



# Martani Trekking

## da Cesi a Portaria

**Domenica 21 Agosto 2022**



*Un suggestivo sentiero nel bosco ci porterà dall'abitato di **Cesi** alla chiesa di **Sant'Erasmo**, da cui si domina la conca ternana. Da qui, costeggiando il **Monte Torre Maggiore**, giungeremo all'eremo della **Romita**, fondato nel 1213 da San Francesco d'Assisi, immerso in un'atmosfera di pace e spiritualità. Dopo una ripida discesa, il percorso si conclude nel borgo di **Portaria**.*

### Percorso:

Dislivello: +660 m -670 m

Lunghezza: 14 km

Difficoltà: E

È necessaria un'adeguata preparazione fisica anche se l'itinerario, così come proposto, non presenta particolari difficoltà.

Tempo: 5,30 ore + soste

Per ragioni non dipendenti dagli organizzatori l'escursione potrà subire variazioni.

### Organizzazione:

Ore 7.30 partenza (puntuali) con mezzi propri dal parcheggio antistante Decathlon (S.Eraclio).

Previsto rimborso spese per chi mette a disposizione la propria auto

Ore 9.00 inizio escursione da Cesi

Rientro nel tardo pomeriggio

Equipaggiamento: scarpe da trekking ben rodate; abbigliamento adeguato al periodo; indumenti di ricambio da lasciare in macchina; consigliati i bastoncini

Pranzo al sacco

Rifornimenti idrici NON presenti lungo il percorso

Obbligatoria la prenotazione entro venerdì 19 agosto solo tramite messaggio Whatsapp ai referenti. Possono partecipare, oltre ai soci CAI in regola con il tesseramento 2022, anche i non soci purché regolarmente assicurati. La stipula ed il relativo pagamento (€ 7,50) dovranno avvenire entro giovedì 18 agosto. La partecipazione all'escursione sottintende il rispetto del regolamento CAI per le escursioni e le note operative del CAI centrale.

Referenti: Augusto Martani tel. 3294717741 Laura Bettini tel. 3395927332