



Associazione affiliata



FederTrek
Escursionismo e Ambiente

ETS-APS www.sentieroverde.org



Abbazia di Sant'Antimo



San Quirico D'Orcia



Bagno Vignoni

WEEKEND IN VAL D'ORCIA

VENERDI' 17 -SABATO 18 – DOMENICA 19

MAGGIO 2019

(con possibilità di raggiungere il gruppo anche
sabato 18)



PERCORRENDO LA VIA FRANCIGENA

DA SAN QUIRICO D'ORCIA

A

RADICOFANI

1 tappa del percorso sino a Roma, con digressione all'Abbazia di Sant'Antimo.

Nel percorso incontreremo i più significativi borghi della Val d'Orcia, **patrimonio mondiale dell'umanità** :

- San Quirico d'Orcia;
- Bagno Vignoni
- Castiglione d'Orcia
- Radicofani

PRENOTAZIONI

AEV Roberto MANCARDI tel. 3771151795 – Email robi.mancardi@libero.it.

AEV Raffaele MUTI tel. 3487410105

N.B. Prenotarsi in tempo, massimo entro il 10 Maggio 2019.



APPUNTAMENTI: Partenza da ROMA

Appuntamento A : Venerdì 17 Maggio 2019, ore 8.30, uscita stazione metro B Conca d'Oro, angolo tra via Martana e Via Conca d'Oro, davanti bar Conca d'Oro **Roberto MANCARDI tel. 3771151795**

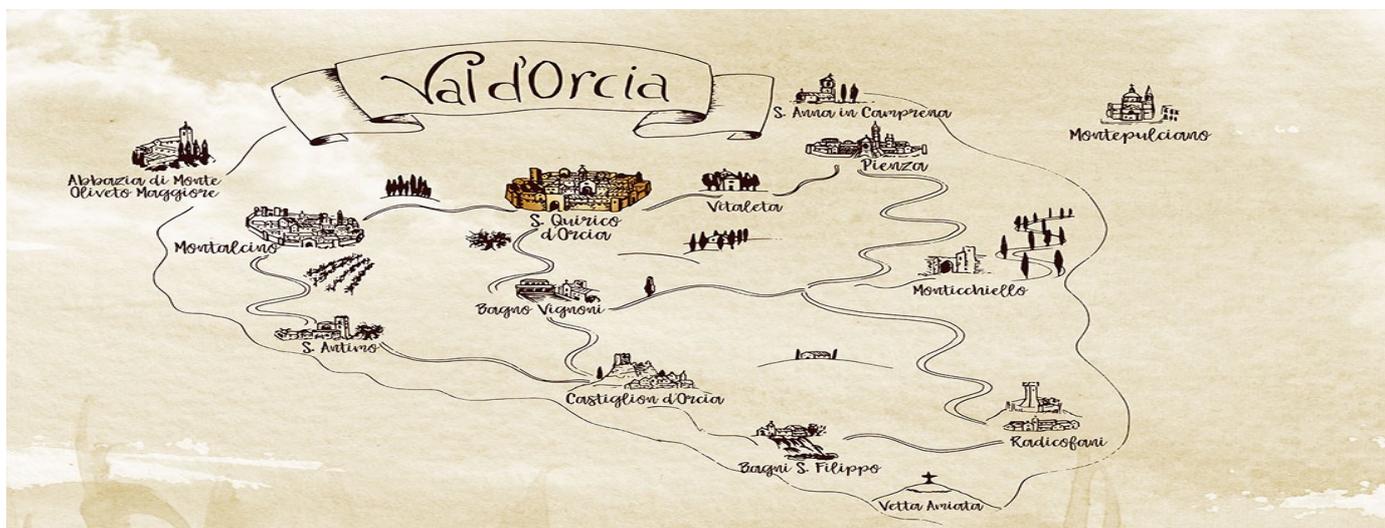
Appuntamento B : Venerdì 17 Maggio ore 8.30, Bar Mac Donald's Circonvallazione Cornelia-fermata metro A Cornelia.- **Raffaele MUTI tel. 3487410105**

VAL D'ORCIA

Appuntamento C. nella serata di Venerdì 17 Maggio a Castiglione d'Orcia.

Appuntamento D: Sabato 28 Maggio ore 10.30 San Quirico d'Orcia Piazza della Libertà davanti Bar Centrale. Tenere conto che ci vogliono 2 – 2.30 ore per venire da Roma

PROGRAMMA ED ITINERARIO



Venerdì 17 – Digressione dal percorso ufficiale della via Francigena per visitare l'abbazia romanica di Sant'Antimo, fondata, secondo la leggenda, da Carlo Magno nel 761 nel suo ritorno da Roma. Raggiungeremo il passo del Lume Spento e l'azienda agrituristica "Il Cocco" in automobile, quindi inizieremo un percorso a piedi di circa 6 Km, tra andata e ritorno, arrivando all'abbazia. Sabato 18 e Domenica 19, percorreremo la via Francigena da San Quirico d'Orcia a Radicofani. La tappa, in totale circa 30 km, viene divisa in due, in modo di avere il giusto tempo per apprezzare il paesaggio e la bellezza delle cittadine incontrate.

Sabato 18 da San



Quirico d'Orcia a Castiglione

d'Orcia, difficoltà T, Km 9, dislivello in salita 250m, in discesa 200m, durata 5 ore comprese le soste per visitare i paesi e per il pranzo al sacco. **Domenica 19**,

dalla località Gallina, che raggiungeremo con le auto, a Radicofani :difficoltà E, km 15

circa,

dislivello in salita 450 m, durata

6 ore, comprese le soste. Entrambi i percorsi non richiedono un particolare allenamento e non presentano dislivelli rilevanti, fatta eccezione per l'impegnativa salita per raggiungere RADICOFANI.

ALLOGGIO Gli accompagnatori alloggeranno a Castiglione d'Orcia presso il B&B Le Rocche(tel 3403848700 Rif. Sig.ra Daniela). Ogni partecipante, può autonomamente decidere se alloggiare in detta struttura o scegliersi altra location (sempre in zona)..In entrambi i casi, i PARTECIPANTI DOVRANNO FARSI CARICO DI PRENDERE ACCORDI DIRETTI, con la Direzione della STRUTTURA, QUALUNQUE sia quella prescelta. Gli Accompagnatori non avranno alcun ruolo sia nella prenotazione che nella definizione dei costi dei pernottamenti e delle eventuali cene. Pertanto gli Accompagnatori, non chiederanno e tantomeno potranno ricevere, somme di denaro a qualsiasi titolo, ad ECCEZIONE di quelle dovute ALL'ASSOCIAZIONE per l'organizzazione delle escursioni giornaliere. EFFETTUATE NEL CORSO DEI 3 GIORNI DI ESCURSIONE.

COSTI

- Contr  ibuto per l'associazione organizzatrice, 24€, ossia 8 € per giornata.

La gita sociale è riservata ai soci in regola con il tesseramento

- Tessera Federtrek, in corso di validità, obbligatoria **15 €**, se non posseduta (durata 365 giorni). Dare preventiva comunicazione agli Accompagnatori che occorre fare/rinnovare la Tessera – **Spostamento con mezzi propri** : Spese di carburante e di autostrada, divise per i trasportati di ciascuna auto, escluso il **conducente (salvo diversi accordi)**

PRANZO (in Escursione): Al sacco a carico dei partecipanti.



COSA PORTARE(in Escursione): Zaino giornaliero, scarpe da trekking obbligatoriamente alte alla caviglia, abbigliamento a strati con indumenti traspiranti e antivento, mantellina antipioggia, torcia frontale, borraccia, 1,5 l di acqua

Le attività potranno essere annullate o variate a insindacabile giudizio dell'accompagnatore senza penalità alcuna. Gli accompagnatori sono volontari e non percepiscono compensi; agli stessi potranno essere riconosciute le spese inerenti le attività dell'associazione. Ogni Escursionista è obbligato a comunicare, nella maniera più riservata possibile agli Accompagnatori, eventuali patologie/problematiche di cui fosse portatore , che potrebbero manifestarsi nel corso dell'escursione, al fine di prevenire incidenti che potrebbero causare problemi per la propria e altrui incolumità. . La mancata comunicazione, costituisce grave violazione delle norme sull'accompagnamento .Grazie.