



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE di APRILIA APS-ETS

04011 APRILIA Via Carlo Cattaneo, 2

Tel. 06 93376771(mer. e ven. ore 18-19,30)



www.caiaprilia.com

info@caiaprilia.com



CAI-Sezione di Aprilia

cai_sezionediaprilia



32

ISOLE PONZIANE

TRAMONTO A PUNTA INCENSO

09 e 10 settembre 2023

Luoghi e orari di partenza: (appuntamento 10 minuti prima della partenza)

Campoverde	Piazzetta centrale (bar Bernini)	Ore 06.00
Aprilia	Piazza dei Bersaglieri	Ore 06.15
Latina	Via Signorini (centro commerciale Morbella)	Ore 06.45

PROGRAMMA

Primo giorno: “Punta Incenso”

Data di effettuazione	Categoria	Difficoltà	Pranzo	Mezzo di trasporto
09 settembre 2023	Escursionismo	E	Al sacco	Pullman/Traghetto

Descrizione del percorso: “Tramonto e alba a Punta Incenso”

Partenza in pullman GT, come da orari su scritti, già vestiti da escursione, arrivo a Terracina e imbarco per Ponza ore 8:40, sbarcati a Ponza Porto (10,30 circa), visita libera della città. **NB. Premunirsi di biglietto, per il ritorno in bus del giorno dopo, costo a corsa € 2,00.** Alle ore 14,15 raduno sul marciapiede davanti alla spiaggia di sant'Antonio, (di fronte Gelateria) e partenza per Punta Incenso, il percorso trekking si svolge su strada asfaltata, sterrata e sentiero, per circa 8km, fino alla località di Cala Caparra, Capolinea bus di Punta Incenso, da qui inizia il sentiero CAI n. 562 che dopo una breve salita ci porta sul pianoro di Punta Incenso, circa 30 minuti di percorso, dove potremo godere di un panorama a 360 gradi dell'isola, qui attenderemo il tramonto (ore 19,28), meraviglioso scenario del sole che tramonta a ovest sul mare dietro l'isola di Palmarola, splendidi sono i colori che vanno dal blu al celeste, dal rosa al rosso. Dopo lo “spettacolo” accendiamo le lampade portatili e ci avviamo verso il rustico, che dista circa 10 minuti di cammino, qui consumeremo la cena che ci ha preparato Salvatore, menù a sorpresa e pernosteremo con sistemazione in sacco a pelo di proprietà e materassino.

La mattina seguente lo spettacolo continua perché volgendo lo sguardo verso est vedremo sorgere il sole che spunterà dietro l'isola di Ventotene (ore 6,41).

Notizie utili:

Il sole sorge alle ore 6:41 e tramonta alle ore 19:28

GRUPPO	Dislivello in salita	Dislivello in discesa	Lunghezza planare	Tempo stimato
UNICO	353 m	278 m	9.0 Km	4h:30m(escluso soste)

Secondo giorno: “Isola di Zannone”

Data di effettuazione	Categoria	Difficoltà	Pranzo	Mezzo di trasporto
10 settembre 2023	Escursionismo	E-Balneare	Sulla Barca	Barca/Traghetto/Pullman

Descrizione del percorso: “Isola di Zannone - Parco Nazionale del Circeo”

L'isola di Zannone fa parte dell'Arcipelago delle Isola Ponziane, essa ha un'estensione di 103 ettari, grazie alla sua notevole rilevanza naturalistica, nel 1979 è entrata a far parte del Parco Nazionale del Circeo. L'isola attualmente è disabitata. Sull'isola troviamo i resti del Monastero di Santo Spirito, eretto nel 504, abitato dai frati Benedettini-Cistercensi fu abbandonato 3 secoli dopo a causa delle frequenti incursioni dei pirati.

Raccomandazioni importanti per questa escursione.

Portare con sè: asciugamano, costume, ciabatte, crema di protezione solare, cappello.

Sistemiamo gli zaini e scendiamo da Punta Incenso fino al Capolinea dei Bus, prendiamo il Bus di linea e in 30 minuti siamo alla spiaggia di Santa Maria, qui c'è la possibilità di fare colazione, dove ci aspetta la

barca che ci porterà a Zannone, trekking dell'isola, "sentiero di Zannone", con bagno finale. Il pranzo, a sorpresa, è offerto dall'equipaggio della barca. Nel pomeriggio rientro al molo del porto, max ore 16.30, a piedi ci avviamo all'imbarco, circa 15 min., recuperiamo il biglietto e ci imbarchiamo, **ore 18:40**, per Terracina dove ci aspetta il pullman per il rientro a casa.

GRUPPO	Dislivello in salita	Dislivello in discesa	Lunghezza planare	Tempo stimato
UNICO	194 m	194 m	3.0 Km	2h:00m(escluso soste)

Equipaggiamento obbligatorio:

Scarponi da trekking, giacca per il vento/pioggia, cappello per il sole, crema di protezione solare, lampada frontale, fischietto, bastoncini, pronto soccorso personale, cibo e acqua a sufficienza, ricambio abiti, costume, asciugamano, ciabatte, sacco a pelo e materassino per la notte. Il tutto dovrà essere contenuto nello zaino che porteremo con noi.

Accompagnatori:

01	Luigi Candelini (DdE)	328 1044235	02	Giancarlo Brugnara (AE)	335 7625353

Contributo di partecipazione:

Per i soci **€ 195,00** a persona

La quota comprende:

Viaggio in pullman GT A/R; Traghetto A/R; cena con bevande e notte in rustico con proprio sacco a pelo e materassino, Barca con pranzo.

La quota non comprende:

pranzo al sacco; ingresso a musei; spostamenti con mezzi pubblici; tutto quanto non espressamente previsto alla voce "la quota comprende"

Adesioni con prenotazione:

Entro il 15 luglio 2023 si potranno effettuare le prenotazioni nei seguenti modi.

Sul sito CAI Aprilia: www.caiapriliasite.com; per email: info@caiapriliasite.com; presso la sede: Via C. Cattaneo, 2 (ex mattatoio) il mercoledì e venerdì dalle ore 18.00 alle ore 19.30, telefono 06 93376771.

Il saldo richiesto all'iscrizione è l'intero contributo di partecipazione.

Modalità di pagamento: Bonifico bancario tramite IBAN: **IT57W0538773920000001090056** intestato a Club Alpino Italiano Sezione di Aprilia (con comunicazione via mail dell'avvenuto versamento).

Sanzione per cancellazioni e rinunce:

Dopo il 30 luglio: 100% della quota

Nessuna sanzione con sostituto compatibile

Note:

N.B.: Il programma potrà subire variazioni, o annullamenti in base alle condizioni del territorio o meteorologiche che compromettono la sicurezza dei partecipanti a insindacabile giudizio degli accompagnatori.

Note importanti:

Per motivi tecnici e organizzativi questa escursione è riservata a un numero limitato di persone.

TUTTO L'EQUIPAGGIAMENTO E IL NECESSARIO PERSONALE DOVRA' ESSERE CONTENUTO NELLO ZAINO CHE PORTEREMO CON NOI PER I DUE GIORNI DI ESCURSIONE.