

## Tabella Tecnica

Tipologia :	AD ANELLO	
Dislivello :	900 mt	
Ore :	7 ore	
Difficoltà :	E	
Lunghezza :	10 km	
Accompagnatore 1:	Muzio	
Accompagnatore 2:	Tutti	

### “MONTE META”

Il regno dei camosci

Una escursione bellissima, interessante e ricca di sorprese, una delle passeggiate più belle e frequentate del Parco, quella che conduce fino alla sommità del Monte Meta, a 2242 metri di altezza. La montagna è la terza cima del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise e si trova al confine proprio tra le tre regioni che condividono questo importante parco. Attraverseremo un'area importante dal punto della biodiversità che si pregia della presenza di numerose specie faunistiche: si va dall'orso marsicano al camoscio appenninico, dal cervo al lupo e all'aquila reale che in queste aree più isolate e selvagge del Parco trovano rifugio; e con un pò di fortuna potremmo avvistare questi splendidi animali nel loro ambiente naturale. La Meta è un gigante roccioso che raggiungeremo passando per il Passo dei Monaci, un importante valico mulattiero che mette in comunicazione il paese di Picinisco (FR) con quello di Alfedena (AQ). Questo passo era l'unico collegamento fra il Lazio e l'Abruzzo, per i commercianti, per i pastori e per i monaci benedettini.

### DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E-Media Difficoltà  
DISLIVELLO: CIRCA 900m  
DISTANZA: CIRCA 10 KM  
DURATA: CIRCA 7 ore

### MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO

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!**

### ACCOMPAGNATORI:

Silvia Muzio 3934805965

### CONTRIBUTO ESCURSIONE:

20,00 euro

### APPUNTAMENTO:

#### 1^ APPUNTAMENTO:

- Appuntamento a Roma (da concordare con la guida)

**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 09:30 appuntamento ad Alfedena

**N.B.** La posizione verrà inviata dopo la prenotazione

**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=1684>

**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:**

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>