



Domenica 25 Ottobre

Da Campo dell'Osso a monte Autore

il trekking del Foliage

Parco Regionale dei Monti Simbruini

escursione riservata ai soci di Montagna Libera e ai tesserati della Federtrek

E' il più grande parco del Lazio, circa 30.000 ettari di territorio protetto, sia per la grande importanza rivestita dalla biodiversità, che annovera molte specie protette ed in via di estinzione. Il Monte Autore (1855 m. s.l.m.), è uno dei migliori punti panoramici di tutto la dorsale Monti Simbruini. Nelle giornate di cielo terso, è possibile vedere le principali cime dei Simbruini, degli Ernici e dei Lepini, ma anche i tre maggiori Gruppi Abruzzesi (Velino-Sirente, Gran Sasso, Maiella) a nord il Terminillo ma anche i Monti Sibillini e l'alta Valle del Tevere con il Monte Amiata.

Itinerario A: Dal piazzale di Campo dell'Osso (1550 m.) si prende il sentiero che costeggia la strada che sale verso "le Vedute". Il sentiero si inoltra nella faggeta, si incontrano piccole vallette erbose, il sentiero sale sulla coste del Monte Monna dell'Orsa. Il percorso, continua nella faggeta, fino ad arrivare su un pianoro che di affaccia sulla Valle del Simbrivio. Il sentiero prosegue sul pendio del monte Monna, si inizia a scendere di quota, fino ad arrivare in località "le Vedute" (1747 m.). Qui partano due sentieri, il primo a sinistra sale al monte Autore, la salita è breve in 15 minuti si arriva in vetta. Il secondo sentiero, prosegue in direzione di Vallepietra, che aggira il monte, si arriva dove si c'è una croce in legno, si lascia il sentiero e si prende il sentiero che sale, all'inizio è pietroso ma ben presto diventa erboso, in 20 minuti si sale in vetta. Quale sentiero prenderemo, ci regoleremo sul posto in base alla tabella di marcia. Dalla vetta si scende alle "Vedute" da qui si percorre un tratto di strada sterrata, fino all'inizio del sentiero 673C, si entra in faggeta, il sentiero scende verso la valle, si oltrepassano gli impianti di risalita, fino ad arrivare al piazzale di Campo dell'Osso.

Difficoltà: E

Dislivello Discesa : 450 m. Dislivello Salita: 450 m.

Lunghezza percorso: 10,00 circa km Durata 5,30 h (senza soste)

Pranzo al sacco

Si consiglia un abbigliamento da escursionismo adatto alla stagione e di portare acqua sufficiente all'esigenza personale, cappello, maglia di ricambio. Mascherine protettive (2) e soluzione alcolica (gel)

GLI SCARPONI DA TREKKING SONO OBBLIGATORI,
utili i bastoncini, cambio di abiti e scarpe da lasciare in pullman.

Accompagnatori: Petricca Domenico – Rossi Valter

Itinerario B: dal piazzale di Campo dell'Osso, si percorre la strada asfaltata, che ben presto diventa una sterrata, la strada che attraversa una valletta è in leggera salita, si costeggiano zone prative e le faggete. Il percorso termina in località "le Vedute". Qui si può salire in vetta al monte Autore, in 15 minuti si può arrivare in cima e osservare un paesaggio spettacolare. Per il ritorno si percorre il percorso dell'andata.

Difficoltà: E

Dislivello Discesa : 250 m. Dislivello Salita: 250 m. fino alle Vedute,
aggiungere 110 metri di dislivello per salire in vetta al monte Autore

Lunghezza percorso: 5,500 circa km A/R Durata 3,30 h (senza soste)

Pranzo al sacco

Accompagnatore: Varricchio Lina

Si consiglia un abbigliamento da escursionismo adatto alla stagione e di portare acqua sufficiente all'esigenza personale, cappello, maglia di ricambio. Mascherine protettive (2) e soluzione alcolica (gel)

GLI SCARPONI DA TREKKING SONO OBBLIGATORI,
utili i bastoncini, cambio di abiti e scarpe da lasciare in pullman.

Viaggio in pullman – quota di rimborso spese 15 euro

Si raccomanda di rispettare le nuove normative per lo svolgimento dell'escursione

Ritrovo: Ritrovo: Borgo Piave: ore 6.20 – Campoverde: ore 6.35 -

Aprilia: ore 6.45 al parcheggio della scuola M. Garibaldi, via E. Fermi.

Partenza ore 7.00 Pomezia (Selene) ore 7.20 –Tor de Cenci ore 7.30 – Bar Quadrifoglio 7.30

Prenotazioni: dal 14 Ottobre fino ad esaurimento posti sul pullman,
il Mercoledì presso la sede della Pro Loco di Aprilia in via G. Marconi, 90
dalle ore 16.30 alle 18,30 -

al 338 2657638 (tutti i giorni 9/13-16/20) anche su Whatts App

per email:gruppomontagnalibera@gmail.com Seguici su Facebook: Montagna Libera - e su www.montagnalibera.it

Avviso: escursione riservata ai soci, potranno essere annullate o variate le attività a insindacabile giudizio dell'accompagnatore senza penalità alcuna. Dichiarazione di esonero di responsabilità: con la richiesta di partecipazione all'escursione il partecipante esplicitamente attesta e dichiara: di non aver alcun impedimento fisico e psichico alla pratica dell'escursionismo, di essere idoneo dal punto di vista medico e di avere una preparazione fisica adeguata alla difficoltà dell'escursione; di ben conoscere le caratteristiche e le difficoltà dell'escursione; di assumersi in proprio in maniera consapevole ogni rischio conseguente connessa alla partecipazione all'escursione e pertanto di esonerare fin da ora Montagna Libera, il Direttore di escursione e gli accompagnatori da qualunque responsabilità.