



MONTI RUFFI **"Le Mammelle d'Italia"**

Dalla Valle dell'Aniene alla Valle del Giovenzano

PROGRAMMA

- Ore 08:00** Ritrovo dei partecipanti a Carsoli in località Piè la Porta e partenza con mezzi propri in direzione del borgo di Marano Equo (450 mt s.l.m.).
- Ore 08:30** Dal paese di Marano Equo si prosegue sulla strada asfaltata che conduce al Santuario della Madonna della Quercia (480 mt) dove si parcheggia l'auto. Da qui, si segue la carrareccia, per piegare poi verso sinistra ed imboccare la vecchia mulattiera che in breve raggiunge prima il pianoro di Prato Marano (750 mt) e, subito dopo la Piana del Merro (800 mt). Raggiunto il fontanile, si risale sulla sinistra l'ampia traccia fino ad arrivare nella splendida valle della Retommella. Dal ripiano erboso, si stacca verso destra il sentiero ripido che entra nel bosco, raggiungendo prima la sella di Forca Travella e subito dopo la vetta del monte Costasole (1.253 mt s.l.m.). Dopo una breve sosta, si torna indietro, fino alla sella di Forca Travella, dove sulla sinistra parte una mulattiera che in breve ci fa entrare nella Valle Prata. Dalla valle, mantenendosi in direzione nord-ovest si raggiunge il piccolo paese di Saracinesco (RM) posto a 900 mt s.l.m.
- Ore 14:00** Termine escursione e rientro a Carsoli.

Livello Difficoltà: E

(ESCURSIONISTICA)

- Dislivello complessivo: 800 mt ca;
- Durata Escursione: circa 5 ore (soste comprese);

Equipaggiamento da alta montagna
 ➤ *Giacca antivento, cappello, guanti, scarponi, crema solare, acqua, viveri; si consiglia l'uso di bastoncini telescopici*

PER LA PARTECIPAZIONE ALL'USCITA E' OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE - ENTRO VENERDI' 22 MARZO - CONTATTANDO I COORDINATORI:

Roberto D. 329.5695112
Valerio S. 320.4816556



Dal 1600 in poi, un numero considerevole di pittori che frequentava l'area di Olevano Romano, ritraeva i monti Ruffi con il titolo di "mammelle", riferendosi alla particolare conformazione dei monti con vista da quel versante. Si contano circa 21 opere con questo titolo.



SEZIONE CA
CARSOLI
"SANDRO IACUZZI"

Indirizzo: Via Mario Galfi snc - 67061 CARSOLI (AQ)
 Sito internet: <http://www.caicarsoli.it>
 E-mail: info@caicarsoli.it



Seguici su
Facebook