antica via Francigena.	a piedi	E	100	14	LAZIO Viterbo	AEV Gabriele Lamorgese 3292050056	Luigi Catena 3290448968
Domenica, 22 Settembre	Monti Ernici il Pizzo Deta	Un bellissimo percorso ad anello, dal pianoro di Prato di Campoli al Pizzo Deta (2068 m), la vetta più caratteristica dei Monti Ernici	a piedi	E	1000	12	LAZIO Frosinone	AEV Giovanni Moriondo 3497587944	AEV Stefania Arcipreti 3395960815
Domenica, 22 Settembre	Tuscia Meridionale - Riserva Naturale di Monterano	Tra boschi, canion, grotte e fenomeni vulcanici si arriva alla città abbandonata di Monterano. Ambiente affascinante, immerso nella natura e ricco di storia	a piedi	T	100	8	LAZIO Roma	AEV Fabio Piferi 3479002912	AEV Anna Pigliatile 3495563373

Autunno





QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
Domenica, 22 Settembre	A piedi con Benedetto 	Due escursioni con trasferimento in pullman: da Palestrina a Poli e dalla Mentorella a Poli. Escursioni sui Monti Prenestini con partecipazione alla Festa dell'Ospitalità in occasione della ricorrenza del santo patrono Eustachio che si tiene a Poli.	a piedi	E T/E	700 480	8 9	LAZIO Roma	AEV Pietro Pieralice 3473036100	AEV Maurizio Innocenzi 3386912097 AEV Antonio Doddi 3334835117
Sabato 28 / Domenica 29 Settembre	I combattimenti dei cervi	Per gli amanti della fotografia naturalistica e dell'escursionismo, questa magnifica due giorni porterà gli escursionisti in luoghi abitualmente frequentati da questo elegante animale, si tenterà di osservarli e fotografarli nel loro habitat naturale. Quasi certo l'avvistamento di branchi di cervi, possibile l'avvistamento di accoppiamenti e combattimenti di questo elegante ungulato. In collaborazione con LA BETULLA di Civitella Alfedena	a piedi	E			ABRUZZO L'Aquila	AV Fabio Bianchi 3332141677	
OTTOBRE 2019									
Sabato 5 / Domenica 6 Ottobre	Quarto appuntamento con le stelle dell'autunno. Week-end al rifugio di Roiate 	La galassia di Andromeda. Il grazioso Delfino ed il Cigno. Esplorazione del Cielo profondo diretta e con binocoli astronomici. Domenica mattina passeggiata nei dintorni. Max 10 posti	osservazione notturna	T			LAZIO Roma	AEV Fabio Piferi 3479002912	AEV Anna Pigliatile 3495563373
Domenica, 6 Ottobre	Monte Terminillo	Classica escursione sui Monti Reatini percorrendo la lunga cresta sassetelli fino alla vetta del Terminillo 2217 mt	a piedi	E	600	12	LAZIO Rieti	AEV Stefania Arcipreti 3395960815	AEV Gabriele Lamorgese 3292050056
Domenica, 6 Ottobre	Monti della Tolfa - Santa Severa (2ª tappa)	Escursione dai Monti della Tolfa al mare di Pyrgi con visita al Castello di Santa Severa e al Museo della Navigazione Antica	a piedi	E			LAZIO Roma	AEV Pietro Pieralice 3473036100	AEV Antonio Doddi 3334835117
Domenica, 13 Ottobre	Giornata del Camminare a San Gregorio da Sassola	Un breve tratto del Sentiero della Pace tra gli imponenti ruderi degli acquedotti romani e resti di antiche mole fino al caratteristico paese di S. Gregorio	a piedi	T	200	7	LAZIO Roma	AEV Anna Pigliatile 3495563373	AEV Fabio Piferi 3479002912
Martedì, 15 Ottobre	Parco Nazionale d'Abruzzo: Monte Marcolano	Alla scoperta di luoghi poco frequentati della Marsica, nel Parco Nazionale d'Abruzzo	a piedi	E	700	13	ABRUZZO L'Aquila	AEV Pippo Moccaldi 3289123751	AEV Francesco De Angelis 3282048725

QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
Sabato, 19 Ottobre	In cammino verso Roma sulla Via Francigena: da Montefiascone a Viterbo	Continua il nostro cammino verso Roma, quarta tappa: da Montefiascone a Viterbo, con sosta alle Terme del Bagnaccio	a piedi	T/E	100+/400-	17	LAZIO Viterbo	AEV Raffaele Muti 3487410108	AV Roberto Mancardi 3771151795 AEV Gabriele Lamorgese 3292050056
Domenica, 20 Ottobre	Il Monte Autore (1854m)	Parco dei Monti Simbruini. Da Campo dell'Osso costeggiando Monna dell'Orso fino alle vedute e poi sulla vetta dell'Autore	a piedi	T/E	400	8	LAZIO Roma	AEV Anna Pigliautile 3495563373	AEV Fabio Piferi 3479002912
Domenica, 20 Ottobre	Rocca Calascio: le suggestioni di un paesaggio medievale	Percorso ad anello da Santo Stefano di Sessanio a Rocca Calascio		E	400	12	ABRUZZO L'Aquila	AEV Silvano Bistoni 064450245 dalle 20 alle 22, 3472920818 silvanobi@libero.it	AEV Dario Acciarini 3479928328
Domenica, 20 Ottobre	Monte Tranquillo - Pescasseroli (AQ) - Parco Nazionale Abruzzo	Classico itinerario che, attraversando radure e faggete, arriva fino al Santuario della "Madonna Nera" di Monte Tranquillo.	a piedi	E	500	11	ABRUZZO L'Aquila	AEV Maurizio Innocenzi 3386912097	AEV Antonio Doddi 3334835117
Domenica, 20 Ottobre	Monte Navegna da Ascrea	La vetta che si eleva tra i due laghi del Salto e del Turano; un magnifico punto panoramico dal quale si possono ammirare le più importanti catene dell'Appennino Centrale	a piedi	E	950	12	LAZIO Rieti	AEV Stefania Arciprete 3395960815	AV Daniela Pavel 3336783146
Sabato 26 / Domenic 27 Ottobre	Fine settimana al Parco Nazionale Abruzzo Lazio e Molise - Val Canneto	Un fine settimana immersi nella natura, con partenza da Roma il sabato visiteremo il Santuario della Madonna di Val Canneto e raggiungeremo a piedi il lago che non è un lago nella Riserva Naturale di Posta Fibreno, visiteremo il paese di Alvito con escursione dal Castello alla Fossa Maiura e ritorno. Cena e pernottamento a San Donato Val di Comino nell'agriturismo fattoria didattica Le Case Marceglie e la domenica cammineremo dalla Madonna di Val Canneto al Valico lungo il sentiero delle cascate di S.Giovanni Paolo II, immersi nella natura tra gli splendidi colori dell'autunno. Rientro a Roma in serata	a piedi	E	max 650	max 15	LAZIO Frosinone	AEV Antonio Citti 3333982685	AV Rita Bucchi 3391074453

NOVEMBRE 2019

Venerdì 1 / Domenica 3, Novembre	Costiera Amalfitana: gradini e limoni	Qualche giorno ad apprezzare il fascino autunnale della Divina Costiera.	a piedi	E			CAMPANIA Salerno	AEV Pippo Moccaldi 3289123751	AEV Francesco De Angelis 3282048725
Domenica, 10 Novembre	Monti Prenestini: Panoramicissimo Trekking ad Anello da Ciciliano a Guadagnolo	Partenza dal Passo della Fortuna, una volta in cima al Monte Spina Santa si può godere di uno splendido panorama sulle catene montuose minori dell'antiappennino della Provincia di Roma. Ritorno dal Sentiero dei Pellegrini	a piedi	E	800	16	LAZIO Roma	AEV Antonio Doddi 3334835117	AEV Raffaele Muti 3487410108 Eliana Mancini 3394144637

QUANDO	DOVE	COSA	TIPOLOGIA	DIF	DISL (m)	KM	REGIONE	ACCOMPAGNATORE	COLLABORATORI
Domenica, 10 Novembre	Tuscia Meridionale. Il Monumento Naturale della Caldara di Manziana	Facile passeggiata in un ambiente dal fascino unico con i caldi colori dell'autunno. Un ecosistema e un microclima complessi e caratterizzati da elementi unici	a piedi	T	0	6	LAZIO Roma	AEV Fabio Piferi 3479002912	AEV Anna Pigliautile 3495563373
Domenica, 10 Novembre	I Prati e le faggete del Sirente	Suggestiva camminata ai piedi del Sirente da Fonte dell'Acqua a Fonte Anatella con i colori dell'autunno	a piedi	E	300	16	ABRUZZO L'Aquila	AEV Dario Acciarini 3479928328	AEV Stefania Arcipreti 3395960815
Sabato, 16 Novembre	Monti Lepini - il Monte Lupone	Percorso ad anello da Ospitaletto di Norma, con splendide vedute verso la piana pontina e sulle cime dei Lepini. In collaborazione con DEDALO TREK	a piedi	E	850	13	LAZIO Roma	AEV Giovanni Moriondo 3497587944	AEV Marco Rosolia 3476705971
Sabato, 16 Novembre	San Giovenale Luni sul Mignone	Programma da definire	a piedi	T/E			LAZIO Viterbo	AEV Pietro Pieralice 3473036100	AEV Antonio Doddi 3334835117
Domenica, 17 Novembre	Festa dell'olio nuovo di Roiate 	Escursione solidale a favore di Roiate in Progress. In collaborazione con ROIATE IN PROGRESS	a piedi	T/E			LAZIO Roma	AEV Pietro Pieralice 3473036100	Anna Rita Luciani 3203926770
Domenica, 24 Novembre	Salita al Monte Pellicchia con partenza da Orvino (Loc. Pratarelle)	Una via alternativa (poco conosciuta) per la salita alla cima del Monte Pellicchia, altrettanto bella e panoramica di quella classica. Partendo dalla Loc. Le Pratarelle si percorre un tratto del cammino di S.Benedetto	a piedi	E	600	15	LAZIO Rieti	AEV Raffaele Muti 3487410105	AV Roberto Mancardi 3771151795 Elia Mancini 3394144637
Domenica, 24 Novembre	Cervara: la città degli artisti	Una città densa di opere d'arte e i suoi bellissimi monti	a piedi	E	350	9	LAZIO Roma	AEV Dario Acciarini 3479928328	Rita Bucchi 3391074453
Sabato, 30 Novembre	Escursione solidale 	Escursione per tutti a favore dei progetti di sostegno a distanza in Madagascar di Mais ONLUS. In collaborazione con MAIS- Movimento per l'Autosviluppo Internazionale nella Solidarietà	a piedi	T			LAZIO Roma	AEV Antonio Citti 3333982685	

DICEMBRE 2019

Domenica, 1 Dicembre	Cerveteri - 11^ Festa dell'Olio Nuovo con escursione in territorio cerite	Escursione intorno a Cerveteri (mattina) e conclusione della giornata con visita agli stand in piazza Santa Maria: assaggio olio, vino e gastronomia. In collaborazione con OGNIQUOTA	a piedi	T			LAZIO Roma	AEV Pietro Pieralice 3473036100	AEV Antonio Doddi 3334835117
Domenica, 15 Dicembre	Bike: Pineta e Mare d'Inverno a Ostia	In bicicletta nel Parco del Litorale Romano: dalla Stazione di Ostia Antica a quella di Castel Fusano, percorrendo il Lungomare e i più sentieri all'interno della Pineta	in bicicletta	T	0	25	LAZIO Roma	AEV Raffaele Muti 3487410105	Ferdinando Ladedda 3491994932

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise

le case. marcieglie



ristorazione - pernotti - didattica - escursioni - degustazioni - artigianato

L'agriturismo situato nella suggestiva Val di Comino, con i suoi 20 posti letto

è il luogo ideale dove trascorrere pienamente il contatto con la natura.

La fattoria didattica, le tante escursioni possibili, i vicini luoghi di cultura,

i sapori della tavola e la cordialità, sono gli ingredienti eccellenti della struttura.

... vorremmo che tutti sentissero questa nostra terra come casa loro.

Le Case Marcieglie

San Donato Val Comino (FR)

Via Pietracquara, 61

Info e contatti:

Elisa Cedrone (AEV)

3283182068

Rita Cedrone

3314306126

info@lecasemarcieglie.com

www.lecasemarcieglie.com



Agevolazioni per i soci FederTrek

IL NOSTRO STAFF

Presidente: Pietro Pieralice

Vicepresidente: Raffaele Muti

Segretaria: Viviana Attili

Segretaria/Tesoriera: Orietta Capitanata

Consiglieri: Dario Acciarini, Giovanni Moriondo, Gianfranco Gabriele, Santina Mancini, Antonio Citti

Consigliere regionale: Francesco Senatore

Webmaster: Fabio Piferi

E tutti gli Accompagnatori Volontari che troverete come responsabili delle escursioni e delle attività di Sentiero Verde in questo programma e nel sito www.sentieroverde.org.

RICORDIAMO CHE

Sentiero Verde non fa pagare una propria tessera ma la tessera Federtrek valida per un anno dal giorno del rilascio e comprensiva di assicurazione (15 euro). Tutti i soci Federtrek sono benvenuti.

Le escursioni sono riservate ai Soci in regola con la quota di tesseramento annuo.

Per ogni escursione è previsto un contributo istituzionale a favore dell'associazione.

Le spese di trasporto vanno suddivise tra i partecipanti (escluso il proprietario dell'auto messa a disposizione) e ogni altra spesa individuale inerente l'iniziativa è comunicata in anticipo (es. ticket ingresso ad un museo, ecc.).

Sentiero Verde è una Associazione di promozione sociale e costituita da volontari. Gli Accompagnatori responsabili possono e devono escludere dalla partecipazione alle iniziative chi può mettere in pericolo la sicurezza dei soci, naturalmente per validi motivi come attrezzature o abbigliamento o preparazione inadeguati, su proprio insindacabile giudizio. Non siamo responsabili per ogni problematica non comunicata all'Accompagnatore all'atto dell'adesione e comunque prima della partenza.

Sentiero Verde promuove la tutela dell'Ambiente e invita tutti i partecipanti a non modificare in alcun modo il territorio durante i percorsi, a non disturbare la fauna e non arrecare danno alla flora, a non prelevare piante, rocce o fossili, salvo diversa indicazione.

Tutti i soci possono diventare protagonisti inviando le proprie idee e proposte, così come critiche e segnalazioni, alla segreteria: sentieroverde30@gmail.com, tel. 3774294453.

Iniziative annuali di Sentiero Verde (info sul sito e sulle pagine Fb)

SETTIMANA BIANCA, FESTA DI PRIMAVERA, SETTIMANA VERDE, FESTA D'INVERNO

Partecipa alle iniziative Federtrek FESTA DELLA NEVE e GIORNATA DEL CAMMINARE e all' ARBOR DAY con il Centro Educazione Ambientale del V Municipio di Roma

Sostiene il progetto ADOTTA UN ALBERO in Madagascar con il MAIS

Sostiene il progetto INSIEME SI PUO' con IL CAMMINO POSSIBILE

Sostiene il progetto LA FATTORIA DIDATTICA di Casa Calda con la Coop soc ASSALTO AL CIELO

Sostiene il progetto del CTS per la tutela dell'Ambiente

Sostiene il progetto del WWF per i corridoi ecologici a Roma Sud-Est

Seguici su:

  @thegreenboardcompany


GBOARD
MONOPATTINI DI LUSO

GREENBOARD

MOVE FAST, MOVE GREEN



Per la montagna e per la città.
Scegli il monopattino più adatto a te.