

## Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione
Dislivello :	350m mt
Ore :	5 ore ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	8Km km
Accompagnatore 1:	Muzio
Accompagnatore 2:	tutti



I Lucretili che non ti aspetti: un facile ma non scontato anello alle pendici del più noto Monte Gennaro. Sculture in pietra che si fondono con la natura, un antico insediamento e i ruderi del convento di San Nicola, di proprietà di una confraternita di Palombara che ha avuto il merito di salvarlo dalla rovina e di restaurarne le parti pericolanti. In parte su facile sterrata e in parte su sentiero sassoso dove l'attenzione non deve mai mancare, il nostro percorso ci porterà a scoprire il borgo fortificato di Castiglione, che sorge in posizione isolata e dominante nel Parco dei Monti Lucretili; un castello risalente all'Alto Medioevo (compreso tra l'870 e il 920 d.C.) costruito sul versante occidentale del Monte Le Carbonere, che risulta abbandonato già dai primi anni del 1400. Una giornata diversa dal solito con un divertente sentiero nel bosco, dove la natura sta cercando di riprendersi i suoi spazi e la storia di un passato non troppo lontano che si fonde con le più recenti opere d'arte realizzate in travertino romano e ispirate al tema dei quattro elementi della natura, che incontreremo nella parte finale lungo il percorso d'Arte, collocate nel corso degli anni a seguito di un progetto del Comune, della Soprintendenza e del Parco.

### DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': T/E-Media  
DISLIVELLO TOTALE : circa 350m  
DISTANZA : circa 8 Km  
DURATA: 5 ore circa

### MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO:

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:

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.

### NOTE AGGIUNTIVE:

In caso di utilizzo di auto private a pieno carico, i costi di carburante e autostrada vengono divisi dagli occupanti della macchina

escluso il proprietario del veicolo.

**2^ APPUNTAMENTO:**

-ore 10:00 Palombara Sabina (La posizione esatta verrà inviata a tutti i partecipanti)

**? PRENOTAZIONI:** <https://www.startrekk.it/prenotazioni.php?id=1757>

**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:**

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>