

## Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione
Dislivello :	500 mt
Ore :	5 ore
Difficoltà :	T
Lunghezza :	12 km
Accompagnatore 1:	Cribari
Accompagnatore 2:	Mignella



Vi proponiamo una facile e rilassante escursione ad anello nel cuore della Riserva del Lago di Vico. Saliremo sul Monte Fogliano (965mt slm) percorrendo comodi sentieri, alla ricerca dell'antico Eremo di San Girolamo

La natura di questa riserva è in gran parte costituita da boschi di imponenti castagni, faggi e cerri, il percorso si snoda attraverso questi bellissimi boschi con frequenti scorci sulle calme acque del Lago di Vico.

Si parte dal Convento di Sant'Angelo e ci si inoltra immediatamente per la bella faggeta che in pochi km ci conduce al famoso e originale Eremo di San Girolamo, un sito misterioso e suggestivo, un piccolo complesso interamente scavato in un ammasso roccioso di origine vulcanica e finemente lavorato per creare ambienti, ripari, sedili, passaggi ed una piccola cappella. Il luogo fu dimora di Fra Girolamo Gabrielli, nobile senese del seicento che preferì una vita di preghiera e meditazione agli agi nobiliari. L'avventura del pover'uomo non si concluse in maniera positiva: depredato e malmenato da una banda di malfattori, fu costretto a tornare a Siena, donando però prima di andarsene, tutti i suoi averi ai poveri del luogo

Proseguendo sempre su comodi sentieri si raggiunge facilmente la cima del Monte Fogliano a 965 metri sul livello del mare

Da monte Fogliano si prosegue percorrendo la strada sterrata che conduce, in discesa, verso Casaletto e da qui, sempre per comoda e pianeggiante sterrata, si torna di nuovo verso il convento di Sant'Angelo, pronti per concludere la giornata con il consueto terzo tempo

### DATI TECNICI:

Difficoltà: T/E  
Dislivello: 500 mt;  
Lunghezza: 12 km;  
Durata stimata: 5 ore

### MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO

Scarponcini da trekking (NO SCARPE da GINNASTICA), zaino, bastoncini, T-shirt traspirante (anche una di ricambio), pile o maglione, giacca antipioggia (possibilmente in gore-tex), pantaloni comodi per camminare( lunghi), acqua (almeno 1,5lt), pranzo al sacco, cappello, guanti, occhiali da sole, crema solare.

### IMPORTANTE:

Scarpe comode per il viaggio e post-escursione, soprattutto se si viaggia su auto di altri partecipanti

### ACCOMPAGNATORI:

Sara Mignella Tel. 3283418776  
Giorgia Cribari Tel. 349422 6719

CONTRIBUTO ESCURSIONE:  
15,00 euro

APPUNTAMENTO:

Ore 9:00 lasceremo le macchine al bar: <https://share.google/h8bMqbEyz5nQcQ8aW>

PRENOTAZIONI:

Direttamente ONLINE sul nostro sito, inserendo i tuoi dati al link:

[StarTrek - Trekking, Escursioni](#)

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.

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