

CON IL PATROCINIO DI



ASSOCIAZIONE
ITALIANA
ONCOLOGIA
MEDICA

AIOM SEZIONE LAZIO

AIOM TREKK

CAMMINARE VERSO...

SABATO 10 GIUGNO / ORE 9

RISERVA NATURALE REGIONALE MONTERANO

(Canale Monterano) ROMA



INFO, PRENOTAZIONI E COSTI:

Prenotazione obbligatoria
tramite mail
etruria@onconauti.it
COSTO 10 EURO

A CHI È RIVOLTO

Operatori sanitari,
pazienti oncologici
e caregivers

LUOGO DEL RITROVO

Canale Monterano
località
Piazza Carraiola

Difficoltà: Media
Distanza: circa 8 Km
Tipologia: A piedi

Canale
Monterano

SENTIERO
ROSSO

via Casale
Persi

Diosilla

Antica
Monterano

HEALTHY LIFESTYLE DAY

Escursione, con guida
qualificata AIGAE" e picnic
"a tema", con alimentazione
sana. Durante il picnic, piccolo
intervento del nutrizionista,
con indicazioni sintetiche
e consigli pratici.



CENTER FOR
INTEGRATIVE
ONCOLOGY



Alla scoperta della riserva naturale regionale Monterano

ORE 09,00 - App.to a Canale Monterano località Piazza Carraiola dove si parcheggiano le macchine.

Si parte a piedi e si attraversa il paese di Canale Monterano dove si può usufruire di servizi bar o alimentari.

ORE 09,30 - Inizia il percorso verso la Riserva Si scende dalla Cascata della Diosilla,,Valle del Bicione, sosta per la descrizione delle emergenze naturalistiche della Riserva e si sale per il Cavone o Tagliata Etrusca verso l'antico abitato di Monterano. Ci appaiono le tombe etrusche il Fontanile e l'Acquedotto, sulla sinistra dal lato opposto della vallata, la Greppa dei Falchi, sulla destra le grotte e le stalle.

ORE 11,30 - Arriviamo all'abitato per la visita dell'antico abitato Monterano: il castello, la chiesetta di San Rocco, il borgo e continuazione per la Chiesa di San Bonaventura.

ORE 13.00 - Pausa per il pranzo sul grande prato antistante la Chiesa, piccolo spazio con acqua e tavoli.

ORE 14,30 - Preparativi per il ritorno e partenza per la Via Casale Persi e Via Palombara, Zona Campo Sportivo e via Monterano.

ORE 16,00 - Arrivo al paese di Canale Monterano, pausa e merenda prima della partenza.

EMERGENZE

Cascata della Diosilla, ambiente ripariale, zolfataro, miniere, tagliata etrusca, Antico abitato di Monterano.



ABBIGLIAMENTO

Andiamo all'interno di una riserva naturale, è quindi indispensabile vestirsi con scarpe comode senza soles lisce, preferibilmente scarpe da trekking, abiti comodi e portarsi dietro poche cose. Meglio un piccolo zaino con acqua, cappello e cose personali urgenti.