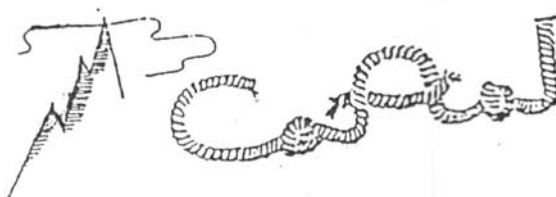




**Club  
Alpino  
Italiano**

**Sezione di Roma**  
Fondata nel 1873



**TITOLO DELL'ESCURSIONE**

**Anello del Lago di Martignano**

| DATA DI EFFETTUAZIONE         | CATEGORIA                 | MEZZO DI TRASPORTO |
|-------------------------------|---------------------------|--------------------|
| <b>Sabato 16 gennaio 2010</b> | <b>CICLOESCURSIONISMO</b> | treno o auto       |

**I APPUNTAMENTO:** ore 8.40 stazione FS di Roma Ostiense – **II APP:** ore 9,45 staz FS Anguillara

**DESCRIZIONE:**

Facile pedalata lungo le colline tra il lago di Bracciano e la via Cassia nell'area protetta del piccolo lago di Martignano, questo itinerario è una libera interpretazione del percorso di Paola & Gino (<http://www.paolaegino.it>), si svolge in gran parte su sterrato (60%).

Il II appuntamento (la stazione FS di Anguillara) è raggiungibile da Roma per la via Cassia.

**Treno regionale 22140 :**

**Roma Ostiense 8:52 – Anguillara 9:45**

**Si ricorda di acquistare anche il biglietto per la bici ( €3,5) valido 24 h.**

**Fermate intermedie**

Roma Ostiense 08:52 - Roma Trastevere 08:55 - Quattro Venti 08:58 - Roma S. Pietro 09:02 - Valle Aurelia 09:06  
Appiano Proba Petronia 09:09, Roma Balduina 09:11, Gemelli 09:14, Roma Monte Mario 09:17, S. Filippo Neri 09:20  
Ottavia 09:23, Ipogeo Degli Ottavi 09:26, La Giustiniana 09:29, La Storta-Formello 09:33, Olgiata 09:36, Cesano Di  
Roma 09:42, Anguillara 09:45

**Prenotazioni per i soci contattando gli accompagnatori oppure in sede giovedì 14 gennaio dalle ore 18 alle 20**

| DISLIVELLO | KM           | TEMPO PRESUMIBILE DI PERCORRENZA |
|------------|--------------|----------------------------------|
| <b>260</b> | <b>KM 23</b> | <b>ore 3</b>                     |

| DIFFICOLTA'  | EQUIPAGGIAMENTI PARTICOLARI                         | ACCOMPAGNATORI   |
|--------------|---|--|
| <b>MC/MC</b> | <b>cacciapertoni,<br/>camera d'aria di ricambio</b> | <b>Alessandro Maria Ponti: 349 1853779</b><br>alessandro.ponti@ciclocairoma.net<br><b>Sestilio Lombardo : 349 2535091</b><br>sestilio@ciclocairoma.net |

**Note: Costo della gita per i non soci €10**

N.B. Si avvertono i soci che le coperture assicurative operano esclusivamente nei confronti dei soci in regola con il pagamento del bollino sociale e del contributo assicurativo da versare secondo le normative emesse dal CAI centrale. Inoltre non sono ammesse iscrizioni nello stesso giorno di effettuazione della gita. Gli acconti versati per le prenotazioni, in caso di disdetta del socio non verranno rimborsati.