

# Trekking Lazio APS

[www.trekkinglazio.it](http://www.trekkinglazio.it) – mail: [trekk.lazio@gmail.com](mailto:trekk.lazio@gmail.com)  
[www.facebook.com/trekkinglazio](https://www.facebook.com/trekkinglazio) Instagram/trekking\_lazio



## CANALE MONTERANO: TRA SORGENTI E PAESAGGI INCANTATI

11.5.2025



*Vivii! Escursioni, Avventure ed Emozioni!!*

**Tipologia del Trek** Archeo Trek - Percorso in montagna, zone collinari, campagna, riserve e parchi dove sono presenti importanti resti ed evidenze storiche, archeologiche, artistiche e monumentali, presenza di luoghi e cammini spirituali e religiosi

### **Descrizione sintetica**

Ci troviamo nella Tuscia meridionale nell'area dei laghi Sabadini non lontano dalla città di Roma nell'antico cuore della terra degli Etruschi, in un'area morfologica caratterizzata da profondi solchi nel territorio. Il percorso si svolge a quote di modesta altitudine tra i 200 e i 400 mt slm in un'area caratterizzata da boschi misti dove sono presenti numerose specie arboree, vegetali ed animali. L'area è altresì ricca di sorgenti e corsi d'acqua anche sulfuree, lungo il percorso del fiume Mignone. Insomma anche questo un percorso avventuroso e spettacolare che ci offrirà molteplici sorprese storiche, naturalistiche e paesaggistiche. Il percorso si snoda tra cave di tufo, rupi, fiumi, sorgenti, grotte, sorgenti...ed altro ancora!! Visiteremo l'antica ed affascinante abbandonata città di Canale Monterano con edifici e monumenti di rilievo. Particolari le sorgenti di acque ferruginose di colore rosse che formano molteplici cascatelle lungo il loro percorso! Numerosi gli animali al pascolo, osserveremo i falchi volteggiare nel cielo e possibile l'incontro con cinghiali e volpi! E' previsto all'andata e al ritorno il guado del fiume Mignone. E' richiesta una discreta preparazione fisica e portare un cambio di calzini.

### **Caratteristiche dell'escursione**

Livello di difficoltà

MEDIO

Lunghezza

16 KM

Dislivello salita medio	200	Dislivello discesa medio	200
Sviluppo percorso:	A/R ed ANELLO	Durata temporale:	6 H

### Caratteristiche del terreno

Presenza di ostacoli da superare	SI	Terreno sdruciolevole o scivoloso	NO
Guadi di corsi d'acqua	SI	Passaggi in punti esposti	NO

**Cani al guinzaglio** AMMESSI

### Equipaggiamento

Portare una torcia, pranzo al sacco, documenti personali, tessera sanitaria, scarpe da trekking, bastoncini da trekking, cappelli, zaino, acqua almeno 1 litro, bustina per i rifiuti personali, altro reputato necessario a livello personale. (altro da specificare)

### Appuntamento/i e trasporto:

1^ appuntamento ore 8,30 Piazza S.Giovanni Battista De la Salle fronte Mac Donald  
 2^ appuntamento in luogo che sarà comunicato direttamente ai partecipanti alle ore 9,45.  
 Previsto il ritorno nella serata.

### Adesioni e quote di partecipazione

La tessera annuale vale 365 giorni dalla data di adesione, da diritto all'assicurazione e la quota è di € 18,00 anno. La quota del trek giornaliero è di € 8,00, salvo riduzioni ad € 6,00 per convenzioni con altri enti pubblici e privati, ecc.. Minori fino a 14 anni la quota del trek è di € 6,00.

### Socio/i Accompagnatore/i :

### Prenotazioni

Cellulare e wathapp: numero 3889221520 - 3271419645 dopo le 17,00 mail: trekk.lazio@gmail.com

### Avvertenze per la partecipazione

- ✓ per la descrizione della tipologia del trek, del livello di impegno previsto e le condizioni fisiche richieste prendere visione obbligatoria delle schede descrittive pubblicate sul sito internet associativo;
- ✓ le caratteristiche del terreno si intendono con condizioni climatiche normali, asciutte e con temperature miti. In caso di piogge, terreni bagnati e/o fangosi, ghiacciati, innevati le stesse sono soggette naturalmente a cambiamento delle condizioni riportate nella scheda;
- ✓ in caso di maltempo il trek può essere annullato il giorno precedente o la mattina stessa od essere proposto un percorso alternativo;
- ✓ portare scarpe comode per il viaggio e un cambio post escursione, soprattutto se si fruisce di passaggio auto di altro socio;
- ✓ l'itinerario proposto potrà subire variazioni ad insindacabile parere dell'accompagnatore sulla base delle condizioni di sicurezza che saranno valutate prima e durante l'escursione;
- ✓ i partecipanti all'escursione devono rimanere in gruppo e in contatto visivo, in caso di esigenze di fermata il singolo socio deve informare l'accompagnatore. Il socio che deliberatamente si allontana dal gruppo o smette di seguirlo lo fa sotto la sua responsabilità, assumendosene le relative possibili conseguenze;
- ✓ i soci partecipanti sono consapevoli delle proprie condizioni fisiche e del buono stato delle proprie attrezzature personali (scarpe, ecc.);
- ✓ in caso di partecipazione di soci con cani questi devono essere docili e non aggressivi, il proprietario deve consegnare all'accompagnatore dichiarazione di scarico di responsabilità per l'animale;
- ✓ i partecipanti devono sempre portarsi acqua da bere a sufficienza (almeno 1 lt) e il necessario per il pasto oltre ad eventuali medicinali personali;
- ✓ per velocizzare le operazioni di adesione all'Associazione i partecipanti devono inviare preventivamente il modulo di iscrizione già compilato e firmato per mail o in alternativa portarlo la mattina dell'escursione consegnarlo al socio accompagnatore presente.