

PROGRAMMA DELLE ATTIVITA' 2019



DOMENICA 6 GENNAIO

SABINA: DA SCANDRIGLIA ALLE PRATELLE

Dislivello 320 m - Durata 3,00 ore - Difficoltà E
AEV Mario Galassi 339 1177868
AV Roberto Iannello 377 1525183

SABATO 12 GENNAIO

CORSO DI NORDIK WALKING

AEV e Istruttore SINW Mario Galassi 339 1177868

DOMENICA 13 GENNAIO

TUSCIA: DA BOMARZO ALLA RISERVA NATURALE MONTE CASOLI

Dislivello: 200 m - Durata: 4 ore - Difficoltà E
AEV Mario Galassi 339 1177868
AV Nadia Vicentini 333 5921522

DOMENICA 20 GENNAIO

MONTE LEPINI: DA CARPINETO ROMANO AL MONTE CAPREO (1421 M)

Dislivello 760 m - Durata 4,00 ore - Difficoltà E
AEV Mario Galassi 339 1177868
AV Roberto Iannello 377 1525183

DOMENICA 27 GENNAIO

GRUPPO VELINO-SIRENTE: IL RIFUGIO LA VECCHIA (1887 M) CON LE CIASPOLE

Dislivello 550 m - Durata 4,00 ore - Difficoltà E - Lunghezza 10 km
AEV Mario Petrassi 338 9717878
AEV Piera Volpati 342 8576000

DOMENICA 3 FEBBRAIO In collaborazione con l'ass. "Dedalo Trek"

PARCO NATURALE VALLE DEL TREJA: DA MAZZANO ROMANO A CALCATA

Dislivello 300 m - Durata 3,30 ore - Difficoltà E
AEV Mario Galassi 339 1177868
AEV Francesco Reale 333 1320043

SABATO 9 FEBBRAIO

CORSO DI NORDIK WALKING

AEV e Istruttore SINW Mario Galassi 339 1177868

DOMENICA 10 FEBBRAIO

MONTE SIMBRUINI: CERVARA DI ROMA E L'ANELLO DI MACCHIALUNGA E PRATAGLIA

Dislivello 300 m - Durata 4 ore - Difficoltà E
AEV Mario Galassi 339 1177868
AV Nadia Vicentini 333 5921522

DOMENICA 24 FEBBRAIO

MONTE LUCRETILI: DA MARCELLINA AL MONTE MORRA (1036 M)

Dislivello 700 m - Durata 5,00 ore - Difficoltà E - Lunghezza 14 km
AEV Antonio Leggio 338 6207654
AEV Piera Volpati 342 8576000

SABATO 2 MARZO

CORSO DI NORDIK WALKING

AEV e Istruttore SINW Mario Galassi 339 1177868

DOMENICA 3 MARZO

UMBRIA: DA NARNI AL CENTRO D'ITALIA E AL CASTELLO ALBORNOZ

Dislivello 400 m - Durata 3,30 ore - Difficoltà E - Lunghezza 9,5 km
AEV Mario Galassi 339 1177868
AV Nadia Vicentini 333 5921522

DOMENICA 10 MARZO

CASTELLI ROMANI: DA PANTANO DELLA DOGANELLA AL FONTANILE DEL VIVARO

Dislivello 500 m - Durata 4,30 ore - Difficoltà E - Lunghezza 11 km
AEV Mario Petrassi 338 9717878
AEV Piera Volpati 342 8576000

DA SABATO 23 A DOMENICA 24 MARZO

MARCHE, LA VALLE DEL POTENZA A SAN SEVERINO MARCHE

Da San Severino Marche, belle escursioni dai notevoli aspetti naturalistici, storici e paesaggistici tra boschive valli e ampi panorami sommitali dai quali si può godere il tipico paesaggio maceratese
Difficoltà E

AEV Mario Galassi 339 1177868
AV Nadia Vicentini 333 5921522

DOMENICA 31 MARZO

ABBRUZZO: LE GROTTI DI STIFFE

Dislivello 120 m - Durata 3 ore - Difficoltà T/E
AEV Mario Galassi 339 1177868
AV Nadia Vicentini 333 5921522

SABATO 6 APRILE

CASTELLI ROMANI: DA MONTE COMPATRI AL MONTE SALOMONE E ROCCA PRIORA

Dislivello 400 m - Durata 4,30 ore - Difficoltà T/E - Lunghezza 10 km
AEV Mario Petrassi 338 9717878
AEV Piera Volpati 342 8576000

DOMENICA 7 APRILE

URBAN TREK: TOUR CAFFARELLA-APPIA ANTICA

Dislivello: 50 m - Durata: 6 ore - Difficoltà T - Lunghezza 10 Km
AV Marina Fiorenti 338 1226515

DOMENICA 7 APRILE

RISERVA MONTE CERVIA E NAVEGNA: IL MONTE CERVIA DA PAGANICO

Dislivello 830 m - Durata ore - Difficoltà E - Lunghezza 13,5 km
AEV Antonio Leggio 338 6207654
AV Roberto Iannello 377 1525183

SABATO 13 APRILE

CORSO DI NORDIK WALKING

AEV e Istruttore SINW Mario Galassi 339 1177868

DOMENICA 14 APRILE

TUSCIA: BLERA, LE NECROPOLI

Dislivello 150 m - Durata 4,30 ore - Difficoltà E
AEV Mario Galassi 339 1177868
AV Marina Fiorenti 338 1226515

DA SABATO 20 A LUNEDÌ 22 APRILE 2019

PASQUA AL LAGO TRASIMENO: "UN GIOIELLO INCASTONATO FRA LE DOLCI COLLINE UMBRE"

alla scoperta del territorio Umbro che circonda il lago Trasimeno, e del suo paesaggio storico inconfondibile, riprodotto nelle tavole di tanti maestri pittori del secolo XV.

Difficoltà T/E
AEV Mario Galassi 339 1177868

DA SABATO 27 APRILE A MERCOLEDÌ 1 MAGGIO 2019

CILENTO, VALLO DI DIANO, VAL D'AGRI

Scopriamo un'area di straordinario fascino tra la Campania e la Basilicata, ricca di storia e di una natura di grande valore naturalistico.

AEV Mario Galassi 339 1177868
AV Nadia Vicentini 333 5921522

SABATO 4 MAGGIO In collaborazione con l'associazione "Insieme SDT"

MONTE SABINI: LA VALLE DEL FARFA

Dislivello 200 m - Durata 3,00 ore - Difficoltà T
AEV Mario Galassi 339 1177868
ACC Loredana Fauci 339 1036684

DOMENICA 5 MAGGIO

CASTEL D'ASSO

Dislivello: 50 m - Durata: 6 ore - Difficoltà T - Lunghezza 5 Km
AV Marina Fiorenti 338 1226515
Acc. Roberto Giordano

SABATO 11 MAGGIO

LAGO DI CORBARA: SULLE COLLINE DI TITIGNANO

Dislivello 500 m - Durata 4 ore - Difficoltà E

AEV Mario Galassi 339 1177868

AV Nadia Vicentini 333 5921522

DOMENICA 12 MAGGIO

ESCURSIONE PIGLIO LAGHETTO VOLUBRO

Dislivello 200 m - Durata 4 ore - Difficoltà T/E - Lunghezza 14 km

AEV Mario Petrassi 338 9717878

AEV Piera Volpati 342 8576000

DOMENICA 19 MAGGIO In collaborazione con l'ass. "Dedalo Trek"

MONTI DELLA LAGA: LA VALLE DELLE CENTO CASCATE

Dislivello 650 m - Durata 4 ore - Difficoltà E - Lunghezza 9 km

AEV Mario Galassi 339 1177868

AEV Francesco Reale 333 1320043

DOMENICA 26 MAGGIO

MONTI DEL CICOLANO: IL MONTE LA SERRA (1607 M), DA PETRELLA SALTO PER LA SELLA DEI FRATI

Dislivello 650 m - Durata 5,00 ore - Difficoltà E - Lunghezza 15 km

AEV Antonio Leggio 338 6207654

AEV Piera Volpati 342 8576000

DOMENICA 9 GIUGNO In collaborazione con l'ass. "I Pontieri del Dialogo"

CASTELLI ROMANI: INFIORATA DI GENZANO

AEV Piera Volpati 342 8576000

DOMENICA 16 GIUGNO

CASTELLI ROMANI: PERIPLO DEL LAGO ALBANO

Dislivello 300 m - Durata 4,00 ore - Difficoltà T/E - Lunghezza 12 km

AEV Mario Petrassi 338 9717878

AEV Piera Volpati 342 8576000

DOMENICA 23 GIUGNO In collaborazione con l'ass. "Dedalo Trek"

TUTTI I GIOVEDÌ

LE PASSEGGIATE VERDI DEL GIOVEDÌ

Escursioni culturali alla scoperta di parchi, riserve naturali urbane, musei e monumenti nascosti e poco conosciuti di Roma e dintorni. Alla scoperta di cultura, arte e storia immersi nella natura. Itinerari che svelano aree verdi di incredibile bellezza da raggiungere sfruttando facili collegamenti con bus e metro all'inizio e alla fine del percorso. Trek urbani e passeggiate alla portata di tutti per conoscere meglio le meraviglie della nostra città. L'organizzazione delle passeggiate è curata da:

AV Nadia Vicentini 333 5921522

PARCO NAZIONALE D'ABRUZZO, LAZIO E MOLISE: DA PESCASSEROLI AL SANTUARIO DI MONTE TRANQUILLO (M 1597)

Dislivello 700 m - Durata 6,00 ore - Difficoltà E

AEV Mario Galassi 339 1177868

AEV Enzo Venerandi 339 5386507

DA MERCOLEDÌ 26 A DOMENICA 30 GIUGNO

BASILICATA: LE DOLOMITI LUCANE

Suggestive guglie di roccia arenaria, dalle forme "dolomitiche", su cui si sono arroccati villaggi e antichi castelli, costituiscono un ambiente ricco di storia umana e naturale.

Difficoltà E

AEV Mario Galassi 339 1177868

AV Roberto Iannello 377 1525183

DOMENICA 7 LUGLIO

IL BORGO DI BASSANO ROMANO

Dislivello 400 m - Durata 3,00 ore - Difficoltà E - Lunghezza 9,5 km

AEV Mario Galassi 339 1177868

AV Marina Fiorenti 338 1226515

DOMENICA 14 LUGLIO

GRAN SASSO: NELLA VALLE DEL CHIARINO

Dislivello 450 m - Durata 3,00 ore - Difficoltà E

AEV Antonio Leggio 338 6207654

AEV Piera Volpati 342 8576000

DA DOMENICA 21 A SABATO 27 LUGLIO

FRIULI: IL PARCO NATURALE DOLOMITI FRIULANE

Alla scoperta della Carnia, luogo incantato tra pascoli e boschi secolari caratterizzati da un elevato grado di wilderness delle sue estese vallate, circondate da splendide e selvagge vette dolomitiche con un ricco patrimonio faunistico e botanico.

Difficoltà E

AEV Mario Galassi 339 1177868

AV Nadia Vicentini 333 5921522

ASSOCIAZIONE CAMMINATORI ESCURSIONISTI ROMA - A.C.E.R.

Internet: www.camminatoriescursionisti.it

Mail: info@camminatoriescursionisti.it

Per partecipare alle attività di A.C.E.R. è necessario avere la tessera FEDERTREK a cui siamo affiliati, e, condividerne i valori.



Tutti i corsi e le uscite di Nordic Walking sono svolti da istruttori SINW

