

Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione	
Dislivello :	1050 mt	
Ore :	7 ore	
Difficoltà :	EE	
Lunghezza :	15 km	
Accompagnatore 1:	D'Onofrio	
Accompagnatore 2:	Zanchi	

Bellissimo itinerario ad anello inaugurato nel dicembre 2017 che ci condurrà alla scoperta di luoghi nascosti e ricchi di storia nel versante meridionale dei Monti Ernici. Visiteremo la grotta delle Monache, il colle Sant'Angelo con i resti dell'omonimo monastero e la presenza delle antiche costruzioni agro-pastorali, le grotte del brigante Chiavone e la grotta di Fra' Michele. Il tutto immerso nel verde dei boschi secolari con panorami sulla valle del Liri.

DESCRIZIONE PERCORSO

Partiremo dalla periferia dell'abitato di Sora (300 m), dopo una breve salita su asfalto imbrocheremo il Sentiero delle Grotte (SG) che ci condurrà prima alla grotta delle Monache (600 m) e poi, con un breve tratto più ripido e impegnativo (unica parte EE), al Colle Sant'Angelo (880 m).

Proseguiremo su un comodo sentiero che ci porterà ad un pianoro (930 m) da dove partono le due deviazioni per le altre grotte, saliremo prima alla grotta del Brigante Chiavone (1.110 m) e successivamente alla grotta di Fra' Michele (1.050 m).

Chiuderemo l'anello scendendo per il sentiero 624 la cui parte finale è un lungo e comodo traverso a mezzacosta che sovrasta tutta la valle e l'abitato di Sora.

DATI TECNICI ESCURSIONE:

Difficoltà: EE

Dislivello: 1.050 m

Km: 15,00

Tipo: Anello

Tempo di percorrenza: 6h30 (escluse soste)

Escursione impegnativa per dislivello e distanza riservata a persone allenate a buon ritmo di marcia. (siamo vicini al solstizio d'inverno abbiamo poche ore di luce!)

APPUNTAMENTO:

- Ore 8.15 - Bartuga Cafe - Via Giacomo Matteotti Sora FR <https://maps.app.goo.gl/xrqYHoutJ1Ghn3Dv9>

PRENOTAZIONI:

Direttamente dal nostro sito www.startrekk.it inserendo i tuoi dati al seguente link:

<https://www.startrekk.it/prenotazioni.php?id=1170>

Cortesemente inserite tutti i dati con attenzione, in particolare a quale appuntamento venite e se siete auto muniti, le info sono fondamentali agli accompagnatori per valutare i posti auto disponibili.

ACCOMPAGNATORI:

AEV Loredana D'Onofrio +39 348 4010008

CONTRIBUTO ESCURSIONE: 15,00 euro

COME VESTIRSI:

Abbigliamento a strati, scarpe da trekking (OBBLIGATORIE), bastoncini, guscio antivento/pioggia, guanti, cappello, torcia frontale, acqua (almeno 1,5lt) e pranzo al sacco.

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 l'escursione.

IMPORTANTE:

Vi chiediamo di leggere con attenzione le linee guida stabilite dalla Federtrek per le escursioni effettuate nella fase 2 dell'emergenza Covid-19 <http://www.federtrek.org/?p=3836>

Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento, tessera FederTrek 15,00€ valida 365 giorni dalla data di emissione.

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