



29/30/31 OTTOBRE - 1 NOVEMBRE 2021
LA VIA APPIA E I MONTI SIMBRUINI
Intersezionale con la Sezione CAI di Palestrina

PROGRAMMA

Venerdì 29/10: Partenza da Castrovillari alle ore 16. Arrivo a Palestrina e sistemazione in albergo.

Sabato 30/10: percorreremo l'antica Via Appia, dalla via degli Armentieri al Colosseo.

Domenica 31/10: escursione sul monte Tarino (1960m), una delle cime più interessanti dei monti Simbruini. Da Campo Staffi con un percorso ad anello.

Lunedì 1/11: visita al Museo Nazionale Archeologico di Palestrina e alla sua rocca.
Rientro per Castrovillari ore 15.30.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

- EURO 200,00 con sistemazione in camera doppia
- EURO 240,00 in camera singola

La quota comprende:

- Viaggio A/R in pulmino 9 posti;
- Sistemazione in Bed and Breakfast, il primo giorno solo pernottamento; secondo e terzo giorno in mezza pensione;
- Biglietto per l'ingresso al Museo Nazionale del quarto giorno;
- Biglietto metro per rientro dalla escursione del 1 giorno.

Adesioni: entro e non oltre il 20 ottobre 2021 versando un acconto di euro 60,00.
A prenotazione effettuata l'acconto non verrà restituito.

INFO E ORGANIZZATORI: Carla Primavera 338/3728166; Eugenio Iannelli 328/5927213

PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

sabato 30 ottobre: Via Appia Antica: "da via degli Armentieri al Colosseo"

Ore 8.30: Ritrovo e partenza dal Centro Commerciale la Noce di San Cesareo

Ore 9.00: Inizio escursione da Via degli Armentieri

Ore 13.00: Pranzo al sacco (a carico dei partecipanti)

Ore 15,30: Fine escursione

Difficoltà: E

Dislivello complessivo in salita: 90 m

Tempo complessivo: 4 ore circa soste escluse

Lunghezza: 14 km

Durante il percorso saranno effettuate brevi soste con illustrazione dei principali monumenti e mausolei, come la Villa dei Quintili, il Mausoleo di Cecilia Metella, la Tomba di Romolo, lo Stadio di Massenzio, Porta San Sebastiano, ecc. Ritorno alle auto con mezzo pubblici.

Equipaggiamento: Zaino giornaliero, copri zaino, scarponi da trekking, bastoncini telescopici, abbigliamento a strati, giacca a vento, cappello, occhiali da sole, crema protettiva, pranzo al sacco, borraccia con acqua a sufficienza.

domenica 31 ottobre:

Monte Tarino (m.1960) - "Monti Simbruini - da Campo Staffi percorso ad anello"

Ore 7.30: Ritrovo e partenza dal Centro Commerciale i Platani

Ore 9.00: Inizio escursione da Campo Staffi

Ore 12.00: Arrivo in vetta e pranzo al sacco (a carico partecipanti)

Ore 16,30: Fine escursione

Dislivello complessivo in salita: 670 m

Tempo complessivo: 6 ore circa soste escluse

Difficoltà: E

Lunghezza : 12 km

Si parte da Campo Staffi (1791m) si scende un primo tratto fino a Monna Forcina per salire poi il versante Nord del M. Tarino, si scende per il pozzo della Neve e attraversando il vallone Ciociaro si arriva al rifugio di Campo Ceraso, da qui si risale a Campo Staffi.

Equipaggiamento: Zaino giornaliero, copri zaino, scarponi da trekking, bastoncini telescopici, abbigliamento a strati, giacca a vento, cappello, occhiali da sole, crema protettiva, pranzo al sacco, borraccia con acqua a sufficienza.

LA VIA APPIA. La via Appia collegava Roma a Brundisium (Brindisi), il più importante porto per la Grecia e l'Oriente nel mondo dell'antica Roma. L'Appia è probabilmente la più famosa strada romana di cui siano rimasti resti, nonché la prima strada costruita secondo criteri moderni, tanto da permetterne l'utilizzo anche in inverno. La sua importanza viene confermata dal soprannome che i Romani le avevano dato: Regina Viarum.

MONTI SIMBRUINI. Una tipica area protetta della montagna appenninica, cime che raggiungono i 2000 metri, estese faggete, ampi pianori carsici, ricchezze d'acque sorgive, caratterizzata al suo interno da piccoli centri abitati ricchi di testimonianze storico-artistiche a volte millenarie.

Il Parco Regionale dei Monti Simbruini si estende per circa 30.000 ettari, compreso fra la valle dell'Aniene ad Ovest - Nord/Ovest, quella del Sacco a Sud/Ovest e il confine abruzzese e Est (monti Simbruini d'Abruzzo e monti Carseolani) ed i monti Ernici a Sud/Est.

PALESTRINA. All'interno del territorio dell'antico Latium, la zona, cioè, compresa tra il Tevere a Nord, i Monti Lepini a Sud, il mare ad Ovest ed i monti Preappenninici ad Est, la città di Palestrina, il cui nome latino era Praeneste, occupa una posizione strategica di notevole importanza: dall'alto del monte Ginestro, alla cui sommità era l'acropoli (l'attuale Castel San Pietro Romano), cinta di potenti mura, la città poteva controllare la valle del Sacco, punto nodale per le comunicazioni tra l'Etruria e la Campania, regione nella quale gli etruschi avevano ricchi insediamenti. Ma anche una delle più importanti vie di comunicazione tra l'Appennino ed il Tirreno ricadeva sotto il controllo di Praeneste, vale a dire il percorso che, attraversando il territorio di Tivoli, sbucava ad Anzio.

Note importanti: I soci che desiderano partecipare devono valutare attentamente la propria preparazione fisica, l'equipaggiamento e l'abbigliamento richiesto. La partecipazione all'escursione comporta la conoscenza e l'accettazione integrale e incondizionata del programma proposto e del regolamento escursionistico sezionale (www.caicastrovillari.it).

All'escursione possono partecipare anche i non soci osservando quanto su richiamato e versando una quota organizzativa giornaliera di euro 15,00 (comprensiva di assicurazione per l'uscita del giorno) con comunicazione dei propri dati anagrafici. È obbligatorio comunicare la propria partecipazione solo ed esclusivamente ai Coordinatori Organizzativi. Si coglie l'occasione per ricordare che questa regola, più volte disattesa dai partecipanti, è sempre valida ed è indispensabile al fine di pianificare al meglio le uscite previste in un'attività dove non è possibile dare spazio all'improvvisazione.

I partecipanti s'impegnano a rispettare le norme d'igiene, di distanziamento e quant'altro inerente all'utilizzo di Dispositivi di Protezione Individuali (DPI) secondo quanto disposto dalle Autorità competenti al fine di limitare la diffusione del contagio virale. A rispettare scrupolosamente le indicazioni e le direttive impartite dagli accompagnatori responsabili dell'attuazione delle misure anticovid durante l'escursione.