

ROCCHETTE e ROCCHETTINE

esplorando la Sabina alla scoperta dei suoi borghi...
...gioielli incastonati nelle sue verdi valli

DOMENICA 12 FEBBRAIO



per info e prenotazioni: AEV RITA BUCCHI 3391074453 AV MARIA SOLE 3294721065



ROCCHETTE E ROCCHETTINE

Domenica 12 febbraio

Andremo alla scoperta della Sabina e dei suoi gioielli incastonati in una valle verdissima e lussureggiante, Rocchette e Rocchettine: due fortezze gemelle ma con destini diversi, l'una ancora oggi abitata, l'altra un'imponente fortezza abbandonata da secoli, si ergono con tutto il loro fascino, una di fronte all'altra, a strapiombo sulle acque del torrente Laia e della sua valle che le divide, in uno degli ambienti più suggestivi di queste meravigliose terre. Cammineremo accompagnati dal profumo intenso della macchia mediterranea per poi immergerci all'ombra dei boschi, lasciandoci stupire dalle sorprese lungo il percorso: opere d'arte che fanno capolino tra gli alberi, panorami mozzafiato che si apriranno davanti ai nostri occhi, lungo il cammino un piccolo guado, l'eremo di San Sebastiano, il borgo di Vacone, definito a ragione la terrazza sulla Sabina, le fresche e scroscianti acque della Fonte Bandusia cantata da Orazio, il Pago, colle sacro alla Dea Vacuna.....non c'è che dire, un'escursione a tratti un po' impegnativa, ma ricchissima di suggestioni!!!

DIFFICOLTA' : E DISL: 450m LUNGHEZZA : ca 13km AEV Rita Bucchi –AV Maria Asole

APPUNTAMENTO: ore 9,30 a Rocchette (frazione di Torri in Sabina RI) - auto propria

metteremo in contatto soci che offrono o chiedono un passaggio

COSA PORTARE : Scarponcini da trekking alti alla caviglia pantaloni lunghi e abbigliamento consono a strati, guscio antipioggia, acqua (almeno 1litro) pranzo al sacco e snack, mascherina anti-covid, gel disinfettante. Consigliati: bastoncini da trekking (in particolare per la salita dell'andata e la discesa del ritorno non eccessivamente ripida ma un po' impegnativa) ,un telo per sedersi a terra, un ricambio da lasciare in auto

CONTRIBUTO PARTECIPAZIONE : è previsto un contributo a favore dell'associazione per copertura delle spese organizzative **INIZIATIVA RISERVATA AI SOCI FEDERTREK IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO.**

La tessera va sottoscritta online almeno **3 giorni prima** dell'escursione, istruzioni su www.sentieroverde.org al costo di 15 euro adulti e 5 per i bambini, validità 365gg . Per i soci con età superiore ai **75 anni è necessario inviare anche certificato medico di idoneità fisica.** In ogni caso al momento della prenotazione chi ha particolari patologie è tenuto a comunicarle agli accompagnatori

INFO E PRENOTAZIONI prenotazione obbligatoria fornendo nome cognome e numero di tessera

AEV Rita Bucchi 3391074453 – AV Maria Asole 3294721065

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.

AVVERTENZA : L'escursione può subire variazioni di tempo e /o luogo a giudizio insindacabile degli Accompagnatori AEV . Tutti i partecipanti sono tenuti a rispettare modalità e indicazioni decise dagli accompagnatori altrimenti verrà meno il rapporto di affidamento e quindi di responsabilità degli stessi per quanto potrebbe accadere

I soci sono tenuti ad essere preparati fisicamente e tecnicamente nonché ad essere equipaggiati con abbigliamento e attrezzature adeguate all' esigenza dell'escursione programmata