

Itinerario n. 124 - Da Sutri all'Eremo di San Girolamo

Scheda informativa



Punto di partenza: Sutri
 Distanza da Roma : 55 km
 Lunghezza: 45 km
 Ascesa totale: 950 m
 Quota massima: 920 mslm
 Tempo in sella: 3h 40m
 Sterrato: 78 %
 Cartografia: CTR 1:10.000 fogli 35506/10/11/14/15
 Prima effettuazione: gennaio 2010
 Ultimo aggiornamento: gennaio 2015

Generalità

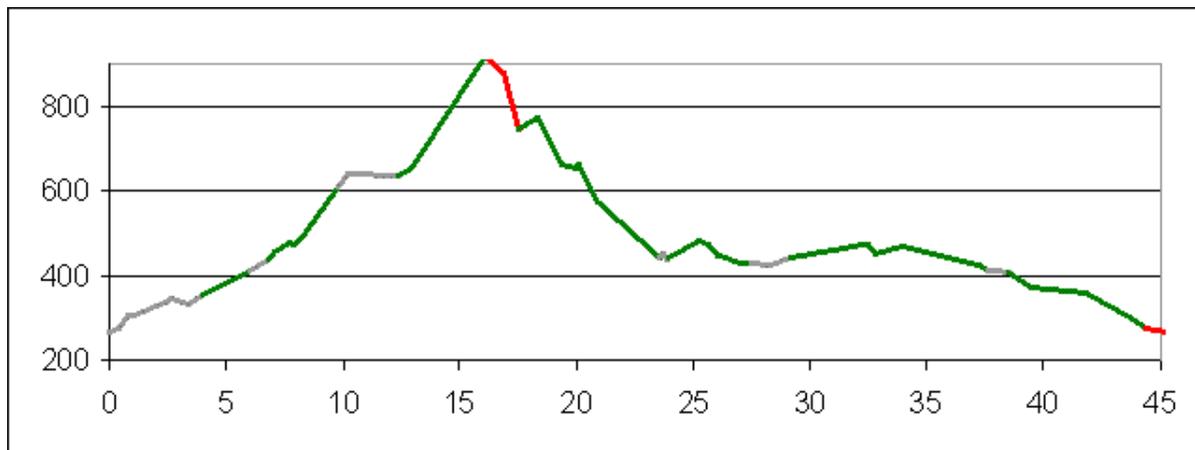
Itinerario mediamente impegnativo ma tecnicamente completo nella zona del lago di Vico. Dall'anfiteatro romano di Sutri si percorre la campagna nei dintorni di Ronciglione per poi salire nel bosco di M.Fogliano. Si scende poi con un divertente sentiero all'eremo di S.Girolamo percorrendo parte della GF del lago di Vico. Su ampie sterrate si ritorna verso Capranica e da qui al punto di partenza

L'itinerario è stato proposto e tracciato da Stefano e Filiberto.

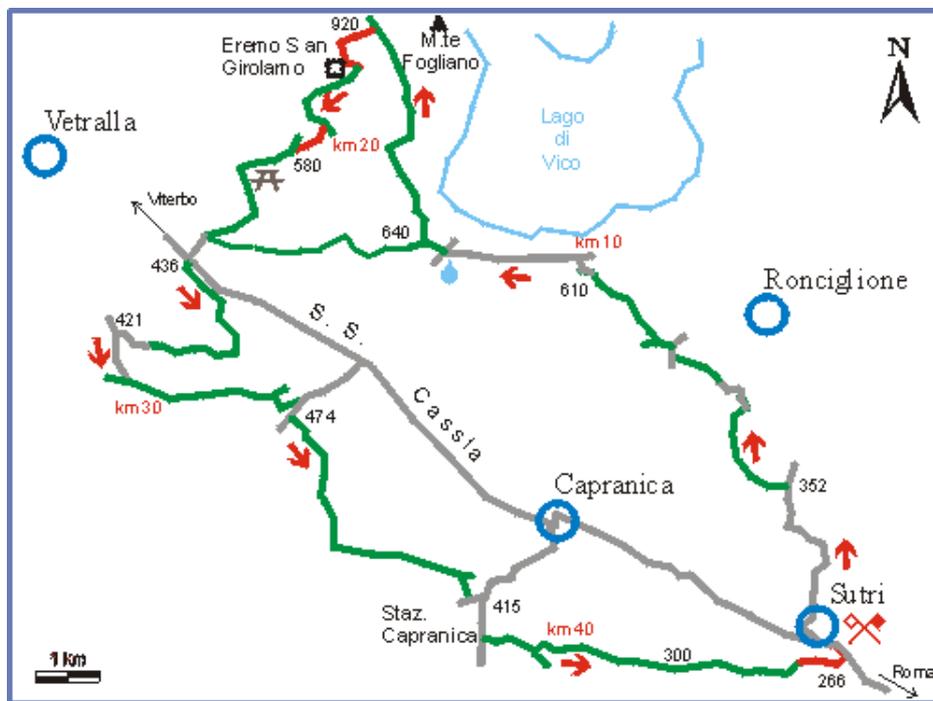
Come arrivare

Per arrivare a Sutri percorrere la via Cassia in direzione Viterbo. Intorno al km 50, subito prima del paese, si parcheggia a sinistra di fronte all'anfiteatro. In alternativa si può utilizzare il treno partendo dalla stazione di Capranica.

Altimetria



Mappa



Descrizione percorso



Km 0,0 - 266 mslm

Dall' anfiteatro si gira a sinistra sulla Cassia percorrendola, con attenzione, per 500 m.



Km 0,5 - 272 mslm

Si entra nel borgo percorrendo la ripida salita di Porta Vecchia.



Km 0,8 - 302 mslm

Arrivati nella bella piazza con al centro una fontana si gira a sinistra passando sotto l'arco e proseguendo in piano. (attenzione in quanto direzione vietata)



Km 1,0 - 302 mslm

Usciti dal borgo si tiene la destra (via Ronciglione)...



..e subito dopo di nuovo a destra su via Nispi Landi. Si prosegue su asfalto su via delle Colombe entrando nel Consorzio S. Benedetto.



Km 2,4 - 340 mslm

Sempre su asfalto si gira a sinistra su via delle tortore.



Km 2,7 - 344 mslm

Si continua a sinistra su via delle tortore con lievi saliscendi.



Km 3,4 - 336 mslm

Usciti dal consorzio si gira a destra sulla statale. Si percorrono 600 m facendo attenzione al traffico.



Km 4,0 - 352 mslm

Si lascia l'asfalto e si prende la sterrata a sinistra. (via Ronciglione 75). Si affronta una breve rampa per poi rimanere in piano.



Al bivio si tiene la destra.

Considerate le numerose deviazioni che si incontrano, vale la regola che salvo diversa indicazione si continua dritto o sulla strada principale.



Km 6,1 - 414 mslm

Si gira a sinistra passando la ferrovia.



Km 6,8 - 437 mslm

Arrivati ad una cabina enel si lascia l'asfalto e si prosegue sullo sterrato di fronte.



Km 7,1 - 456 mslm

In corrispondenza di una curva a sinistra si continua sullo sterrato di destra

km 7,8 - 476 mslm



Si incrocia una strada asfaltata e si gira a destra per un centinaio di metri.



km 7,9 - 475 mslm

La strada asfaltata scende sulla destra. Noi giriamo sulla sterrata di sinistra (via pian del fico)



km 8,2 - 490 mslm

Si lascia la sterrata principale e si prende la sterrata di destra. Si pedala in salita su fondo a tratti sconnesso per 1,5 km.



km 9,8 - 611 mslm

Ad un incrocio a T si gira a sinistra su fondo asfaltato per alcuni metri.



km 10,2 - 640 mslm

All'incrocio si gira a sinistra su asfalto.



km 12,4 - 639 mslm

All'altezza di un bel casale, incorrispondenza di un fontanile, si attraversa la strada asfaltata e si comincia a salire sulla larga sterrata di fronte.



km 12,9 - 658 mslm

Al bivio si tiene la destra. Ci aspettano tre km di salita nello splendido bosco di Montefogliano accompagnati da un bel panorama sul lago di Vico che appare a destra fra gli alberi. Il fondo molto buono rende meno faticoso l'avanzamento. Si prosegue fino a superare il valico.

Girando a sinistra è possibile abbreviare il giro di 6 km tagliando la salita a Montefogliano (300 m di dislivello) e riprendendo la descrizione dal km 23,7. (vedi traccia GPS "sutri corto")



km 16,9 - 880 mslm

Iniziata la discesa attenzione a non farsi prendere dalla velocità perchè all'altezza di un cartello bisogna girare a sinistra. Si procede a vista scegliendo la traiettoria migliore scendendo sul tappeto di foglie. Il percorso è segnalato da cartelli indicatori e da segni di vernice rossa sugli alberi.

km 17,6 - 746 mslm



Attenzione a non proseguire in discesa. In corrispondenza di un paletto con frecce direzionali giriamo a sinistra seguendo a ritroso il percorso azzurro del **velobike Monte Fogliano** (lo faremo fino al cartello n. 29). Al bivio successivo mantenere la sinistra.



km 18,4 - 778 mslm

Ad un bivio - segnalato con frecce - Si tiene la pista di sinistra fino ad incontrare i cartellini che indicano S.Girolamo. Si risale il sentierino seguendo le indicazioni...



..fino a ritrovarsi al piccolo eremo di San Girolamo scavato nel tufo. Sotto l'eremo si riprende la pista seguendo sempre la segnaletica azzurra al contrario.



km 19,4 - 660 mslm

Si incrocia una larga sterrata alle spalle del muro del convento di S.Angelo. Si gira a sinistra.



km 20,1 - 662 mslm

In corrispondenza del paletto n.31 si lascia la sterrata e si gira sul sentiero di destra che in discesa prosegue nel bosco. Il fondo segnato richiede attenzione e tecnica.



km 20,9 - 578 mslm

Si lascia il sentiero e si prende la sterrata che corre parallela sulla destra oltre un filo spinato. Si prosegue a sinistra in discesa sempre nel bosco..



km 22,7 - 489 mslm

Si oltrepassa un cancello in legno. Si continua dritto uscendo dal bosco.



km 23,6 - 444 mslm

In corrispondenza delle prime case di Botte si prosegue dritti su asfalto.

km 23,7 - 452 mslm



Si continua dritto su via Bruzzichini in discesa.



km 23,9 - 436 mslm

Si attraversa la Cassia e si prosegue sulla sterrata di fronte...



...si trascura una deviazione sulla destra....



...in corrispondenza di un'area picnic si gira a sinistra. Si continua in piano proseguendo ai margini del bosco. Si trascurano due deviazioni a sinistra che portano fuori dal bosco.



km 25,7 - 473 mslm

Ad un bivio si tiene la pista di sinistra. Si scende percorrendo un doppio tornante... si trascura il terzo tornante e si va dritti...



.. si passa in una piccola galleria sotto la massicciata ferroviaria e, dopo il cancello, si gira a destra. Si rimane ai margini della radura a fianco della ferrovia per 200 m.



km 26,2 - 449 mslm

Si prende la pista che sale con una ripida rampa (bici a spinta) a destra. La pista prosegue con lieve saliscendi nel bosco passando accanto ad un casello ferroviario.



km 27,1 - 430 mslm

Si incrocia un' altra sterrata e si prosegue dritto. Dopo 400 m inizia l'asfalto.

km 28,3 - 421 mslm



All'incrocio a T si gira a sinistra. Al primo incrocio proseguire dritti.



km 29,2 - 443 mslm

Si incrocia un'altra sterrata e si gira a sinistra. Si continua su ottimo fondo



km 31,5 - 465 mslm

Al bivio si tiene la destra.



km 32,2 - 474 mslm

Nei pressi della Stazione di Vico Matrino si gira a destra su asfalto. Si percorrono 300 m in piano.



km 32,5 - 474 mslm

Si prende a sinistra la "strada quadrona" cementata.



km 32,9 - 453 mslm

Al bivio si rimane sulla sterrata di destra.



km 33,9 - 470 mslm

Si rimane a destra sulla sterrata principale.



km 37,3 - 423 mslm

Al bivio si rimane sulla sterrata di destra che passa accanto al traliccio dell'alta tensione.

km 37,6 - 412 mslm



Si incrocia una strada asfaltata e si gira a sinistra. Dopo 300 m si passa sui binari.



km 38,0 - 414 mslm

All'altezza della stazione di Capranica si gira a destra sulla provinciale.



km 38,5 - 410 mslm

Si gira a sinistra su "strada caporipa" sterrata.



km 39,5 - 372 mslm

Al bivio si tiene la sinistra.



km 41,9 - 361 mslm

La sterrata sembra perdersi nei pressi di una radura. Si rimane sulla pista di sinistra. Dopo un paio di km, ad un incrocio, si prosegue dritti.



km 44,4 - 276 mslm

In vista di Sutri si lascia la sterrata e si prende il sentiero del parco archeologico sulla destra. Si passa accanto ad alcune tombe etrusche e, percorsi alcuni metri a piedi, ci si ritrova nei pressi del parcheggio a fianco dell'anfiteatro romano.

Laurea Online eCampus

Quello che Cercavi per Laurearti! Informati sui Nuovi Corsi Online

