



DOMENICA 14 MARZO

Riserva Naturale del Lago di Vico: "Monte Fogliano e l'Eremo di San Girolamo"



Escursione bella e impegnativa che, attraverso un percorso di circa 21 km tra boschi di faggio, ambienti paludosi, boschi di cerro e antichi castagneti, ci porterà al suggestivo Eremo di San Girolamo, immerso nella splendida faggeta di Monte Fogliano.

Partiremo da Fonte Canale, percorreremo la faggeta alla base di Monte Venere e, dopo un breve tratto di strada asfaltata, raggiungeremo Località Cerreto,

dove potremo osservare l'avifauna acquatica. Proseguiremo costeggiando la palude delle Pantanacce, uno degli ambienti più belli della Riserva, per poi affrontare una ripida e impegnativa salita che ci permetterà di raggiungere il sentiero CAI n.103 con il quale, passando per Croce di San Martino, raggiungeremo l'Eremo di San Girolamo.

Lo stesso percorso ci ricondurrà a Croce di San Martino e da qui ci avvieremo lungo la "strada di mezzo", il sentiero che, correndo a metà costa nel bosco di cerro, ci offrirà stupendi panorami sul lago di Vico, riportandoci infine a Fonte Canale.



Informazioni e prenotazioni: telefonare a
AEV Eliana Mancini 3394144637 (dalle h. 15 ,00)
AEV Nando La Deda 3491994932

Appuntamento: H.9,15 Bar Rio Vicano, Ronciglione SP1, 8.

Dati tecnici: lunghezza 21 Km circa; dislivello cumulativo circa 500 m; livello difficoltà dell'escursione E; Durata cammino 6 H soste escluse

COSA PORTARE : Scarpe da trekking e abbigliamento comodo a strati, mantellina antipioggia all'occorrenza, acqua e pranzo al sacco, un telo per sedersi a terra, mascherina anti-covid, gel disinfettante.

CONTRIBUTO PARTECIPAZIONE: è previsto un contributo di €10 a favore dell'associazione per copertura delle spese organizzative

INIZIATIVA RISERVATA AI SOCI FEDERTREK IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO.

Costo tessera 15 euro, 5 euro per i minori di 18 anni – valida 365 giorni. Il numero di tessera deve essere comunicato all'atto della prenotazione. La tessera va sottoscritta online almeno una settimana prima dell'escursione, istruzioni cliccando su questo link <https://www.sentieroverde.org/wordpress/> Non è più possibile sottoscrivere la tessera il giorno stesso dell'evento. Per i soci con età superiore ai **75 anni è necessario inviare anche certificato medico di idoneità fisica.**

IMPORTANTE in ogni caso al momento della prenotazione chi ha particolari patologie è tenuto a comunicarle agli accompagnatori.

NORME ANTI_COVID: E' necessario per le norme di contenimento dell'epidemia Covid-19 essere muniti di mascherina, gel disinfettante e mantenere sempre la distanza di sicurezza. Non partecipare all'escursione se si lamentano sintomi di infezioni respiratorie (febbre, tosse, raffreddore) oppure se si hanno avuti contatti con persone affette da COVID nei 15 giorni precedenti.