



Sabato 16 Ottobre 2021

Quarta tappa del tratto laziale della via Francigena meridionale: **dall' Abbazia di Valvisciolo a Sezze** CON VISITA GUIDATA DELL'ABBAZIA



Roma non era la sola meta di chi, provenendo da tutta Europa, percorreva la Via Francigena... proseguendo verso sud, attraverso percorsi in parte terrestri e in parte marittimi, i pellegrini potevano raggiungere la Terra Santa. Noi percorreremo la tappa dall'Abbazia di Valvisciolo, poi faremo una sosta nel bellissimo borgo di Sermoneta e quindi arrivo a Sezze. Molto bello è il panorama sulla pianura pontina, il mare e il monte Circeo. Abbiamo prenotato una visita guidata dell'Abbazia di Valvisciolo (costo 50 €, da dividere tra i partecipanti).

Punto di ritrovo:

Stazione ferroviaria di Latina ore 10.20, davanti all'ingresso principale in Piazza Lella Caetani. Se si viene in auto, dal

parcheggio della stazione (<https://maps.app.goo.gl/3y3x1g551ZGe3VoV9>) si deve percorrere il sottopassaggio e raggiungere l'androne della stazione. Per chi vuole utilizzare il treno, si consiglia il treno delle 9.36 da Roma Termini per Minturno-Scauri, con arrivo a Latina alle 10.16 (costo del biglietto 4,10 €).. Dopo l'incontro dei partecipanti prenderemo il bus Cotral per raggiungere l'Abbazia (costo 1,10 €). Una volta raggiunta Sezze, il ritorno prevede l'utilizzo di un bus locale per raggiungere Sezze stazione (costo 1€). Da qui, con il treno, scenderà a Latina chi lasciato l'auto lì, mentre gli altri proseguiranno per Roma Termini. Il rientro è previsto max per le ore 20.30 a Termini.



Informazioni e prenotazioni:

AEV Roberto Mancardi 3771151795

AEV Nando La Deda 3491994932

Dati tecnici : difficoltà E ; lunghezza km 15 circa ; dislivello in salita 350 m.

Cosa Portare: Zaino giornaliero, scarpe da trekking, abbigliamento a strati con indumenti anche leggeri, berretto e crema protettiva per il sole, mantellina anti pioggia, borraccia (almeno 1L di acqua). Pranzo al sacco a carico dei partecipanti

Costi dell'escursione: è previsto un contributo per le spese di organizzazione e gestione. Bambini e ragazzi fino a 18 anni devono essere accompagnati da genitori o loro delegati. Per partecipare all'escursione è **obbligatoria la tessera FederTrek**. La tessera costa €15 (€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).**

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 giorni precedenti l'escursione. Portare con sé una mascherina più una di ricambio e indossarla durante il percorso, in tutte le situazioni in cui sia necessaria.. Inoltre portare con sé una soluzione igienizzante per le mani.