


## Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione		
Dislivello :	500m mt		
Ore :	6 ore ore		
Difficoltà :	E		
Lunghezza :	10Km km		
Accompagnatore 1:	Muzio		
Accompagnatore 2:	tutti		

Affascinante e panoramica escursione sui Monti Lepini. Andremo alla scoperta del Monte Gemma con un giro ad anello che permette di ammirare diversi ambienti carsici caratteristici dei Lepini e di godere di splendide vedute sul mare e sulle valli circostanti .

Con un rapido, ma comodo sentiero che sale nel bosco raggiungeremo la cima del monte Gemma, che con la sua imponente croce domina la vallata.

Per il rientro seguiremo l'ampia cresta fino a scendere sul fondo del bellissimo Pian della Croce che percorreremo integralmente seguendo l'evidente sentiero che costeggia numerose ampie doline.

### DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E

DISLIVELLO TOTALE: CIRCA 500m

DISTANZA: CIRCA 10km

DURATA: CIRCA 6 ore

TIPOLOGIA: Anello

### MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO

Scarpe da trekking, zaino, bastoni telescopici, T-shirt traspirante (anche una di ricambio), pile o maglione, K-way e giacca antivento (possibilmente in gore-tex), pantaloni comodi per camminare(lunghi), borraccia (acqua almeno 1,5lt), pranzo al sacco, cappello, guanti, occhiali da sole, crema solare, macchina fotografica, lampada frontale per escursioni serali o notturne.

**IMPORTANTE: Scarpe comode per il viaggio e post-escursione!**

### ACCOMPAGNATORI:

Silvia Muzio 3934805965

### CONTRIBUTO ESCURSIONE:

15,00 euro

### APPUNTAMENTO:

#### 1^ APPUNTAMENTO:

- Appuntamento a Roma (da concordare con la guida)

**N.B:** La conferma di prenotazione riguarda esclusivamente l'escursione, **PER LA POSSIBILITA' DI PASSAGGIO CONTATTARE LE GUIDE** via mail, tramite WhatsApp o telefono.

#### 2^ APPUNTAMENTO:

-ore 10.00 Loc. Santa Serena Supino (FR)

(Per chi ha bisogno dei servizi e della colazione prima dell'inizio dell'escursione, consigliamo di fermarsi lungo il percorso, in quanto sul luogo dell'appuntamento non sarà possibile)

**NOTE AGGIUNTIVE:**

In caso di utilizzo di auto private a pieno carico, i costi di carburante e autostrada vengono divisi dagli occupanti della macchina (massimo 2 su ogni fila posteriore) escluso il proprietario del veicolo.

**? PRENOTAZIONI:** <https://www.startrekk.it/prenotazioni.php?id=1820>

**N.B.** L'itinerario proposto potrà subire variazioni ad insindacabile giudizio dell'accompagnatore sulla base delle condizioni di sicurezza che saranno valutate prima e durante dell'escursione.

**IMPORTANTE:** Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento.

Tessera Federtrek 15,00 euro, con possibilità di farla il giorno stesso.

Per velocizzare le operazioni di emissione della tessera stampa il modulo allegato e portalo con te già predisposto e firmato  
<https://www.startrekk.it/pdf/tessera.pdf>