

DOMENICA 19 GENNAIO 2020 ore 12

MONTI LEPINI

POLENTATA DI SANT'ANTONIO A SUPINO (FR)

E ALL' INSEGNA DEL "FAMOLO STRANO" BREVE ESCURSIONE POMERIDIANA DIGESTIVA SUL

MONTE MALAINA M.1480

con il Camminastorie e la polenta letteraria di Mario Rigoni Stern



Ore 8 appuntamento a Roma M Rebibbia (Bar Antico Casello)

Arrivo a Supino e visita in libertà della cittadina ciociara

Ore 12 distribuzione gratuita di polenta e salsiccia fumanti in piazza San Nicola a cura dei volontari della ProLoco

Ore 13 trasferimento in auto sul pianoro di Santa Serena

Ore 14 partenza escursione panoramica sul Monte Malaina (**dislivello 430 metri durata 3 ore a/r diff. E lunghezza 6 km**)

Termine escursione entro il tramonto (ore 17 circa)

“La polentata di Sant’Antonio Abate è uno degli eventi rituali rimasti nel nostro paese. La domenica successiva al 17 di gennaio, in onore del Santo, vengono posizionati in piazza, in forma circolare, 17 pentole di rame, chiamate in dialetto callare e vengono cotti due quintali di farina gialla. La polenta viene prima benedetta e poi distribuita ai presenti.”

Attenzione: la polenta verrà distribuita su contenitori portati direttamente dai convenuti (esclusi i piatti di plastica). Consigliata la classica scifetta di legno o contenitori di altro materiale compatibile. Non dimenticate il cucchiaino o altra posata! Si mangia in piedi. Al termine del pasto i contenitori utilizzati potranno essere depositati in auto prima di iniziare l’escursione.

INIZIATIVA RISERVATA AI SOCI FEDERTREK IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO (Costo tessera 15 euro valida 365 giorni).

E' necessario comunicare il numero di tessera al momento della prenotazione; la stessa deve essere esibita alla partenza dell' escursione.

COSA PORTARE: Zaino, giacca a vento, pile o felpa, **scarpe da trekking alte alla caviglia (obbligatorie)**, cappello, guanti, borraccia acqua, indumenti di ricambio da lasciare in auto, torcia (opportuna trattandosi di escursione al crepuscolo), utili i bastoncini. Eventuali generi alimentari a discrezione individuale.

TRASPORTO: con auto private messe a disposizione dai partecipanti (l'autista non paga carburante e autostrada salvo diversi accordi).

CONTRIBUTO ATTIVITA' SOCIALE: 8 euro (contributo a favore dell'Associazione per copertura delle spese organizzative, gli accompagnatori non percepiscono compensi).

SECONDO APPUNTAMENTO: ore 10 in piazza Kennedy, all'entrata del paese di Supino (FR), previo accordo con gli accompagnatori.

N.B.: l'iniziativa può subire variazioni di programma per motivi di sicurezza o per maltempo, ad insindacabile giudizio degli accompagnatori. Il partecipante che soffra di particolari patologie mediche che possano influire sulla propria o altrui sicurezza è pregato di darne avviso agli accompagnatori.

Info e prenotazioni (entro le ore 13 di sabato 18) :

AEV MAURO CALANDRINO 3398681521

AEV DARIO ACCIARINI 3479928328