GRUPPO ESCURSIONISTICO
PROVINCIA DI ROMA

FederTrek
Escursionismo e Ambiente

Domenica 15 Maggio 2011
"Terre Amatriciane"
Traversata dal Sacro Cuore a S. Martino

Spettacolare escursione sul versante Amatriciano (sud-ovest) dei Monti della Laga, percorrendo un tratto del Sentiero Italia.
L'intero percorso si svolge a quota pressoché costante con una salita iniziale per un dislivello di 120 m. dal Sacro Cuore al Colle del Vento. Da qui il percorso rimane sempre sui 1.550 m. di quota fino a M. Doro da cui inizia la discesa per un dislivello di 400 m. verso S. Martino.
Ombrosa la prima metà del percorso, più assolata la seconda parte.
Si costeggia la valle di Selva Grande alle pendici del M. Gorzano, di Pizzo di Moscio e infine di Cima Lepri. Si attraversano nell'ordine il Fosso di Gorzano, il Fosso di Selva Grande, il Fosso della Solagna, il Fosso della Corva e per ultimo il Fosso di S. Martino, tutti con abbondanti acque fresche e pulite.
Una parte del percorso coincide con il Sentiero dei Ficorari; su questo sentiero transitavano merci della pastorizia, dalla conca Amatriciana verso la Val Vomano e ortofrutticoli (in particolare fichi), in senso opposto.
Sono previste due soste: la prima alla sorgente di Pianifonte e la seconda per il pranzo al Fosso della Solagna.
Una volta arrivati a S. Martino è prevista la visita dell'antica Chiesa a cura della custode.
Possibilità di pernotto (il sabato sera) e cena in eccellente agriturismo con gestione molto familiare. Il giorno precedente (sabato) si può partecipare alla escursione dedicata alla Floriterapia (vedi sul sito GEP la locandina dedicata)

Appuntamento: *Roma 7,45 Bar Antico Casello (Metro Rebibbia); Amatrice 9,45 bivio Salaria*
Difficoltà: *E*
Durata: *6 ore incluse soste*
Dislivello: *150 m*
Pranzo: *Al sacco*

QUOTA GITA: **7 €**
Cassa comune per chi pernotta: **mezza pensione> tripla 46€; doppia 51; singola 61.**
TESSERA FederTrek: **obbligatoria: 15 € - N.B.** si ricorda ai partecipanti che è obbligatoria l'esibizione della tessera e la trascrizione del numero.
ABBIGLIAMENTO: **Scarpe da trekking obbligatorie, mantellina.**
TRASPORTO: **Auto proprie** (l'autista non paga la benzina e l'autostrada).

ACCOMPAGNATORI: AEV Angelo GOFFI 333 2008 768; AEV Gianluca Castanò 338 3073 723.

G.E.P.: Via di Casal Bruciato, 11/13 - 00159 Roma 392 2871751 - Fax 06 62276061
www.escursionigep.it - gepnatura@mclink.it

FederTrek: Via Paolo Luigi Guerra, 20 - 00176 Roma Tf/Fax 06 7211301;
www.federtrek.org - segreteria@federtrek.org