



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Monterotondo

ANELLO COTTANELLO

(Monti Sabini)



DOMENICA

20

SETTEMBRE
2026

DATI TECNICI

DIFFICOLTÀ



E

LUNGHEZZA

15,5 km
circa

DISLIVELLO

+480 m
-480 m



TEMPO DI
PERCORRENZA

5 h circa + soste



QUOTA DI
PARTENZA

550 m



QUOTA
MASSIMA

900 m

SVILUPPO

Anello

MEZZO DI TRASPORTO



AUTO PROPRIE

Condivisione dei posti

APPUNTAMENTO

Ore 6:45

Sede CAI di Monterotondo

Ore 8:15

Cottanello (RI)

COME ARRIVARE

PARTENZA ESCURSIONE:
COTTANELLO (RI)



PARCHEGGIO:

[Apri in Google Maps](#)

DISTANZA: 55 km circa

TEMPO IN AUTO: 1 h e 15 min. circa

DESCRIZIONE DEL PERCORSO

L'escursione si sviluppa ad anello con partenza da **Cottanello**. Dal paese si raggiunge l'**Eremo di San Cataldo**, incastonato nella parete calcarea appena fuori dall'abitato, quindi si prosegue sui sentieri che risalgono verso i Prati di Cottanello.

Attraversando boschi, tratti pietrosi e carrarecce, si raggiungono la zona delle **Casette**, un tempo utilizzate dai pastori che frequentavano questi altipiani, i **Prati di Sotto** e i **Prati di Sopra**: ampi spazi aperti destinati al pascolo, circondati da boschi nei quali spiccano maestose querce secolari.

L'itinerario interessa anche l'area delle antiche cave del celebre marmo rosso di Cottanello, utilizzato fin dall'epoca romana.

Il rientro avviene lungo sentieri e strade forestali che riconducono progressivamente verso il paese, completando l'anello.

NOTE

Percorso escursionistico di medio impegno per sviluppo e dislivello. Alcuni tratti possono presentare fondo pietroso o scivoloso, soprattutto in caso di terreno bagnato. Richiesto normale allenamento alla montagna. **Durante la giornata è prevista la visita all'Eremo di San Cataldo.**

CURIOSITÀ

L'**Eremo di San Cataldo**, scavato nella roccia calcarea, conserva affreschi medievali di grande interesse. Dal 2018, insieme al Marmo rosso di Cottanello, è riconosciuto Monumento Naturale della Regione Lazio.

ACCOMPAGNATORI

Giovanni Pieragostini (ASE)

☎ 339 2152073

Erminio Stazi (OdE)

☎ 349 6705297

EQUIPAGGIAMENTO

ADEGUATO: Scarponi da montagna · Pantaloni lunghi · Giacca impermeabile/antivento · Pile · Guanti · Occhiali da sole · Berretto con visiera · Lampada frontale · Telo termico · Kit di primo soccorso personale · Crema solare · Vestiti di ricambio · Fischietto · Bastoncini da trekking · Acqua (min. 2 litri) · Pranzo al sacco.

OBBLIGATORIO:

PRENOTAZIONI E INFORMAZIONI

Prenotazione obbligatoria entro le ore 12:00 del giorno precedente l'escursione, salvo diverse indicazioni riportate nella locandina.

Contattare esclusivamente gli accompagnatori ai numeri sopra indicati.

Escursione riservata ai soci CAI in regola con il tesseramento. I non soci possono partecipare previa attivazione dell'assicurazione CAI giornaliera da richiedere in sede almeno due giorni prima dell'escursione.

Quota di partecipazione: 1 € (fondo rimborso ricognizioni).

AVVERTENZE

- Il partecipante è tenuto ad attenersi alle indicazioni degli accompagnatori e a non allontanarsi dal gruppo senza autorizzazione.
- Con l'iscrizione dichiara di aver preso visione delle caratteristiche tecniche, della difficoltà e dell'impegno richiesto dall'escursione e di possedere preparazione fisica e tecnica ed equipaggiamento adeguati.
- Gli accompagnatori possono modificare, interrompere o annullare l'escursione qualora condizioni meteorologiche, ambientali, organizzative o di sicurezza lo rendano necessario.
- Gli accompagnatori si riservano inoltre la facoltà di valutare l'idoneità dei partecipanti e di escludere chi non disponga della preparazione o dell'equipaggiamento necessari, o non rispetti le indicazioni impartite.