

## Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione
Dislivello :	500 mt mt
Ore :	5-6 ore ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	10 chilometri circa km
Accompagnatore 1:	D'Onofrio
Accompagnatore 2:	Babusci



Nella bellissima cornice dei Monti Lepini, vi proponiamo per questa domenica, la conquista del Monte Gemma(1457 m); una panoramica escursione ad anello, che ci permetterà di ammirare diversi ambienti carsici, caratteristici di questo gruppo montuoso, e di godere di splendide vedute che vanno dal parco del Circeo ai monti Ausoni fino ai monti Ernici e Simbruini. Dal fontanile di S. Serena (1100 m), si percorrono i pratoni di Pian della Croce, caratterizzati da numerose e ampie doline, ed in questo periodo, adornati dalla splendida fioritura primaverile. Il sentiero poi si addentra nel bosco, dandoci la possibilità di godere di un po' di ombra, si inizia quindi a salire in maniera più decisa, costeggiando il crinale, fino a raggiungere una piccola sella. Il sentiero procede poi in cresta fino ad un tratto più ripido, nel bosco, che conduce alla vetta del Monte Gemma (1457 m), da cui godremo dell'incantevole panorama. Per la discesa, torneremo indietro verso la sella tra i monti Salerio e Gemma, per imboccare il sentiero che scende, a tornanti, nella faggeta fino a raggiungere nuovamente i prati di Pian della Croce, chiudendo così il nostro anello. Non mancherà un terzo tempo per concludere degnamente la giornata trascorsa insieme.

### DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E

DISLIVELLO TOTALE: 500m CIRCA

DISTANZA: 10km CIRCA

DURATA: 5-6 ore

**MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO** Scarpe da trekking, bastoncini trekking, zaino, T-shirt traspirante (anche 1 di ricambio), K-way, pantaloni comodi per camminare, borraccia (acqua almeno 1,5lt), pranzo al sacco, occhiali da sole, crema solare, macchina fotografica. **IMPORTANTE:** Scarpe comode per il viaggio e post-escursione!

### ACCOMPAGNATORI:

AEV Loredana D'Onofrio 3889022523

AAEV Marco Babusci 3357865852

CONTRIBUTO ESCURSIONE: 15,00 euro

APPUNTAMENTO:

Ore 9.30 Santa Serena, Supino, FR

Rif. Google Maps: <https://goo.gl/maps/1G274goxvj5ix7gK7>

PRENOTAZIONI: <https://www.startrekk.it/prenotazionismart.php?id=1050>

La conferma di prenotazione riguarda esclusivamente l'escursione. Se non siete automuniti contattateci, proveremo ad agevolarvi nella ricerca del passaggio auto.

N.B. L'itinerario proposto potrà subire variazioni ad insindacabile giudizio dell'accompagnatore sulla base delle condizioni di sicurezza che saranno valutate prima e durante dell'escursione.

**IMPORTANTE:** vi chiediamo di leggere con attenzione le linee guida stabilite dalla Federtrek per questo tipo di escursioni:  
Linea guida da tenere durante le escursioni: TESSARATI <http://www.federtrek.org/?p=3836> Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento. Tessera Federtrek 15,00 euro, con possibilità di farla il giorno stesso. Per velocizzare le operazioni di emissione della tessera stampa il modulo allegato e portalo con te già predisposto e firmato  
<http://www.startrekk.it/pdf/tessera.pdf> Visita il nostro sito [www.startrekk.it](http://www.startrekk.it)