



Gruppo Monti Lucretili Monte Gennaro (1271 m) Domenica 26 Gennaio 2025

Descrizione itinerario:



Dal limitare dell'abitato di Marcellina (Via Generale Cantore) si inizia a camminare su una carrareccia (sentiero CAI 301) attraversando la località Colvecchio. Si prosegue fino ad un cancelletto, oltrepassato il quale il sentiero abbandona la strada sterrata e si fa via via più ripido fino a inerparsi lungo un fosso (circa 30 min. dalla partenza). Nei dintorni del primo fontanile in disuso si nascondono a destra gli imponenti resti repubblicani di una delle tre domus della Scarpellata (Monteverde) e delle chiuse-cisterne per la captazione delle acque. Man mano che si sale di quota, faggi e agrifogli prendono il posto delle querce. Diffusa è la presenza di piante balcaniche, quali l'albero di Giuda, lo Styrax off. (simbolo del Parco) e il carpino orientale. Alla vista delle alte "guglie" (Bammocci) della parete rocciosa del Monte Alucci (1017 m), il tracciato del sentiero prosegue con pendenza finalmente più morbida su un tratto parzialmente scavato nella roccia, che facilitava in passato la discesa dei carri. Arrivati a quota 1000 m circa (2 h dalla partenza) si giunge ad un bivio: a destra si va in direzione dell'"anfiteatro linceo" (loc. Pratone), a sinistra si prosegue per la vetta del Monte Gennaro. Si attraversa una valletta erbosa e, usciti definitivamente dal bosco, si affronta il tratto finale, di nuovo piuttosto scosceso e disagiata per la presenza di una pietraia, per raggiungere finalmente la cima (circa 45 min dal bivio). Dall'acropoli dei Lucretili, ove alcuni studiosi pensano possa giacere un'area dedicata al culto di Giano, si può godere di un vasto, magnifico panorama che spazia dal Tirreno alle cime più alte dell'Abruzzo. Escursione dal dislivello non particolarmente elevato, ma da considerarsi impegnativa per la pendenza media piuttosto sostenuta; si consiglia pertanto di affrontarla solo se adeguatamente allenati.

Iscrizioni:

Tutti gli interessati a partecipare dovranno contattare il responsabile dell'escursione per l'iscrizione.

Per i Soci: le adesioni verranno prese fino alle ore 20:30 di giovedì 23 Gennaio 2025, non oltre.

Per i non Soci: le adesioni verranno raccolte esclusivamente dalle 19:30 alle ore 20:30 di giovedì 23 Gennaio 2025 presso la sede della Sezione; occorrerà fornire codice fiscale, data di nascita, e-mail e numero di cellulare per l'attivazione obbligatoria dell'assicurazione CAI, che deve essere pagata in contanti contestualmente all'iscrizione e non è rimborsabile in caso di annullamento. E' possibile scegliere tra due combinazioni: premio combinazione A: 8,40 €; premio combinazione B: 16,75 €. A queste due combinazioni è possibile aggiungere una quota di 4,55 € per il Soccorso alpino, tale quota a discrezione del responsabile dell'escursione può essere resa obbligatoria.

Note: pranzo al sacco ed almeno un litro di acqua. Si consiglia di portare alimenti energetici (frutta secca, barrette o simili) ed integratori salini. Si raccomanda vivamente di valutare opportunamente il proprio grado di allenamento in relazione all'impegno richiesto dall'itinerario.

Difficoltà	Dislivello in salita	Dislivello in discesa	Durata prevista (ore di marcia)
E	970 m	m 970 m	6.00 (5.30)

Equipaggiamento	Accompagnatori
Abbigliamento invernale da montagna "a strati" adeguato alle condizioni meteo (portare comunque sempre giacca impermeabile, cappello e guanti di lana o pile, lampada frontale). Obbligatorie scarponi da trekking alti.	Massimo Graziani (responsabile) massimograziani70@gmail.com 335 8799501

Appuntamento

**Domenica 26 Gennaio 2025 ore 8:00 presso l'uscita GRA n.15 La Rustica
– parcheggio magazzini Metro**

**Con l'iscrizione all'escursione il partecipante dichiara di conoscere e accettare
le Regole di comportamento per le escursioni sociali della Sezione di Frascati**