



Club Alpino Italiano Sezione di Tivoli

Sede Sezione C.A.I. TIVOLI: Piazza Campitelli snc. - Tivoli
e-mail: info@caitivoli.it - www.caitivoli.it

Sottosezione di Guidonia-Montecelio

Sede Sottosezione C.A.I. Guidonia-Montecelio:
e-mail: info@sottosezionecaigm.it - www.sottosezionecaigm.it



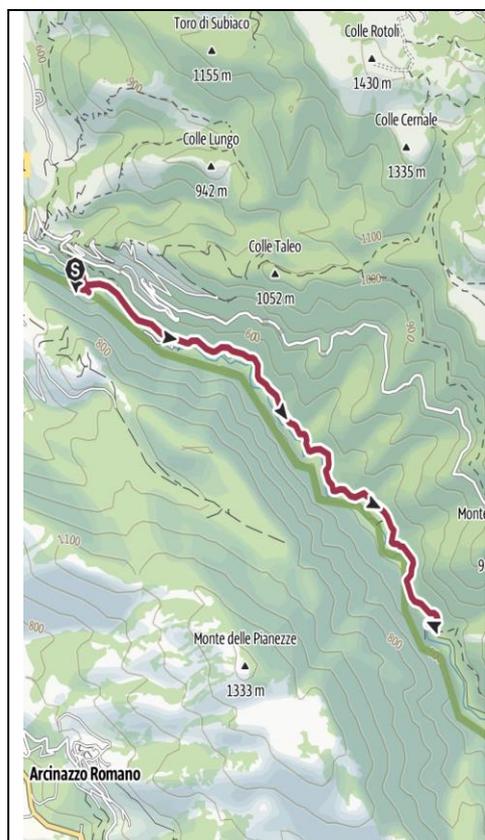
Laghetto di San Benedetto a Subiaco-Antica Mola di Jenne (A/R) Intersezionale con le Sezioni CAI di: Cava de' Tirreni

DATA	DIFFICOLTA'	MEZZO DI TRASPORTO
Domenica 13.04.2025	T	Auto proprie

Appuntamento 2 opzioni (massima puntualità):

- ore 7,30 area parcheggio uscita casello autostradale Vicovaro-Mandela (RM)
<https://maps.app.goo.gl/ycPTjzb1Jnr8muWg7>
- ore 8,00 area ristoro Laghetto di San Benedetto a Subiaco (RM)
https://maps.app.goo.gl/YHm4edH5aaFxxMq26?g_st=aw

DdE/Accompagnatori: GAROFALO Sante 340.7851467 (Sottosez. di Guidonia-Montecelio), PETITTA Paolo 347.8050511 (Sez. Tivoli).



Quota di partenza: 460 mt. circa
Quota massima: 520 mt.
Dislivello in salita: 180 mt. circa
Dislivello in discesa : 180 mt. circa
Tempo di percorrenza : 5 ore circa (escluse soste)
Lunghezza percorso : 13 km circa
Cartografia di riferimento:

- Carta escursionistica Parco dei Monti Simbruini
Ed.ITER 2021

DESCRIZIONE

Dal parcheggio dell'area ristoro del Laghetto di San Benedetto, subito ci immettiamo sull'evidente e ben segnalato sentiero che scende verso le sponde dell'Aniene. Attraversiamo un ponte in legno e metallo proseguiamo su uno splendido percorso, su alcuni tratti delimitato da staccionate in legno. In breve arriviamo davanti al laghetto e alla sua suggestiva cascata. I colori dell'acqua cristallina e della vegetazione creano uno scenario unico. Risaliamo poi fino alla strada asfaltata

che, lasciandoci alle spalle la svolta per il Laghetto, percorriamo in direzione Jenne sul **sentiero Coleman (S-E)**. L'itinerario continua su strada asfaltata per circa 2 Km., alzando lo sguardo si evidenzia la spettacolare vista dal basso del Sacro Speco. Si prosegue poi su una comoda carrareccia accompagnati da una natura rigogliosa e da scorci bellissimi sull'Aniene sottostante. Dopo circa altri 3 Km. di comoda camminata con qualche saliscendi e con limitato dislivello, si giunge in prossimità della Grotta dell'Inferniglio (512 mt.), l'accesso alla stessa è assolutamente interdetto in quanto divenuto sito di interesse comunitario per la salvaguardia e conservazione degli habitat naturali e di alcune specie di flora e fauna. Dopo qualche centinaio di metri si giunge quindi alla meta finale dell'escursione, ovvero alla Vecchia Mola di Jenne (520 mt.), costruita dai Padri Benedettini nel XI secolo e a suo tempo utilizzata come mulino per la macinazione dei cereali dei paesi limitrofi. Anche qui troviamo un scenario suggestivo. L'Aniene che scorre veloce accanto la mola e sotto il ponte ad essa antistante si ammira una vegetazione lussureggiante che riproduce uno scenario quasi fiabesco. Sosta di rito nella vicina area pic-nic e torniamo indietro per la strada dell'andata. Escursione semplice ed adatta a tutti, senza particolari difficoltà tecniche, che ci regala scorci e scenari meravigliosi nella valle dell'Aniene.

EQUIPAGGIAMENTO

Bastoncini da trekking, pedule o scarponi da montagna, pantaloni lunghi, giacca antivento/antipioggia, cappello con visiera, occhiali da sole, crema protezione solare, guanti, kit pronto soccorso personale, telo termico, eventuale lampada frontale, fischietto, eventuale nastro americano, pranzo al sacco ed acqua a sufficienza (almeno 2 lt.), tessera CAI (se socio), cambio completo.

MODALITA' DI PARTECIPAZIONE:

Per favorire l'organizzazione occorre la prenotazione obbligatoria entro **Venerdì 11 Aprile 2025** per i soci CAI e **Giovedì 10 Aprile 2025** per i non soci. In particolare, per quel che riguarda questi ultimi, al fine di permettere la compilazione di tutta la modulistica e per l'attivazione della polizza assicurativa necessita fornire: nome, cognome, data e luogo nascita, indirizzo di residenza, codice fiscale, indirizzo e-mail, numero cellulare; il versamento della quota assicurativa corrispondente a **€ 8,40** deve essere fatto direttamente agli accompagnatori la mattina prima di iniziare l'escursione.

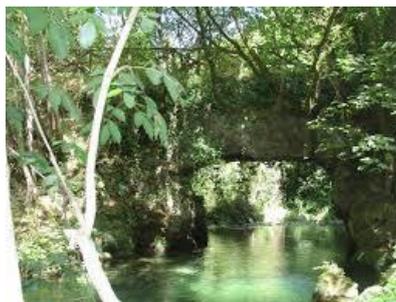
N.B.:

- si specifica che l'assenso alla partecipazione individuale è subordinato al parere insindacabile degli accompagnatori/direttori di escursione;
- gli accompagnatori/direttori di escursione si riservano la facoltà di variare l'itinerario nel caso sopraggiungano problemi connessi alle condizioni meteo e/o al sentiero da percorrere.

Informativa di assunzione di responsabilità: il Club Alpino Italiano promuove la cultura della sicurezza in montagna in tutti i suoi aspetti. Tuttavia, la frequentazione della montagna comporta dei rischi comunque ineliminabili e pertanto con la richiesta di iscrizione all'escursione il partecipante esplicitamente attesta e dichiara di non aver alcun impedimento fisico e psichico alla pratica dell'escursionismo, di essere idoneo dal punto di vista medico e di avere una preparazione fisica adeguata alla difficoltà dell'escursione della quale conferma aver preso visione delle caratteristiche.



Laghetto di San Benedetto



Antica Mola di Jenne



Grotta dell'Inferniglio