

Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione
Dislivello :	450m mt
Ore :	5 ore ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	9km km
Accompagnatore 1:	Muzio
Accompagnatore 2:	Di Paolo



Rilassante escursione che ci porterà a scoprire la bellissima faggeta del Monte Fogliano, la cima più alta all'interno della Riserva naturale regionale del Lago di Vico. Sulla sua vetta si uniscono i territori comunali di Caprarola, Ronciglione e Vetralla. Ci inoltreremo per la bella faggeta e lungo il percorso, pian piano che si sale, quello che da lontano sembra un grosso sasso, si trasformerà in un suggestivo e misterioso eremo scavato nella roccia viva.

E' l'Eremo di San Girolamo: una roccia vulcanica all'interno della faggeta del Monte Fogliano che, una volta scavata, è diventata il romitorio 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, tutti i suoi averi ai poveri.

Successivamente raggiungeremo la cima di Monte Fogliano (m 965), per poi rientrare con un facile percorso ad anello.

La natura è in gran parte costituita da boschi di imponenti castagni, faggi e cerri, e il percorso si snoda in questi bellissimi boschi, con qualche scorcio sul lago di Vico.

DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E

DISLIVELLO TOTALE: CIRCA 450m

DISTANZA: CIRCA 9km

DURATA: 5 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

AMM Michela Di Paolo 3398976847

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 10.00 S. Angelo Cura di Vetralla

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:** <https://www.startrekk.it/prenotazioni.php?id=902>

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>