

Associazione di Promozione Sociale



FederTrek

GIORNATA DEL  
CAMMINARE



## LE VALLI SCONOSCIUTE DEI MONTI PRENESTINI

**Domenica 09 OTTOBRE 2022**  
**Da Guadagnolo a Rocca Di Cave**

Per la giornata del camminare e in collaborazione con ALP (Alleanza Prenestina) partiremo dal'ex campo sportivo di Guadagnolo dove per facile sentiero e strade adatte a tutti arriveremo a Rocca di Cave, dove consumeremo il pranzo al sacco e partecipare a vari eventi. L'itinerario e' di sola andata. Gli autisti verranno poi riportati alla partenza con navette.



### ORA E LUOGO DELL'APPUNTAMENTO:

ore 8,30 Piazza di Capranica Prenestina (41.86323752929393, 12.951091206429133)

### Informazioni e prenotazioni:

A.E.V. Marco Molena Tel. 3333927116  
A.E.V. Antonio Cricenti Tel.3273054730  
A.E.V. Stefania Arcipreti Tel.3395960815

Collaboratori ALP  
Paolo Proietti Tel.3313727212  
Simone

**Dati tecnici : difficoltà E ; lunghezza km 7 circa ; dislivello salita 260m dislivello discesa 380m durata 4 ore (soste escluse)**

**Cosa Portare:** Zaino giornaliero, scarpe da trekking obbligatorie e bastoncini, berretto e crema protettiva per il sole, mantellina antipioggia, abbigliamento a strati e vestiario adeguato per camminare comodamente, oltre a una maglietta o altro di ricambio, borraccia (almeno 1.5 L di acqua), pranzo al sacco, frutta, snack,

**Iniziativa gratuita** aperta a tutti con un minimo di allenamento e attrezzatura adeguata previa prenotazione **entro le 18:00 del 7 Ottobre** - L'iniziativa può subire **variazioni di programma** per ragioni 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. Attenzione: a causa dell'**emergenza Covid-19**, i partecipanti sono tenuti a consultare, conoscere e rispettare i decreti del Governo e le **indicazioni** sul sito Federtrek ( [www.federtrek.org](http://www.federtrek.org) ) per la partecipazione alle escursioni.