

Trekking Lazio APS

www.trekkinglazio.it – mail: trekk.lazio@gmail.com
www.facebook.com/trekkinglazio Instagram/trekking_lazio



BIANCO TREK AGLI ALTOPIANI DI COTTANELLO 7 Febbraio 2027



Tipologia del Trek

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

Descrizione sintetica

L'altopiano di Cottanello si trova a circa 100 km da Roma sui monti Sabini al confine con l'Umbria, conosciuto come i "prati di Cottanello" si tratta di un'ampia area compresa tra gli 800 e i 1000 metri s.l.m. caratterizzata da vaste praterie verdi luminose e boschi circondati dalle cime dei monti Sabini dove pascolano allo stato brado cavalli, maiali, vacche, capre, pecore e dove sono presenti cani pastore abbastanza tranquilli. Lungo il percorso si apprezzano splendide querce secolari, passeremo nei pressi di un laghetto dove gli animali sono soliti abbeverarsi e soprattutto vedremo "le casette", antichi insediamenti pastorali ed agricoli ormai quasi del tutto abbandonati caratteristico esempio di villaggio appenninico d'altura quando dominava un'economia silvo-agricolo-pastorale. Con la neve gli altopiani acquistano un fascino unico ed indimenticabile! L'altopiano è suddiviso in due zone i "prati di sotto" e i "prati di sopra" a quota più elevata. Pur trovandoci in un ambiente montano e in quota il percorso è facile ed adatto a tutti.

Caratteristiche dell'escursione

Livello di difficoltà FACILE
Dislivello salita medio 115 mt
Sviluppo percorso: Anello

Lunghezza 8 KM
Dislivello discesa medio 115 mt
Durata temporale: 4 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

Ammessi ma solo al guinzaglio!

Equipaggiamento documenti personali, tessera sanitaria, scarpe da trekking, cappelli, zaino, altro reputato necessario a livello personale. (altro da specificare)

Vivi! Escursioni, Avventure ed Emozioni

Appuntamento/i e trasporto I^a appuntamento a Roma piazza S. Giovanni Battista De La Salle fronte Mac Donald ore 8,00;
II^a appuntamento piazzale ingresso paese di Cottanello nei pressi del distributore di benzina alle ore 9,45. Trasporto con mezzi privati.

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, minori fino a 14 anni il tesseramento è di € 10,00. La quota del trek giornaliero è di € 8,00, salvo riduzioni ad € 6,00 per convenzioni con altri enti pubblici e privati. Alla quota sociale è necessario aggiungere un biglietto di euro 5,00 ridotti ad euro 3,00 per gli over 65 anni.

Socio/i Accompagnatore/i FRANCESCA LUNETTI – ANTONELLO MORI

Prenotazioni Cellulare e Wathapp numero 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 discarico 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.