

Archeotrek
Colline della Sabina
Anello nella valle del torrente Farfa
Sabato 19 Gennaio



Il torrente Farfa è un affluente del Tevere, le sue acque purissime sono per la gran parte utilizzate per l'acquedotto che rifornisce Roma. Il nostro percorso inizia a Castelnuovo di Farfa, paese posto a spartiacque tra il torrente F. e la famosa Abbazia omonima. Scendiamo rapidamente nell'alveo del torrente dove è conservato un bel ponte romano con annesse mole e resti di acquedotti. Risalendo seguiamo il percorso del torrente fino alla chiesa romanica di S. Donato. Ritornando a Castelnuovo possiamo ammirare, già dal basso, i giardini e il rinascimentale palazzo Salustri-Galli. Si può a questo punto decidere se raggiungere l'abbazia nel fondovalle, a piedi o in auto; col tempo sufficiente si può salire anche sulla abbazia incompiuta posta sul monte Acuziano (494 m.) in vista di Fara Sabina. Insomma un percorso ricco di storia e di natura.

Portare un cambio completo di scarpe da lasciare in auto.

Utili i bastoncini telescopici.

CARATTERISTICHE ESCURSIONE

Difficoltà **E**
Dislivello **400 m**
Lunghezza **10 Km c.ca**

LUOGO E ORA APPUNTAMENTI

Appuntamento: piazza Sassari

(stazione metro B "Policlinico") 🕒 h 7.30

PER PRENOTARTI

AEV Alessandro Maria Ponti 349 1853779
aleponti2@gmail.com

AEV Alessandra Delfiore 328 1522535
Dopo le ore 18

*Con auto private, si prega comunicare se si possiede auto da mettere a disposizione. Nel caso in cui le prenotazioni, una settimana prima, dovessero superare il numero di 30, l'escursione potrà essere effettuata in pullman con un costo aggiuntivo di € 15
Costo escursione 10 euro*

NOTE: (1) Tessera Federtrek obbligatoria, da esibire su richiesta **(2)** Il programma può subire variazioni in funzione delle condizioni meteo, ambientali, logistiche **(3)** in caso di non raggiungimento numero minimo per pullman l'escursione verrà effettuata in auto private. Le spese di viaggio saranno divise tra gli occupanti dell'auto con eccezione del guidatore

Norme di Comportamento

- 1. Rispetta l'ambiente:** evita assolutamente di abbandonare rifiuti, di prelevare esemplari di specie protette, di porre in atto comportamenti che potrebbero provocare gravi danni (soprattutto incendi), di lasciare scritte inutili, di danneggiare cartelli e, più in generale, di compiere atti di vandalismo che, se sono sempre odiosi, in montagna lo sono in misura ancora maggiore.
- 2. Rispetta gli animali:** non spaventarli, non toccare i cuccioli che dovessi incontrare (i genitori potrebbero non riconoscerli più), tieni al guinzaglio i cani che ti accompagnano, soprattutto in prossimità dei pascoli.
- 3. Rispetta le persone che ti accompagnano:** l'escursione non è una corsa contro il tempo ed una particolare attenzione va riservata a coloro che possono incontrare maggiori difficoltà fisiche. Se affronti passaggi difficili, comportati con la massima prudenza, per evitare di provocare danni agli altri (in particolare, presta attenzione ai sassi mobili e, se ne fai precipitare qualcuno, avverti subito gridando chi potrebbe trovarsi sulla sua traiettoria). Cura la tua preparazione fisica e tecnica, per evitare di procurare agli altri inutili preoccupazioni, disagi e rischi.
- 4. Rispetta le persone che incontri:** è sempre buona norma salutarle, perché qui nessuno è un estraneo; se ti vengono chieste informazioni, offri-le in modo preciso ed obiettivo, evitando di minimizzare rischi ed impegno connessi con percorsi che conosci o di spacciare come sicure indicazioni di cui non sei certo.
- 5. Rispetta il lavoro di chi vive in montagna:** in particolare, rispetta i pascoli, camminando accuratamente entro le tracce di sentiero che li attraversano.
- 6. Rispetta la tranquillità dei luoghi,** evitando di produrre rumori inutili e schiamazzi inopportuni (che potrebbero anche provocare inutili allarmi, o coprire le grida di chi si trova in difficoltà o pericolo).
- 7. Rispetta te stesso e chi lavora per la tua sicurezza,** verificando accuratamente il tuo stato di salute, assumendo tutte le informazioni sulle condizioni meteorologiche ed ambientali e curando con il massimo scrupolo l'equipaggiamento e l'abbigliamento prima di intraprendere un'escursione; informati accuratamente sulle caratteristiche del percorso che intendi intraprendere e sui pericoli connessi; evita, infine, percorsi di livello superiore ai tuoi limiti tecnici e fisici, per non esporre ad inutili rischi te stesso e chi dovrebbe soccorrerti in caso di necessità.
- 8. Rispetta le persone che lasci a casa e quelle che potrebbero venire alla tua ricerca,** lasciando informazioni accurate sul percorso che effettuerai, anche nei rifugi per i quali passi.
- 9. Rispetta la funzione e le norme dei rifugi in cui ti fermi,** leggendo con attenzione il relativo regolamento.
- 10. Rispetta bivacchi e rifugi incustoditi,** evitando di danneggiarne la struttura o la dotazione