

Monasteri di Subiaco e borghi ciociari terme e trek!

NEWSLETTER del 05.12.17
"La Cordata" escursionismo & natura
di Massimiliano Giorgi
www.lacordataescursionismo.it
www.facebook.com/LaCordataEscursionismo
348/0430358 - lacordataescursionismo@gmail.com



Giornate dentro la bellezza genuina dei monti Ernici e Simbruini alle spalle di Roma e Frosinone, indaghiamo l'alta valle dell'Aniene visitando i monasteri di S. Scolastica ed il Sacro Speco di S. Benedetto, stupende opere architettoniche sulle rupi di Subiaco che custodiscono l'esperienza eremitica del Santo di Norcia, Terme di Fiuggi e percorsi benessere, trek alle sorgenti dell'Aniene dentro boschi da favola e ai 2000 m. di Campo Staffi per guardare il vicino Abruzzo e Piana del Fucino, visita a borghi e rocche ciociare: Fumone dove morì Celestino V e Anagni città dei papi.. Tra buon cibo e simpatica compagnia!

QUOTA € 325 sino al 16/12; € 350 sino al 23/12

PROGRAMMA e DETTAGLI: http://www.lacordataescursionismo.it/public/Capodanno%20Ciociaria_Simbruini%202019.12_01.01.18.pdf



Venerdì 08/12
ERCOLtrek

Tra castagneti feltreschi e Mercatini a S. Agata

Escursione tra i sentieri della biodiversità nell'Alta Val Marecchia, esplorando suggestivi castagneti invernali e osservando artistici panorami già dipinti nel 1400, al borgo di Petrella Guidi spaccati di medioevo e un'ara sacrificale.. Gran finale nelle suggestive atmosfere dei rinomati Mercatini di Natale di S. Agata Feltria



MEDIO-FACILE (T/E), 4h*, +300 m.
QUOTA € 15; 7-13 anni € 7
Torcia elettrica

DETTAGLI: [http://](http://www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=618&cat=3)

www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=618&cat=3



Venerdì pomeriggio 08/12

TREK dell'IMMACOLATA

Frontone, poggi del Catria, mercatini alla Rocca

Suggestioni ai piedi della montagna, tra Frontone e il Catria: crepuscolo su un crinale tra i solchi vallivi del Cinisco e del Grottone, le luci dei borghi a valle che rischiarano il primo buio, ascesa all'inespugnabile castello a prua di nave, in festa per i mercatini natalizi!

FACILE (T), 2h, +250 m.
QUOTA € 13; 7-13 anni € 7
TORCIA ELETTRICA

DETTAGLI: [http://](http://www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=621&cat=3)

www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=621&cat=3



Sabato pomeriggio 09/12
CANDLE-WINEtrek

Cantina e lanterne verso.. Candele a Candelara!

In cantina Anibaldi scoprendo vini DOC, camminata con lanterne dal crepuscolo a notte tra ruscelli, gufi e leggende, visitiamo Villa Berloni ex Almerici con la Proloco.. sino alla Festa delle Candele che anima il borgo medievale, impreziosito dai mercatini natalizi e dalle fiammelle che rischiareranno nel buio elettrico l'intero paese..

FACILE (T), 2h*, +150 m.
QUOTA € 13; 7-13 anni € 7
(TORCIA ELETTRICA)
Ingresso festa a parte € 3

DETTAGLI: [http://](http://www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=600&cat=3)

www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=600&cat=3



Sabato pomeriggio 09/12

CIOCCO-VISCIOtrek

M. Doglio in notturna e mercatini di Pergola

Passeggiata crepuscolare nei rilievi del pergolese, terra di zolfo e visciole. Finale in notturna, torce in mezzo al bosco e CIOCCOVISCIOLATA nel centro storico: amarene e cioccolato s'incontrano!

FACILE (T), 2h30*, +200 m.
QUOTA € 13; 7-13 anni € 7
(TORCIA ELETTRICA)

DETTAGLI: [http://](http://www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=597&cat=3)

www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=597&cat=3



*N.B: le ore di marcia indicate, sono di cammino effettivo, soste escluse. Situazioni contingenti sopraggiunte possono allungare i tempi previsti

"La Cordata" escursionismo & natura
di Massimiliano Giorgi
Str. Cerreto, 35/E - 61122 Pesaro fraz. Novilara (PU); cell. 348/0430358
C.F: GRGMSM72T14G479N - P. IVA: 02478790419 - Nr. REA PS 196941
www.lacordataescursionismo.it - lacordataescursionismo@gmail.com

E' premura di ogni escursionista, verificare il suo livello di preparazione fisica e di esperienza, per potere godere al meglio dell'escursione