

25-26 Ottobre Francigena (Vetralla – Sutri – Bracciano - Roma)

Primo giorno trekking:

Il nostro trekking inizia a Vetralla, il punto di arrivo dell' escursione in Lazio dello scorso anno. Iniziamo a camminare dal Duomo e usciti dal centro, percorriamo un bellissimo tratto in una fitta foresta, prima di arrivare alla chiesetta della Madonna di Loreto. Da qui attraversiamo un immenso nocciolo e costeggiamo alcune querce monumentali, prima di arrivare alle Torri d'Orlando, ruderi di un antico monastero.

Proseguiamo verso il delizioso borgo di Capranica, e poi verso Sutri, perla semiconosciuta lungo la Francigena, con il suo Anfiteatro scavato nel tufo, il Mitreo e il bel centro storico.

Acqua e punti di ristoro solo a Capranica.

L'escursione non presenta nessuna difficoltà, va comunque tenuto conto che si tratta sempre di un'escursione trekking di quasi 24 km, va quindi portata l'attrezzatura necessaria, zaino , scarponcini da trekking ed è necessario portarsi sufficiente acqua da bere. Il tipo di percorso si svolge per il 55% su strade sterrate e carrarecce, per il 17% su sentieri e mulattiere e per il 28% su strade pavimentate.

Punto di partenza: Vetralla, Duomo **Arrivo:** Sutri, Anfiteatro romano Lunghezza totale 23.9 km
EF escursione facile ma lunga Durata 6:30 h - 500 m complessivi sia in salita che in discesa

A Capranica (16 km di camminata circa) è possibile uscire per accorciare la tappa.

Un' altra soluzione e va concordata con i capigruppo **rispettando rigorosamente gli orari**, può essere quella di effettuare soltanto gli ultimi otto chilometri unendosi agli escursionisti che passano da Capranica.

Alternativa all' escursione a piedi:

Questo è un programma di massima di proposte alternative al trekking .

Questa variante deve essere autogestita dai partecipanti e va concordata con l'autista ed i capigruppo .

Lago di Vico.:

Il lago di Vico è oggi uno dei laghi più belli ed integri d'Italia caratterizzato da una morfologia unica e da una coltre di verde che si estende da valle sui tutti i rilievi circostanti.

Da visitare :

- 1) Il paese di **Ronciglione** caratteristico borgo di origini Medievale, arroccato su un ciglione Tufaceo. Oltre il centro storico è da visitare il Duomo Barocco del XVII secolo.
- 2) Il paese di **Capranica** altro paese che merita senz'altro una visita. Anche questo è costruito come Ronciglione su una lingua tufacea. Da visitare il centro storico racchiuso tra due antiche porte ed il Duomo.

Sutri:

Da visitare inoltre **Sutri** , il punto di arrivo del gruppo degli escursionisti.

Punti di interesse: il centro storico , l'anfiteatro etrusco romano, la splendida necropoli etrusca rupestre e il misterioso Mitreo , antichissimo luogo di culto dedicato al dio Mitra, nel medioevo diventata la chiesa della Madonna del Parto.

Bracciano:

Arrivati a Bracciano sono da visitare il paese e chiaramente l'omonimo lago.

Inoltre tra i punti turistici di maggiore interesse c'è senz'altro il famoso **Castello Orsini-Odescalchi**, di epoca medievale, che continua ad ospitare feste di matrimonio di rilevanza internazionale.

Ancora arredato come all'epoca del suo massimo splendore, il Castello conserva in alcune sale al suo interno un museo molto curato che ospita importanti raccolte di armi e armature medievali.

All'interno del borgo storico è possibile visitare anche il **piccolo museo di Bracciano**, ricco di reperti del territorio circostante e che rappresentano la storia del paese.

I panorami che si possono ammirare dal paese, come dal Belvedere della Sentinella o dalla Chiesa di Santa Maria del Riposo, lasciano il visitatore senza parole, stupito dalle meraviglie naturali che vede stenderglisi davanti.

A poca distanza dal centro storico si possono trovare dei luoghi interessanti da visitare, come il **Museo Storico dell'Aeronautica Italiana** sulle rive del Lago.

Secondo giorno trekking:

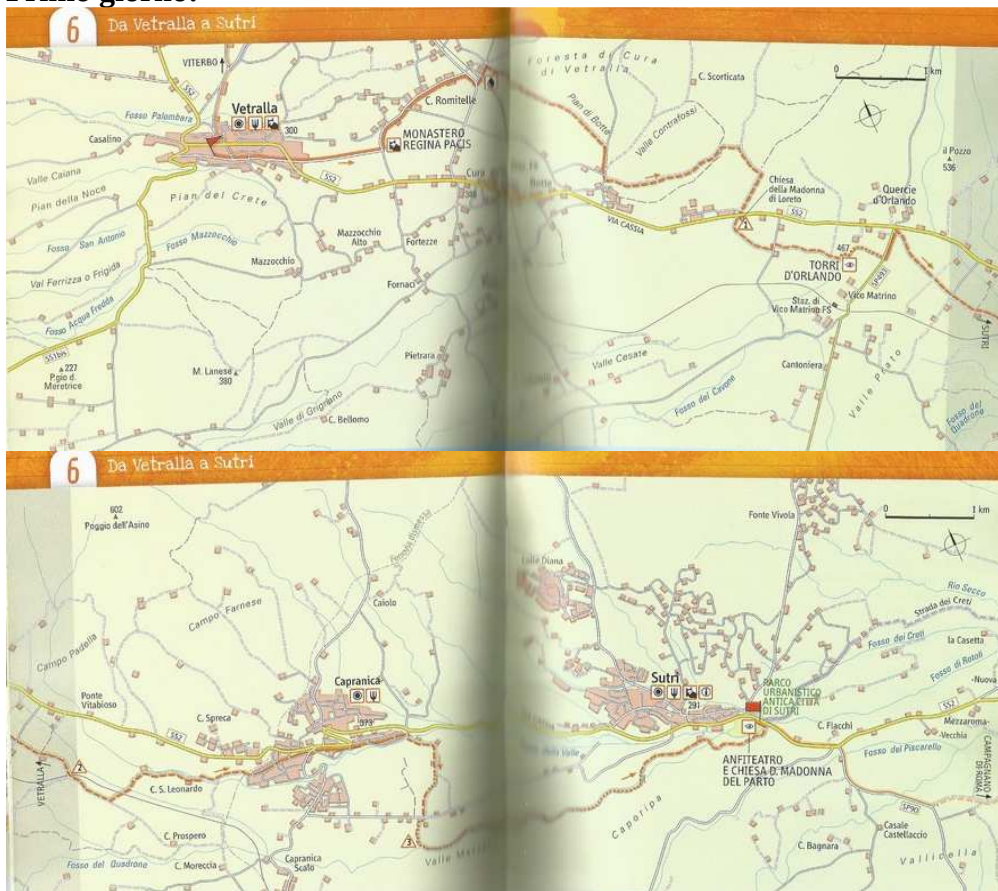
Escursionisti: L'ultima tappa della Francigena purtroppo comporta l'attraversamento della periferia di una metropoli, e siamo costretti a camminare a lungo su strade molto trafficate.

A causa della mancanza del marciapiedi lungo un tratto di 800m sulla Via Trionfale vi consigliamo la massima prudenza. Comunque per accorciare la parte su asfalto se possibile, prendiamo la variante dell' Insugherata in corrispondenza dell' incrocio con la via Trionfale. L'insugherata è una riserva naturale ai confini di Roma che presenta numerosi reperti archeologici al suo interno. La vista dal belvedere di Monte Mario ci farà dimenticare i pezzi su strada dell'ultima tappa della Francigena, prima della discesa verso Piazza San Pietro, la nostra meta. Punti di ristoro e fontane frequenti lungo tutto il percorso.

Partenza: La Storta, Chiesa Parrocchiale (cappella della visione). **Arrivo:** Roma, Piazza San Pietro. Lunghezza totale 17.2 km (18,9 con la variante dell' insugherata) EF facile ma abbastanza lunga.

Per chi decide di non camminare visita nella zona di Bracciano e giro per Roma dove si ritroveranno nel pomeriggio con gli altri escursionisti (posto di ritrovo da definire con l'autista ed i capigruppo).

Primo giorno:



Secondo giorno:

