

## La Grotta dei Frati e le Lame Rosse



### Domenica 19 Aprile

#### Descrizione

Bellissimo trekking che ci farà vivere emozioni vere: partiremo dal parcheggio nei pressi della diga e arriveremo prima alle Lame Rosse, il fantastico canyon delle Marche, e poi alla Grotta dei Frati, un eremo scavato nella valle ai piedi del Monte Fiegni. Uno SPETTACOLO!

Riservato ai non deboli di cuore :)

Il canyon delle Lame Rosse, il Lago di Fiastra, il silenzio del bosco, le fioriture primaverili, l'antico eremo...

Emozioni vere! Da vivere tutte d'un fiato.

Non mancheranno sorprese!

#### Punto di Ritrovo e Mezzi di trasporto

Il ritrovo sarà alle ore 09:00 al parcheggio della diga del Lago di Fiastra. Ai partecipanti verrà inviata la posizione esatta tramite Google Maps. Il trasporto è con mezzi propri.

#### Caratteristiche Tecniche

Percorso A/R

Distanza Totale circa 12 km

Dislivello positivo totale circa 870 m

Difficoltà MEDIA

Tempo di percorrenza (soste escluse) 6 h

Percorso su sentiero, non ci sono tratti esposti.

### Requisiti personali

Essere allenati alla camminata in montagna. Età minima 12 anni (se ben allenati alla camminata). Amici a 4 zampe ammessi.

### Abbigliamento e Dotazione necessaria

Obbligatorio: scarpe/scarponi da trekking, giacca/k-way/guscio antipioggia, almeno 1,5 lt di acqua, snack/frutta secca, pranzo al sacco. Abbigliamento a strati in base alle temperature attese.

Consigliato: cambio completo da lasciare in auto, macchina fotografica, binocolo,

### Quota di partecipazione

La quota di partecipazione è di € 20,00 a persona (gratis i minori) e comprende l'accompagnamento della Guida Ambientale Escursionistica e assicurazione RCT. La quota può essere pagata tramite prenotazione online anche con carte di credito/debito oppure in contanti il giorno dell'evento (si prega di portare con se l'importo esatto).

### Eventuale annullamento escursione

La Guida si riserva la possibilità di annullare l'evento fino al giorno prima nel caso in cui non venga raggiunto il numero minimo di partecipanti. In caso di condizioni atmosferiche o ambientali tali da non consentire lo svolgimento in sicurezza, l'escursione può essere modificata o annullata il giorno stesso dell'evento.

### Informazioni, Prenotazioni e Contatti

Per partecipare è necessario prenotarsi contattando la Guida:

Cristian Canonico (GAE) +39 351 799 0844 (anche Whatsapp o Telegram)  
[cristian@endlessexperiences.it](mailto:cristian@endlessexperiences.it)

[www.endlessexperiences.it](http://www.endlessexperiences.it)

[contact@endlessexperiences.it](mailto:contact@endlessexperiences.it)

