

# 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



## MONTI PRENESTINI E LA VALLE DELLE SORGENTI

8 giugno 2025



Viviii! Escursioni, Avventure ed Emozioni!!!

**Tipologia del Trek**      Trek Classico - Percorso in montagna, zone collinari, campagna, riserve e parchi a contatto con la natura e i panorami

### Descrizione sintetica

Questo è uno dei percorsi più belli nelle vicinanze di Roma, arte, storia, natura e paesaggi da ammirare nelle loro diverse espressioni.

Si parte dal Comune di Palestrina, l'antica Praeneste, che ha fornito il nome dei monti e della lunga strada che parte da Roma e si dirige a sud.

Lungo il percorso attraverseremo prati fioriti e verdeggianti, molteplici panorami da osservare, attraverseremo il Borgo di Castel S.Pietro, uno dei più belli d'Italia dove è stato girato il famoso film "Pane, amore e fantasia" per poi scendere in una riserva Regionale: la Valle delle Cannucce.

Quest'ultimo un vero tripudio della natura nelle acque, nella vegetazione rigogliosa, nella fauna e nei paesaggi da ammirare.

### Caratteristiche dell'escursione

Livello di difficoltà	MEDIO	Lunghezza	15 KM
Dislivello salita medio	680	Dislivello discesa medio	680
Sviluppo percorso:	ANELLO	Durata temporale:	6 H

### Caratteristiche del terreno

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

**Cani al guinzaglio**

NON AMMESSI

## **Equipaggiamento**

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 8,00 Via di S.Croce in Gerusalemme, 6 (fronte bar)

2^ appuntamento direttamente al paese di Palestrina al grande parcheggio posto all'ingresso del paese prima della salita (vicino la stazione dei Carabinieri) alle ore 9,30

## **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 3383952030 - 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.