


ESCURSIONI



LAGO DI ALBANO E VIA “SACRA”, SALITA AL MONTE CAVO 950 M

domenica 24 febbraio

Appuntamento:

**Appuntamento: ore 8:30 - Metro Anagnina - via Tuscolana- (Distributore Q8)
Per informazioni e prenotazione rivolgersi agli accompagnatori**

AEV Sammuri Fabio 329 3347487 - mail: fsammuri@yahoo.it;
<https://www.facebook.com/fabio.sammuri>

AV Landriani Rita 344 0471560 – mail: m.landriani@yahoo.it
<https://www.facebook.com/maria.landriani>

www.inforideeinmovimento.org

Quota di partecipazione euro 10 con “Tessera Ordinaria” FederTrek, da esibire alla partenza. La partecipazione all’escursione è confermata solo dopo un contatto telefonico o l’invio di una e-mail.



Partecipando a questa escursione contribuirai a sostenere l'Associazione ONLUS “Il Caprifoglio”, impegnata nello sviluppo di progetti solidali in Kenia e Uganda. Il programma può subire variazioni in funzione delle condizioni climatiche e ambientali.

ESCURSIONI

CHI BEN COMINCIA ... E' A META' DEL CAMMINO

Escursione per principianti

Vuoi partecipare a un'escursione, ma sei agli inizi? Questa semplice escursione può fare al caso tuo. Cominceremo lentamente, con un basso dislivello, con adeguate soste e suggerimenti su quanto ti servirà per intraprendere questa splendida e salutare attività, davvero alla portata di tutti.

Descrizione delle difficoltà:

Parco Regionale dei Castelli Romani

<http://www.parcocastelliromani.it/>

Difficoltà:

Il percorso è adatto pressochè a tutti.

Punto di partenza e arrivo: Viale Pio XI, 45, Castel Gandolfo RM, davanti il ristorante “le fratte ignoranti”

Tempo di percorrenza A/R : 4/5 ore

Dislivello totale : 400 m

lunghezza percorso: circa 15 Km

Difficoltà : T/E



Itinerario:

Da Albano Laziale - Convento dei Frati Cappuccini per la Sorgente Pescaccio e la “Via Sacra”



Partecipando a questa escursione contribuirai a sostenere l'Associazione ONLUS “Il Caprifoglio”, impegnata nello sviluppo di progetti solidali in Kenia e Uganda. Il programma può subire variazioni in funzione delle condizioni climatiche e ambientali.

ESCURSIONI

Percorriamo il facile sentiero che parte dal Convento dei Cappuccini ai confini tra Albano Laziale e Castel Gandolfo da dove possiamo godere dello spettacolare

panorama sul lago di Albano per almeno metà della sua “circonferenza”. Arriviamo al convento di “Palazzolo”, tornando di poco indietro, troveremo un sentiero che ci condurrà in direzione di Monte Cavo. Dopo poco più di 1 ora di cammino, faremo una breve sosta in prossimità dell’inizio del sentiero per il M. Cavo. A pensare che ci troviamo all’interno di uno dei parchi naturali più antropizzati e urbanizzati dell’intero Lazio, eppure, camminando lungo questo **sentiero**, si ha una netta percezione di pace e di tranquillità. L’incanto verrà interrotto per pochissimo tempo quando attraverseremo obbligatoriamente la trafficatissima S.S. 217 “Via dei Laghi”.

L’atmosfera si ricreerà subito, appena rientremo nel bosco ritrovandola poco al di là della strada, seguendo il percorso della **“Via Sacra”**.

Quest’ultima è in gran parte ricoperta dall’antico lastricato romano, che ci conduce fino alla cima del Monte Cavo, punto più alto e panoramico dell’intero parco. Questa strada fu realizzata nella larghezza di due metri e mezzo, con UN PERFETTO BASOLATO IN PIETRA LAVICA NERA, contornata da banchine in peperino. L’antica strada è discretamente conservata ed in buona parte agevolmente percorribile (a piedi, ovviamente).

Al contrario, quasi NULLA E' RIMASTO DEL TEMPIO DI GIOVE SUL MONTE CAVO, tranne qualche blocco squadrato di pietra sperone residuo dall’accurata demolizione (destino comune a molti altri grandi luoghi di culto pagani) effettuata nel primo medioevo quando AL SUO POSTO FU COSTRUITO UN EREMO DEDICATO A SAN PIETRO.

Il Monte Cavo è una cima del sistema vulcanico detto ‘Vulcano Laziale’ ed oggi fa parte dell’area del Parco Regionale dei Castelli Romani. Da questo punto si potranno ammirare sia il lago di Albano che il lago di Nemi. In condizioni di buona visibilità anche il mare con tutta l’estensione del litorale romano. Rientro per lo stesso percorso.

Si sconsigliano nel modo più assoluto "scarpe da ginnastica" (o altro tipo di scarpe a suola liscia), in questo caso l’accompagnatore può rifiutare la partecipazione dell’escursionista inadempiente.

