

# Escursioni e passeggiate Naturalistiche

## PROGRAMMA 2023/2024



GUIDA: Chiara Calderaro

**Difficoltà:** ■ Escursione facile    ■ Escursione media    ■ Escursione difficile

### SABATO 14 OTTOBRE

#### Tra i colori d'autunno nelle faggete Lepine (Segni, RM) ■

*Andremo alla scoperta di un angolo nascosto dei monti Lepini. Campo di Segni è un vasto pianoro di origine carsica sovrastato dall'imponente cresta del monte Lupone. Attraversando le faggete che cominciano a tingersi dei colori dell'autunno giungeremo ai Campi di Montelanico, un paesaggio bucolico dove le mandrie pascolano liberamente.*

Dislivello: 150 m

Sviluppo planare: 13 km

Tempo: 6 ore

### SABATO 11 NOVEMBRE

#### Monti Lepini – Anello M. La Bufala e La trinità ed il laghetto nascosto, (da Bassiano, LT) ■

*Siamo nella zona dei Pre-Lepini, una serie di basse montagne che fanno da contrafforti alle più alte vette del massiccio, sovrastando i paesi di Bassiano (verso est) e Sermoneta (verso ovest). La vista del laghetto nascosto ai piedi del Monte la Bufala, al centro di un'ondulata catena di collinette è un luogo affascinante soprattutto se si ha la fortuna di vedere animali abbeverarsi. La salita la Monte La Trinità regala invece vasti panorami sulla Pianura Pontina.*

Dislivello: 500 metri

Sviluppo planare minimo: 11 km

Tempo: 6 ore

### SABATO 16 DICEMBRE

#### In volo sulla Pianura Pontina, la traversata del Monte Circeo (Sabaudia, LT) ■

*Ritorna una grande classica, escursione immancabile nel bagaglio di ogni escursionista laziale. La difficile salita mozzafiato su questa aerea cresta sarà ricompensata da panorami indimenticabili e unici in Italia: i 4 laghi del Parco Nazionale, il mar Tirreno con le isole Ponziene, la piana Pontina e le nostre montagne, i monti Lepini, Ausoni e Aurunci per spaziare oltre l'orizzonte fino alle cime Appenniniche.*

**Escursione adatta a persone mediamente allenate e fortemente sconsigliata a chi soffre di vertigini**

Dislivello: 600 m

Sviluppo planare: 9 km

Tempo: 6 ore

### DOMENICA 14 GENNAIO

#### Monte delle Fate: una Terra di Confine (Sonnino, LT) ■

*Partendo da Cerreto percorreremo una strada sterrata per arrivare al rifugio Jo Caturo, prima tappa della nostra escursione. Da qui continueremo a camminare per un sentiero in cresta fino ad arrivare al Monte delle Fate da dove si gode un panorama a 360° dalla Piana di Fondi al Vesuvio, alle vette Appenniniche*

Dislivello: 500 m  
Tempo: 5 ore

Sviluppo planare: 8 km

### **SABATO 10 FEBBRAIO**

#### **Cima del Nibbio: sulle tracce dei briganti (Lenola, LT)**

*Logica prosecuzione dei Monti Lepini i Monti Ausoni regalano paesaggi singolari e una vegetazione rigogliosa che qui varia in tutte le sfumature del verde passando infatti dagli uliveti alla macchia mediterranea, al verde scuro ed intenso della lecceta. Percorreremo una comoda sterrata che ci condurrà su una cima poco conosciuta dalla quale ammireremo panorami unici sulla Piani di Fondi.*

Dislivello: 550 metri      Sviluppo planare: circa 8 km  
Tempo: 5 ore

### **SABATO 9 MARZO**

#### **La piramide dei Monti Lepini: Monte Cacume (Patrica, FR)**

*Il Monte Caccume o Cacume così come viene chiamato in dialetto locale, appare per la sua forma bizzarra, come una piramide isolata visibile a grande distanza dalla Piana del Sacco e non solo. A cavallo tra gli Appennini ed il mare insieme al comprensorio montuoso dei Lepini Orientali di cui fa parte, il monte, racchiude una storia naturale e vicende umane piuttosto singolari. Partiremo per un piccolo viaggio alla scoperta di questo ricchissimo ed antico territorio per narrare le vicende geologiche, botaniche ed umane che lo hanno attraversato.*

Dislivello: 650 m      Sviluppo planare: 8 km  
Tempo: 6 ore

### **DOMENICA 21 APRILE**

#### **A spasso con una Naturalista: il Bosco di Foglino e le sue meraviglie (Nettuno, RM)**

*A due passi da Nettuno, a cavallo tra l'Agro Romano e l'Agro Pontino si estende un piccolo lembo di biodiversità, luogo sconosciuto ai più. Qui tra il verde smeraldo della macchia mediterranea e delle quercete, le colorate fioriture primaverili e le pozze temporanee abitate da una ricchissima fauna acquatica andremo alla scoperta di questo antico ecosistema che, prima della Bonifica Integrale delle Paludi Pontine, si estendeva lungo il litorale compreso tra Roma e Napoli.*

Dislivello: trascurabile      Sviluppo planare: circa 8 km  
Tempo: 4 ore

### **SABATO 25 MAGGIO ESCURSIONE SERALE PARTENZA ORE 15:00**

#### **Notturna al Monte Romano e Campo Soriano (Sonnino, LT)**

*La cattedrale, il carciofo... così viene chiamato questo monumento naturale. Questi nomi ci danno un'idea delle bizzarre forme che può creare l'acqua sulla roccia calcarea. Guarderemo il tramonto dalle pendici di Monte Romano per poi gustarci la cena all'ombra lunare del Carciofo di Campo Soriano.*

Dislivello: 600 metri      Sviluppo planare: 10 km  
Tempo: 6 ore

