

## Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione
Dislivello :	vedi programma mt
Ore :	4 ore
Difficoltà :	F
Lunghezza :	vedi programma km
Accompagnatore 1:	Rosati
Accompagnatore 2:	tutti



Ancora con gli amici di Natura Avventura per provare un'esperienza unica, adrenalinica e nuova anche per noi! Con il DRY CANYONING si scende lungo quelle forre che un tempo sono state disegnate e levigate da un corso d'acqua che nel tempo è andato esaurendosi. La particolarità e la bellezza di queste forre è che, essendo prive di acqua, si possono percorrere anche in inverno, e diventano così propedeutiche alle fantastiche uscite in acqua che proporremo nei mesi più caldi

I Monti Sabini sono delle belle montagne in provincia di Rieti che si affacciano sulla valle del Tevere e racchiudono molti gioielli naturalistici di grande fascino, la forra di Costa Ariola è uno di questi.

Questo affascinante canyon, ormai fossile, si trova nelle vicinanze del piccolo e caratteristico paese di Roccantica.

Il percorso si snoda per poco più di mezzo chilometro in un ambiente affascinante, stretto tra pareti di roccia, cascate ormai asciutte e una verde e rigogliosa vegetazione.

Appena raggiunta la forra si inizia subito a prendere confidenza con l'ambiente e l'attrezzatura, imparando le tecniche con il discensore a otto.

Man mano che si procede si alternano tratti aperti a quelli più infornati, tante le calate da affrontare con la corda, la più alta di circa 20 mt, in un ambiente veramente affascinante tra le rocce levigate e il verde intenso dei lecci e dei corbezzoli.

Questo percorso è l'ideale per un primo approccio con il canyoning perché ci permetterà di provare le tecniche fondamentali di questa disciplina, in un giusto mix tra difficoltà e forti emozioni.

### DATI TECNICI:

Difficoltà: Media, adatta anche ai neofiti

Lunghezza forra: 0,5 km;

Durata stimata attività: circa 4 ore, compreso il tempo per raggiungere l'inizio della forra e tornare alle auto

### Cosa devi portare:

- abbigliamento da montagna, caldo e comodo (da adattare alle condizioni meteo e temperature)
- cappello e guanti caldi (cappello da utilizzare sotto il casco)
- scarponcini da trekking o un paio di robuste scarpe da ginnastica con suola antisdrucciolo
- uno zaino
- una borraccia di acqua (almeno 500ml a persona)

### È consigliato portare:

- guanti da lavoro
- barrette energetiche
- pranzo al sacco

### Cosa è fornito da noi:

- casco
- imbracatura
- materiale tecnico specifico (corde, moschettoni, discensori, ecc.)

Quota di partecipazione: 60,00€

**ACCOMPAGNATORI:**

AEV Danilo Rosati 335.1330303  
Istruttore Canyoning Mauro

**APPUNTAMENTO:**

Ore 10:00 Roccantica <https://goo.gl/maps/qdUnz3TjniRhLbvk8>

Essendo un canyon fossile è possibile portare un piccolo zaino dove riporre le proprie cose come acqua, pranzo al sacco e barrette energetiche. Consigliamo di fare una buona colazione prima di arrivare al parcheggio, il bar del paese è attualmente chiuso per ristrutturazione

**PRENOTAZIONI:** <https://www.startrekk.it/>

La conferma di prenotazione riguarda esclusivamente l'escursione, contattare gli organizzatori qualora aveste bisogno di un passaggio o se avete posti auto disponibili per altri partecipanti

N.B. L'attività proposta potrà subire cambiamenti a discrezione degli accompagnatori per ragioni di sicurezza e di opportunità. Ogni partecipante è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori seguendo le loro indicazioni, in caso contrario verrà meno il rapporto di affidamento