



www.sentieroverde.org



TREK SULLA VIA FRANCIGENA con SENTIERO VERDE



SABATO 28 NOVEMBRE 2020 DA CAPRANICA A MONTEROSI

**Un'altra tappa del nostro cammino verso Piazza San Pietro.
Continua il percorso iniziato a San Quirico d'Orcia.**



Descrizione dell'escursione : lasceremo le auto al parcheggio di Monterosi in via Mazzini (subito dopo Largo Carlo Alberto Della Chiesa, a destra) e ci recheremo alla fermata del bus Cotral, che utilizzeremo per raggiungere le porte di Capranica. Inizieremo quindi la nostra escursione, percorrendo un bellissimo e selvaggio bosco lungo il fosso Mazzano, che attraverseremo più volte su ponticelli di legno, raggiungendo infine l'abitato di Sutri. Qui potremo ammirare l'anfiteatro romano dall'alto di Villa Savorelli, nei cui giardini consumeremo il pasto al sacco.. Quindi, dopo un tratto su strada asfaltata, in cui dovrà essere osservata la massima attenzione, ci immetteremo in un tranquillo percorso su strada sterrata, sino ad arrivare alle sponde del bel lago di Monterosi e all'omonima cittadina.

**Dati tecnici: lunghezza 17 Km circa; dislivello in salita 100 m, in discesa 200 m ;
livello di difficoltà dell'escursione E Durata Cammino 5 H soste escluse**

Informazioni e prenotazioni: AEV Roberto Mancardi 3771151795; WhatsApp 3332872279 ; e-mail robi.mancardi@libero.it. AEV Eliana Mancini 3394144637 ; e-mail mancini.eliana@virgilio.it

Appuntamento: l'incontro con gli accompagnatori sarà direttamente al parcheggio di Monterosi in via Carlo Alberto Della Chiesa alle 8.45. **In base alle norme sul distanziamento sociale, sulla stessa macchina è possibile trasportare persone conviventi senza limite, nel rispetto ovviamente del numero di posti omologati; due persone non conviventi sul sedile posteriore, alle due estremità del sedile e dotate di mascherina.** L'accompagnatore è disponibile a mettere in contatto gli escursionisti prenotati per condividere il passaggio in auto.

Per partecipare all'escursione con i mezzi pubblici: raggiungere, in auto o in treno urbano della Roma Nord da Piazzale Flaminio, il capolinea Cotral di Saxa Rubra. Prendere il bus per Viterbo delle ore 8.30 sino a Capranica (a Monterosi saliranno gli altri escursionisti giunti in auto). Per il ritorno da Monterosi verso Roma Saxa Rubra ci sono diverse possibilità (16.20-16.55-17.10-17.20)

Costi dell'escursione: quota gita € 8 ma per bambini e ragazzi fino a 18 anni, l'escursione è gratuita, anche se devono essere accompagnati da genitori o loro delegati. Per partecipare all'escursione è obbligatoria la tessera Federtrek. La tessera costa 15 euro (5 € per i minori), ha la durata di un anno dall'emissione e consente di partecipare a tutte le proposte della nostra associazione ed anche delle altre associazioni federate. Per la prima iscrizione o per il rinnovo seguire la procedura indicata sul sito di Sentiero Verde (www.sentieroverde.org).



Cosa Portare: Zaino giornaliero, scarpe da trekking, abbigliamento a strati con indumenti traspiranti e antivento, mantellina antipioggia, borraccia (almeno 1,50 L di acqua); consigliati i bastoncini. Pranzo al sacco a carico dei partecipanti. **E' fatto divieto di scambiarsi cibo o acqua, durante l'escursione.**

Norme per l'emergenza sanitaria : **Non** partecipare all'escursione se si lamentano sintomi di infezioni respiratorie (febbre, tosse, raffreddore) oppure se si ha avuto contatti con persone affette da COVID nei 15 giorni precedenti l'escursione. **Portare** con sé una mascherina più una di ricambio e indossarla durante il percorso, ad eccezioni di alcuni tratti più impegnativi in cui dovrà essere osservata la distanza interpersonale di almeno 2 m. Inoltre **portare** con sé una soluzione igienizzante per le mani.