

Domenica 9 marzo 2025

Monti LUCRETILI



Trekking fatto in collaborazione con le associazioni V.A.R.A. e Amici dei Monti Ruffi.

Il versante sud orientale dei **Monti Lucretili** è quello più interessante sotto l'aspetto geomorfologico, fito-climatico, storico. Nei pressi del **pagus Digentiae**, attuale Licenza, Mecenate fece edificare per il suo diletto poeta Orazio una grande villa con annessa una fertile fattoria. Da questi luoghi dove era stato eretto il tempio della **Dea Vacuna**, ora Roccagiovine, prende l'avvio la nostra escursione che da subito, mediante il sentiero 305, poi 305a si imbocca la Stretta Vallicina per arrivare a Prato dei Porcini posto a quota 885. La vegetazione qui cambia quasi improvvisamente e da bosco misto di latifoglie si tramuta in una folta faggeta con piante monumentali secolari. Il percorso da qui diventa meno impegnativo fino a raggiungere la quota 923 di Piano del Monte il quale segna lo spartiacque tra il torrente Licenza e quello del fiume Aniene. Seguendo il sentiero 305c ove la vegetazione è più rada il panorama volge verso la **Valle Aniene**, i **Monti Ruffi** e più in là i **Monti Prenestini** sino agli ultimi lembi dell'Agro Romano Antico.

Dal Fontanile attraverso una carrabile il percorso diventa meno ripido sino al centro abitato. La camminata si conclude presso la chiesa di Santa Maria, sede del Muvid ore verrà allestita la merenda contadina costituita da noto Pane di Vicovaro e prodotti della gastronomia locale. Nel pomeriggio è prevista una visita guidata nei luoghi più salienti dell'affascinante storia di Vicovaro.

Difficoltà: E **Dislivello in salita:** 400 m **Lunghezza:** 8 Km ca

I° Appuntamento: ore 08:00 Metro Rebibbia

II° Appuntamento Punto di ritrovo e di partenza ore 9:00, Piazza Dea Vacuna Roccagiovine.

L'accompagnatore è disponibile a mettere in contatto gli escursionisti prenotati per condividere il passaggio in auto.

Informazioni e prenotazioni:

AEV Gabriele Lamorgese 3292050056

AEV Nando La Deda 3491994932

Costi dell'escursione: quota gita € 10 ma per bambini e ragazzi fino a 18 anni, l'escursione è gratuita, anche se devono essere accompagnati da genitori o loro delegati. Per partecipare all'escursione è obbligatoria la tessera FederTrek. La tessera costa 15 euro (5 € per i minori), ha la durata di un anno dall'emissione e consente di partecipare a tutte le proposte della nostra associazione ed anche delle altre associazioni federate. Per la prima iscrizione o per il rinnovo seguire la procedura indicata sul sito di Sentiero Verde (www.sentieroverde.org). **Cosa Portare:** Zaino giornaliero, scarpe da trekking, abbigliamento a strati con indumenti traspiranti e antivento, mantellina antipioggia, borraccia; consigliati i bastoncini. Pranzo al sacco a carico dei partecipanti.