



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI FIUME
Già CLUB ALPINO FIUMANO

1885 - 1985 CENTENARIO DI FONDAZIONE

Monti Lucretili - Sentiero Coleman 10-13 Maggio 2018 Coordinatore di gita: Franco Laicini

L'escursione proposta segue il percorso del Sentiero Coleman da Tivoli a Riofreddo. E' un sentiero che venne percorso nel 1881 dal pittore Enrico Coleman (Roma, 1846 – Roma, 1911) che unisce il paese di Subiaco con Tivoli. Noi ne percorreremo circa la metà, tutta all'interno del Parco dei monti Lucretili, con tappe non molto lunghe e dislivelli contenuti tra i 450 m e i 650 m. Il secondo giorno (11 maggio) abbiamo la possibilità di due percorsi diversi. La scelta è legata alla sistemazione di tutti i partecipanti, **massimo 15 persone**, nel paese di Licenza: se ciò sarà possibile sceglieremo l'opzione A, altrimenti la B.

Difficoltà: EE.

Programma

Giovedì 10 maggio: *Tivoli – San Polo dei Cavalieri*

Incontro dei partecipanti a Roma alla Stazione Tiburtina tra le 12:30/13:00 da dove prenderemo il treno per Tivoli. Se riusciamo a prendere il treno delle 13:20 arriviamo a Tivoli alla 14:25 e potremo visitare almeno la Villa Gregoriana con la famosa cascata dell'Aniene prima di incamminarci verso San Polo dei Cavalieri. Tempo: 2.30/3.00; dislivello +650 m. (Sentieri SC o 330, in alternativa 331 e SC).

A San Polo dei Cavalieri ci fermeremo al B&B Palazzetto Leonardi al centro del paese che ha disponibilità per 15 persone con letti matrimoniali (ci dovremo adattare). € 30.00

Venerdì 11 maggio: *San Polo dei Cavalieri – Licenza (opzione A)*

San Polo dei Cavalieri – Roccagiovine (opzione B)

Opzione A. Si percorre il sentiero SC o 303 su strada asfaltata fino alla Fonte di Castagneto dove si prosegue aggirando a est il Monte Morra e seguendo la Valle Cavalera si arriva al Prato Campitello, radura sotto il Monte Gennaro che, volendo, si può raggiungere in un'ora e trenta di cammino. Proseguendo il Sentiero Coleman, si segue il Sentiero 305 che piega a est percorrendo il Fosso della Vena Scritta. Aggirato in parte il Monte Marcone si prende il Sentiero 306 che arriva di fronte a Licenza dove vi sono i ruderi della Villa di Orazio. Tempo: 4.50/5.30; dislivello +540 m. A Licenza sosteremo al B&B Green Village Club. Ha a disposizione 8 posti, se saremo di più potremo usufruire della foresteria gestita dal Comune all'interno del Palazzo Orsini.

Nel caso in cui non fosse possibile usufruire della foresteria e quindi non avere possibilità di alloggio per tutti i componenti del gruppo, passeremo all'opzione B.

Opzione B. Ci sono almeno due itinerari possibili, uno più diretto percorrendo i sentieri 303, 304 e 305. Il secondo seguendo parte dell'itinerario dell'opzione A fino all'attraversamento del Fosso della Vena Scritta, da cui, seguendo un breve tratto del sentiero 304, ci si immette sul 305 raggiungendo così Roccagiovine. Tempo: 5.00/5.30; dislivello simile a opzione A.

A Roccagiovine pernosteremo al B&B Casa di Orazio € 45.00/50.00 (prezzo della stanza).

Sabato 12 maggio: *Licenza – Cineto Romano*

Se si è scelta l'opzione B abbiamo circa due chilometri di strada asfaltata, difficilmente evitabili, per arrivare a Licenza. Qui riprendiamo il Sentiero Coleman fino alla località Colle Prioni da dove si segue un breve tratto del Sentiero 307a. Si riprende quindi il SC fino a Lago di Flaturno, il più grande dei laghetti di Percile (in dialetto locale 'lagustelli'), di origine carsica. Il percorso per raggiungere Cineto Romano non è segnato sulla carta perché di realizzazione molto recente ma ben segnalato sul luogo: è il Sentiero 320 che segue il crinale del Colle Faieta, aggira il Monte Nero fino a scorgere il paese di Cineto a una quota più alta. Tempo 4.30/5.00; dislivello +480 m. A Cineto Romano saremo all'albergo ristorante L'Oliveto € 40.00/60.00 (prezzo della stanza).

Domenica 13 maggio: *Cineto Romano – Riofreddo*

Tappa breve. E' una parte del percorso Cineto Romano – Camerata Nuova che permette il passaggio dai Monti Lucretili ai Monti Simbruini. Sempre attraverso il Sentiero 320 e sue diramazioni si arriva, circa 2 ore di percorso ma forse anche meno, al paese di Riofreddo. Qui potremo sostare per rifocillarci e quindi proseguire per il paese di Arsoli dove abbiamo il treno alle 14.59 con arrivo a Roma Termini alle 16.25.

Numero massimo di partecipanti: 15

Termine di iscrizione: 31 Marzo inviando un messaggio e-mail a Franco Laicini (flaicini@hotmail.com)

Note: L'escursione rientra nell'attività istituzionale CAI propria della Sezione e pertanto è rivolta ai Soci CAI con validità del bollino dell'anno in corso. Eventuali partecipanti non iscritti al CAI dovranno obbligatoriamente attivare l'assicurazione infortuni CAI e quella del Soccorso Alpino secondo le modalità riportate di seguito. A tutti i partecipanti alla gita è richiesto di portare il tesserino del SSN e sottoscrivere la liberatoria allegata, come previsto dal Regolamento Gite della Sezione e scaricabile dal sito www.caifiume.it



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI FIUME
Già CLUB ALPINO FIUMANO

ASSICURAZIONE PER NON SOCI CAI

Polizza infortuni in attività sociale (anno 2018)

Coloro che desiderano partecipare alla gita e che **non** sono iscritti al CAI sono **obbligati** a dotarsi di copertura assicurativa CAI per infortuni e per il Soccorso Alpino, inviando la richiesta, almeno **dieci giorni** prima della partenza, a Sandro Silvano (silvano.sandro@gmail.com). La richiesta, che verrà inoltrata alla sede centrale del CAI, deve essere completa di **nome e cognome, data di nascita, codice fiscale, recapito telefonico e di posta elettronica**.

La copertura assicurativa (incluso quella per il Soccorso Alpino) è qui sotto riportata:

Massimali e premio

Caso morte: **55.000 euro**

Caso di invalidità permanente: **80.000 euro**

Rimborso spese di cura: **2.000 euro**

Franchigia: **200 euro**

Premio per la copertura di giorni **4: 28,27 euro**

Il versamento del premio dovrà essere effettuato a mezzo:

- Bonifico banco posta IBAN: IT10F0760111600000069764744, BIC/SWIFT: BPPIITRRXXX intestato a CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI FIUME
- Bollettino di c/c postale n.69764744, intestato CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI FIUME

Prima dell'inizio dell'escursione il coordinatore della gita dovrà ricevere prova dell'avvenuto versamento.

Tutte le informazioni sulle polizze offerte dal CAI possono essere trovate sul sito

www.cai.it/index.php?id=764



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI FIUME
Già CLUB ALPINO FIUMANO

1885 - 1985 CENTENARIO DI FONDAZIONE

LIBERATORIA

CON L'ISCRIZIONE ALL'ESCURSIONE DEL **10-13 Maggio 2018**

CHE SI EFFETTUERA' SUI **Monti Lucretili**

La Sezione di Fiume del CAI, nella consapevolezza che ogni attività esercitata in montagna prevede una componente di rischi ineliminabili (in montagna non esiste il "rischio zero"), avrà cura di adottare ogni misura atta a tutelare l'incolumità dei partecipanti e si riserva di variare il programma previa tempestiva comunicazione. Per quanto non contemplato nella presente liberatoria si fa riferimento alle disposizioni della CNSASA del CAI. Si ricorda che il programma della gita può subire modifiche ad insindacabile giudizio del coordinatore di gita.

I sottoscritti, partecipanti alla suddetta escursione, firmando la presente dichiarazione liberatoria

- confermano di aver preso visione e compreso il programma della gita nelle sue varie articolazioni;
- dichiarano di conoscere il Regolamento Gite della Sezione CAI di Fiume, scaricabile dal sito web www.caifiume.it;
- dichiarano di essere in buona forma fisica e che questa consente loro di sostenere l'impegno previsto dal programma dell'escursione;
- dichiarano di essere pienamente consapevoli ed informati che la pratica dell'escursionismo in tutte le sue forme e specializzazioni comporta dei rischi;
- dichiarano pertanto di accettare tali rischi e si impegnano ad affrontare l'escursione con il massimo della diligenza e prudenza, attenendosi scrupolosamente alle istruzioni che saranno loro impartite dal Coordinatore di gita e dagli altri eventuali accompagnatori;
- dichiarano di essere in regola con il pagamento del bollino della tessera CAI per l'anno in corso o se non soci di aver sottoscritto preventivamente la polizza di assicurazione infortuni CAI e quella del Soccorso Alpino;
- dichiarano pertanto nel caso avessero a subire lesioni personali, anche con postumi, nello svolgimento dell'attività, rinunciano fin d'ora a proporre querela nei confronti della Sezione, del Presidente, del Coordinatore di gita e dei singoli accompagnatori, atteso appunto che gli eventuali danni sono coperti da garanzia assicurativa;
- consentono il trattamento dei dati personali ai sensi del D. Lgs. N. 196/2003.

Per l'iscrizione di minori di 18 anni è richiesta la firma di un genitore o di chi ne fa le veci.