

Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione
Dislivello :	550m mt
Ore :	5/6 ore ore
Difficoltà :	E+
Lunghezza :	10Km km
Accompagnatore 1:	Muzio
Accompagnatore 2:	Tutti



LA GROTTA DI SAN BENEDETTO, UNO STRAORDINARIO BALCONE NATURALE SULLA CONCA DEL FUCINO

Andremo alla scoperta di un'antica cavità nella pancia del Monte Velino, una suggestiva grotta, meta di pellegrinaggio per la gente dei paesi vicini, che da qui può ammirare spettacolari panorami sulla piana del Fucino.

La Grotta di San Benedetto è lunga più di venti metri e ha un'altezza variabile. È costituita da due grandi vani comunicanti, ai quali si aggiungono piccole insenature di difficile accesso: la zona d'ingresso è ampia e alta, l'altra, più piccola, dove troviamo rarissimi segni della presenza eremitica ma numerose testimonianze della devozione popolare, è illuminata da una grande finestra naturale.

Arrivati in prossimità della grotta sembra quasi che questa rappresenti un volto umano, con le due aperture degli occhi e le fessure di bocca e naso.

Il sentiero è breve con qualche pendenza decisa, soprattutto nell'ultimo tratto, dove per proseguire è necessario aiutarsi con una catena fissa.

Itinerario non troppo impegnativo quanto incredibile che però regala bei panorami e un approccio ravvicinato con i torrioni rocciosi alla base dei ripidi canali del versante sud del Velino.

DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E+

DISLIVELLO TOTALE: CIRCA 550m

DISTANZA: CIRCA 10km

DURATA: 5/6 ore **MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO**

Scarpe da trekking, zaino, bastoni telescopici, T-shirt traspirante (anche una di ricambio), pile o maglione, K-way e giacca antivento (possibilmente in gore-tex), pantaloni comodi per camminare(lunghi), borraccia (acqua almeno 1,5lt), pranzo al sacco, cappello, guanti, occhiali da sole, crema solare, macchina fotografica, lampada frontale per escursioni serali o notturne.

IMPORTANTE: Scarpe comode per il viaggio e post-escursione!

ACCOMPAGNATORI:

AMM Silvia Muzio 3934805965 **CONTRIBUTO ESCURSIONE:**

15,00 euro

APPUNTAMENTO:

1^ APPUNTAMENTO:

- Appuntamento a Roma (da concordare con la guida)

N.B: La conferma di prenotazione riguarda esclusivamente l'escursione, **per la possibilità di passaggio contattare le guide** via mail, tramite WhatsApp o telefono.

2^ APPUNTAMENTO:

ore 9.30 Piazza Madonna del Fulmine Massa D'Albe

NOTE AGGIUNTIVE:

In caso di utilizzo di auto private a pieno carico, i costi di carburante e autostrada vengono divisi dagli occupanti della macchina (massimo 2 su ogni fila posteriore) escluso il proprietario del veicolo.

? PRENOTAZIONI:

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 inizio 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

<https://www.startrekk.it/pdf/tessera.pdf>