



# CLUB ALPINO ITALIANO

## Sezione di Monterotondo

APS - ETS "Il Ginepro"

### SCHEDA TECNICA



#### TITOLO DELL'ESCURSIONE

## ROMA - FIUMICINO

#### DATA DI EFFETTUAZIONE

15 Marzo 2026

#### TIPO ATTIVITA'

Cicloescursionismo

#### MEZZO DI TRASPORTO

AUTO + TRENO

**RITROVO/PARTENZA:** sede CAI di Monterotondo, via dell'Unione n.113, ore 7:45

**COME ARRIVARE AL PERCORSO:** Dalla Sede CAI uscire da Monterotondo e prendere la SS 4 Salaria in direzione Roma per 15 km. Arrivati al GRA e dopo averlo sottopassato al secondo semaforo svoltare a destra in via Castel Giubileo. Percorrere la via per 150 metri e parcheggiare la macchina nei pressi del Chiosco "Il Caffettino", in via Grottazzolina 122.

#### DISTANZA:

17 km

#### TEMPO PERCORRENZA:

25 minuti circa

**DESCRIZIONE PERCORSO:** Dal punto di ritrovo (Il Caffettino) imbrocheremo la pista ciclabile lungo la sponda destra del Tevere. Dopo circa 12 km raggiungeremo Ponte Milvio. Proseguendo sempre sulla ciclabile lungo fiume, arriveremo fino a Ponte Marconi; da qui, percorrendo la ciclabile di via della Magliana, raggiungeremo la zona di Mezzocammino. Dopo una breve sosta, riprenderemo la ciclabile sull'argine del fiume in direzione Fiumicino, fino alla foce del Tevere. Alla foce sarà possibile consumare il pranzo al sacco oppure acquistare un cartoccio di frittura. Terminata la pausa pranzo, rientreremo in direzione Ponte Galeria per raggiungere la stazione ferroviaria di Parco Leonardo. Da qui, tramite treno regionale, scenderemo alla stazione di Settebagni e, con un ultimo tratto su strada di circa 3 km, faremo rientro al punto di partenza.

#### Difficoltà (scala CAI):

MC - Media Capacità tecnica: Percorsi su sterrato con pendenze moderate e tratti leggermente sconnessi. Richiede discreta padronanza del mezzo.

#### Quota di partenza:

25 m

#### Quota massima:

45 m

#### Tempo di percorrenza (escluse soste):

3 h e 30 min

#### Dislivello totale salita:

151 m

#### Dislivello totale discesa:

169 m

#### Lunghezza del percorso:

55 km circa

#### ACCOMPAGNATORI

BONDI MAURO ASC-AE tel. 3939328729  
PERUCH SERGIO Ode - tel. 3491308719

FORTI SIMONA Ode - tel. 3396083988

#### EQUIPAGGIAMENTO TECNICO

**Richiesto:** Casco omologato (obbligatorio), scarpe da MTB o trekking con suola tecnica e buona aderenza, abbigliamento tecnico a strati, guscio impermeabile/antivento, zainetto tecnico o marsupio idrico, acqua (min. 1,5 L), pranzo al sacco, Kit di primo soccorso personale, guanti da MTB, per protezione e comfort, occhiali protettivi contro vento, insetti e polvere.

**Consigliato:** Camera d'aria di scorta + kit riparazione, crema solare, berretto, Cartina/GPS, power bank, ricambio asciutto, coperta termica, lampada frontale, barrette energetiche, sali minerali, Catena antifurto (MTB)

**PRENOTAZIONI E INFORMAZIONI:** Prenotazione obbligatoria entro le ore 12:00 del giorno precedente l'escursione. **Contattare esclusivamente gli accompagnatori ai numeri sopra indicati.** Escursione riservata ai soci CAI in regola con il tesseramento. I non soci possono partecipare esclusivamente previa attivazione dell'assicurazione CAI giornaliera al costo di € 8,40 (Infortuni + RC) + € 4,55 (soccorso alpino) da richiedere in sede almeno due giorni prima dell'escursione, fornendo nome, cognome, codice fiscale e data di nascita. Quota di partecipazione: € 1 (fondo rimborso spese ricognizioni). Le spese per il carburante saranno divise tra i partecipanti. L'attività è ufficialmente deliberata dal Consiglio Direttivo della Sezione CAI di Monterotondo, ed è coperta da assicurazione istituzionale CAI per accompagnatori e partecipanti.

**AVVERTENZE:** I partecipanti devono attenersi scrupolosamente alle indicazioni degli accompagnatori. L'escursione potrà subire modifiche o essere annullata in caso di condizioni meteo sfavorevoli o per motivi di sicurezza. L'escursione è riservata a persone in buono stato di salute e con adeguato allenamento.

**GESTIONE DELL'EMERGENZE:** In caso di necessità, si seguiranno le procedure previste dal Protocollo CAI per la gestione delle emergenze. Il coordinamento sarà a cura degli accompagnatori.