

Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione
Dislivello :	850m, 600m e 700m mt
Ore :	6/7 ore ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	14Km, 16km e 10km km
Accompagnatore 1:	Muzio
Accompagnatore 2:	Di Paolo



Una proposta di viaggio dedicata ai camminatori più esperti, a coloro che hanno voglia e bisogno di conquistare cime e sentieri in cresta. Vi condurremo nei posti più belli del Parco D'ABRUZZO, per festeggiare insieme 100 anni di Natura protetta.

Boschi secolari, ambienti rocciosi, trekking notturno, tutto questo per assaporare al meglio il Parco nel suo risveglio primaverile.

Quattro giorni di trekking per staccare dalla routine quotidiana.. Cosa aspetti???

Prepara lo zaino! Ti aspettiamo!!!!

PROGRAMMA:**GIOVEDI' 2 GIUGNO: IL RIFUGIO di IORIO e LE SUE SOLITARIE CRESTE**

Un suggestivo percorso ad anello, uno dei più belli del Parco che permette di unire passaggi nei maestosi boschi sopra Pescasseroli ad una straordinaria cavalcata di cresta tra il versante abruzzese e quello laziale del Parco.

Il panorama è unico con il Marsicano, La Meta fino al Velino e il Sirente.

Partiremo nei pressi degli impianti sciistici di Pescasseroli, verso il Vallone Peschio di Iorio per poi immergerci nella bellissima faggeta e raggiungere il Rifugio di Iorio (1830m), collocato in una straordinaria posizione panoramica. Da qui inizierà il nostro bellissimo percorso di cresta che ci consentirà di toccare tutte le cime della "cresta della Rocca" fino a riscendere al valico di Monte Tranquillo, antico punto di collegamento con il versante laziale, una volta percorso da numerosi viandanti, per rientrare poi verso Pescasseroli.

-Ore 07,30 appuntamento a Roma.

-Ore 10,00 partenza per l'escursione.

DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E-Media

DISLIVELLO: CIRCA 700m

DISTANZA: CIRCA 16Km

DURATA: 7/8 ore

-Rientro in hotel, cena e pernottamento.

VENERDI' 3 GIUGNO: MONTE MARCOLANO CON CENA IN RIFUGIO

Un itinerario di straordinaria bellezza, che ci conduce dal rifugio del Diavolo al valico del Monte Marcolano, uno degli affacci più belli del Parco sulla foresta più antica d'Europa: la Valle Cervara, sito UNESCO, una faggeta di alta montagna, dove i faggi più

antichi raggiungono 600 anni.

Attraverseremo una foresta selvaggia che si sviluppa tra doline carsiche, grotte, vecchi stazzi pastorali. Un territorio da sempre popolato da lupi e orsi. Raggiungeremo il valico del M. Marcolano, dove nelle giornate più limpide è possibile osservare le vette più belle d'Abruzzo.

Partiremo nel primo pomeriggio per raggiungere in serata il bellissimo rifugio della Cicerana dove ci attenderà una gustosa cena.

Poi la magia del rientro, l'emozione del bosco di notte con i suoi suoni e le sole luci delle torce ad illuminarci la strada.

-Colazione in hotel

-mattinata libera

-Ore 13.30 appuntamento a Pescasseroli

-Ore 14.00 partenza escursione

DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E-Media

DISLIVELLO: CIRCA 600m

DISTANZA: CIRCA 16Km

DURATA: 6/7 ore

-Rientro in hotel e pernottamento.

SABATO 4 GIUGNO: L'ANELLO DELLA CAPRIOLA

Percorreremo un vecchio sentiero, nel comune di Barrea, in passato frequentato dai pastori locali per raggiungere lo stazzo di M. Rotondo nel periodo estivo come luogo di Pascolo per le greggi di pecore. Il nostro percorso ha inizio dalla diga, tra radure e sorgenti d'acqua ci inerpicheremo lungo un sentiero privo di vegetazione dove le fioriture faranno da cornice al nostro percorso. La fatica sarà ripagata da bellissimi affacci sul lago, sui crinali della camosciara e su tutte le montagne che circondano il lago. Raggiunto lo stazzo ai piedi di Monte greco, una rilassante pausa pranzo ci rimetterà in forze per proseguire il cammino. Il rientro sarà attraverso la profonda e maestosa gola del vallone della capriola, una ripida discesa tra faggi secolari e arbusti di Rosa canina in fiore con una suggestiva visuale sul bacino lacustre.

Dopo la fatica ci attende una rigenerante pausa lungo le sponde del Lago.

-Colazione in hotel

-Ore 9,30 partenza dall'hotel

DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E-Media

DISLIVELLO: CIRCA 850m

DISTANZA: CIRCA 10Km

DURATA: 6/7 ore

-Rientro in hotel, cena e pernottamento.

DOMENICA 5 GIUGNO: L'ANELLO DELLA VAL DI ROSE

Una classica escursione, simbolo del Parco D'Abruzzo, una delle località più famose per l'osservazione del Camoscio D'Abruzzo nel suo ambiente naturale.

Direttamente dal paesino di Civitella Alfedena risaliremo una fitta faggeta, fino ad arrivare ad un vecchio stazzo pastorale.

Subito dopo cambia il paesaggio: ambienti rocciosi caratterizzati dalle dolomie della Camosciara, pini mughi tra speroni di roccia, dove con uno sguardo attento è possibile ammirare questo bellissimo animale.

Raggiunto il valico di Passo Cavuto lo sguardo si apre su tutto l'anfiteatro della Camosciara, siamo su una delle balconate più suggestive del Parco. Da qui raggiungeremo il rifugio di Forca Resuni, dove ci attende una rigenerante pausa pranzo, da lì il rientro sarà tutto in discesa nella splendida Valle Jannanghera e tra massi erratici e maestosi faggi chiuderemo il nostro giro ad anello tra i più famosi del Parco.

-Colazione in hotel

-Ore 8,30 Partenza dall'hotel

DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E-Media

DISLIVELLO: CIRCA 850m

DISTANZA: CIRCA 14Km

DURATA: 6/7 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), pranzo al sacco, 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

€295,00 a persona

La quota comprende:

- 3 pernottamenti in Hotel 3 stelle in camera doppia/tripla, con trattamento di mezza pensione per 2 giorni, bevande incluse.
 - 2 pranzi al sacco per le giornate di sabato e domenica
 - 1 cena al rifugio
- (MENU': 1 primo a scelta tra "Zuppa di lenticchie locali" o "Polenta con sugo di carne o vegetariana" e un secondo a scelta tra "Arrosto di carne con patate al forno" o Scamorza con verdure" da scegliere al momento della prenotazione.
- 4 escursioni guidate a cura di un accompagnatore di m. Montagna inclusa assicurazione per la durata dell'evento.

La quota non comprende:

- pranzo al sacco del giovedì
- viaggio a/r da Roma
- eventuale supplemento SINGOLA di €45,00 per 3 notti (1 notte €18,00)
- tassa di soggiorno di €1 al giorno e tutto quanto non previsto alla voce "La quota comprende".

È possibile aderire ad una sola escursione contattando le guide!

ACCOMPAGNATORI:

Silvia Muzio 3934805965
Michela Di Paolo 3398976847

1^ APPUNTAMENTO:

-ore 07.30 Bar Antico Casello, Via Tiburtina 954, (Fermata metro Rebibbia)

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 Pescasseroli già pronti per l'escursione (la posizione esatta verrà mandata 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 (massimo 2 su ogni fila posteriore) escluso il proprietario del veicolo.

? PRENOTAZIONI: <https://www.startrekk.it/prenotazioni.php?id=1289>

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.

Al momento della prenotazione indicare anche il menù scelto per la cena in rifugio!

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.

IMPORTANTE:

vi chiediamo di leggere con attenzione le linee guida stabilite dalla Federtrek per questo inizio di escursioni:

????????????????

? Linea guida da tenere durante le escursioni:

TESSARATI <http://www.federtrek.org/?p=3836>

Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento.

Tessera Federtrek 15,00 euro, con possibilità di farla il giorno stesso.

Per velocizzare le operazioni di emissione della tessera stampa il modulo allegato e portalo con te già predisposto e firmato

<https://www.startrekk.it/pdf/tessera.pdf>