

## Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione	
Dislivello :	450m mt	
Ore :	5/6 ore ore	
Difficoltà :	E	
Lunghezza :	11Km km	
Accompagnatore 1:	Muzio	
Accompagnatore 2:	tutti	

Un fine settimana alla scoperta delle meraviglie d'Abruzzo, quell'Abruzzo "Forte e Gentile", una terra tutta da scoprire, con mille cose da vedere, che fa della varietà dei paesaggi e della ricchezza faunistica i suoi punti di forza.

L'Abruzzo è una tra le regioni più ricche di natura, con 3 Parchi Nazionali e, forse anche per questo, è la "Regione Verde d'Europa".

Andremo alla scoperta del Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga e dei suoi dintorni, ma questa volta da un'altra prospettiva, quella dei suoi bellissimi borghi, delle chiese, delle abbazie, dei castelli e delle grotte, luoghi che dal passato giungono a noi carichi di mistero e fascino.

Visiteremo Rocca Calascio, le Grotte di Stiffe e andremo alla scoperta di un sentiero avventuroso che si snoda tra rocce, grotte e cascate.

## PROGRAMMA

### SABATO 27 APRILE:

**IL CASTELLO di ROCCA CALASCIO e le GROTTI di STIFFE**

### IL CASTELLO di ROCCA CALASCIO

**Respirando la storia di un passato lontano con un panorama mozzafiato**

Difficile descrivere la bellezza selvaggia di questo posto situato al centro di un contesto montuoso rilevante. Ovunque si guardi si scorgono cime che si contrappongono a una valle scarsamente popolata. Il castello, a cavallo di una cresta, domina l'estremo margine di Campo Imperatore e l'inizio dell'antica via della Transumanza.

Dal paese di Santo Stefano di Sessanio raggiungeremo il castello di Rocca Calascio situato a 1460m s.l.m., uno dei castelli più elevati d'Italia, passando per la piccola chiesa a pianta ottagonale dedicata alla Madonna della Pietà, che sorge più in basso. Visiteremo poi il piccolo borgo di Rocca Calascio che fu quasi abbandonato a seguito del violentissimo terremoto del 1703, per poi risalire verso la chiesa e tornare a Santo Stefano di Sessanio.

### DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTÀ': E Media Difficoltà (rientro con il buio)

DISLIVELLO TOTALE: CIRCA 450m

DISTANZA: CIRCA 11Km

DURATA: 5/6 ore

## GROTTE di STIFFE

Nel pomeriggio ci sposteremo verso Stiffe per visitare le bellissime grotte

-Le Grotte di Stiffe sono, tecnicamente parlando, una "risorgenza", cioè il punto in cui un fiume torna alla luce dopo un tratto sotterraneo; nel caso di Stiffe questo punto è situato all'apice della forra che sovrasta il piccolo paese omonimo. . Il progetto di valorizzazione turistica della grotta risale ad oltre trent'anni fa, ma solo negli anni ottanta si è provveduto alla realizzazione dello stesso, per giungere, nel 1991, all'inaugurazione del Complesso Turistico "Grotte di Stiffe". Entrando nella grotta i sensi sono di colpo investiti dall'ambiente inusuale: le fresca temperatura ed i giochi di luce trascinano la mente a ritroso nel tempo; le gocce che cadono fanno rivivere il fenomeno dello stillicidio che ha dato forma alle insolite stalattiti e stalagmiti; la vista si concentra sull'acqua che spumeggia sotto le passerelle, e si perde in lontananza per catturare ogni dettaglio delle concrezioni, con il fiume che fa da guida rumorosa dall'ingresso della grotta, nascondendosi quel tanto che basta per far sentire il silenzio, per poi tornare ad esibirsi con tutta la sua potenza, in una maestosa sala dove, precipitando con fragorosa cascata, offre uno spettacolo splendido ed inquietante.

### INFORMAZIONI PER LA VISITA ALLE GROTTE:

La visita è guidata ed avrà la durata di 1 ora. La Grotta è caratterizzata da una temperatura interna di 9°C costanti e da un percorso che può presentarsi scivoloso in alcuni punti: si consiglia l'uso di calzature comode antiscivolo e di un abbigliamento adeguato ad affrontare la temperatura e l'umidità interne.

-Rientro in hotel, cena e pernottamento.

### DOMENICA 28 APRILE:

#### FILETTO:Le GROTTE, la CHIESA e la CASCATA

Attraverseremo boschi misti, una pineta, ampie radure con scorci sulla catena del Gran Sasso e scaleremo rocce (questa è la parte più impegnativa), un percorso entusiasmante, ricco di storia e di bellezze naturali che ci porterà alla scoperta del territorio di Filetto dove, immersa nel verde del vallone che dal paese sale verso Monte Rofane, si trova La Cascata dello Schizzataro, una piccola ma bellissima cascata alla cui base è stato costruito un laghetto da un'associazione locale per la riqualificazione del territorio.

Ma questa non è l'unica meraviglia! Ci aspettano le grotte di San Crisante, un vero e proprio insediamento rupestre costituito da decine e decine di ricoveri di varia grandezza e struttura, forse persino organizzati secondo una logica gerarchica, probabilmente abitate fino alla nascita del primo nucleo di Filetto, attorno al XII secolo e giunte a noi così ben conservate perché nei secoli hanno continuato ad essere utilizzate come stalle per il bestiame.

E poi faremo ancora un passo nel passato grazie alla chiesa dei Santi Crisante e Daria costruita nel XI secolo, a 1.202 metri di quota, composta da un'unica navata e un abside. Su tre dei quattro lati non ha finestre ma piccolissime fessure e, oltre al portale d'accesso, c'è solo una porticina laterale. Un altro gioiello che merita sicuramente di essere scoperto!

### DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E+

DISLIVELLO: CIRCA 450m

DISTANZA: CIRCA 10Km

DURATA: 5/6 ore

### MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO

Scarpe da trekking, zaino, bastoni telescopici, T-shirt traspirante (anche una di ricambio), pile o maglione, K-way e giacca antivento (possibilmente in gore-tex), pantaloni comodi per camminare(lunghi), borraccia (acqua almeno 1,5lt, fino a 3lt in estate), cena al sacco per l'escursione al tramonto, cappello, guanti, occhiali da sole, crema solare, macchina fotografica, lampada frontale per escursioni serali o notturne.

**IMPORTANTE: Scarpe comode per il viaggio e post-escursione!**

### COSTO

€135,00 a persona

### La quota comprende:

- 1 pernottamenti in Hotel 3 stelle in camera doppia/tripla, con trattamento di mezza pensione.
- 1 pranzo al sacco per la giornata di domenica.
- 2 escursioni guidate inclusa assicurazione per la durata dell'evento.

### La quota non comprende:

- pranzo al sacco del sabato
- ingresso alle grotte (Biglietto ordinario €12,00 da prenotare)
- viaggio a/r da Roma
- eventuale supplemento SINGOLA di €20,00 a notte
- tassa di soggiorno e tutto quanto non previsto alla voce "La quota comprende".

**È possibile aderire anche alle singole escursioni contattando le guide!**

**ACCOMPAGNATORI:**

**Silvia Muzio 3934805965**

**1^ APPUNTAMENTO:**

- Eventuale appuntamento a Roma da concordare

**N.B.:**La conferma di prenotazione riguarda esclusivamente l'escursione, **per la possibilità di passaggio contattare le guide** via mail, tramite WhatsApp o telefono.

**2^ APPUNTAMENTO:**

ore 10.00 Santo Stefano di Sessanio (la posizione esatta verrà inviata a tutti i partecipanti)

**NOTE AGGIUNTIVE:**

In caso di utilizzo di auto private a pieno carico, i costi di carburante e autostrada vengono divisi dagli occupanti della macchina escluso il proprietario del veicolo.

**? PRENOTAZIONI:** <https://www.startrekk.it/prenotazioni.php?id=1898>

Per confermare è richiesto il versamento della caparra di € 65,00 da versare direttamente all'hotel.

Per informazioni, conferme e per i dati per l'acconto contattare le guide.

**N.B.** L'itinerario proposto potrà subire variazioni ad insindacabile giudizio dell'accompagnatore sulla base delle condizioni di sicurezza che saranno valutate prima e durante dell'escursione

Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento.

Tessera Federtrek 15,00 euro (5 euro per gli under 18), con possibilità di farla il giorno stesso.

Per velocizzare le operazioni di emissione della tessera scarica il modulo che trovi sul nostro sito [www.startrekk.it](http://www.startrekk.it) e portalo con te compilato e firmato