

**Tabella Tecnica**

Tipologia :	Escursione	
Dislivello :	1050 mt	
Ore :	7 ore	
Difficoltà :	EE	
Lunghezza :	16 km	
Accompagnatore 1:	Zanchi	
Accompagnatore 2:	Rosati	

**ANELLO del MONTE NAVEGNA e GOLE dell'OBITO con PRANZO BBQ al RIFUGIO LE FORCHE**

Bellissimo itinerario ad anello nella Riserva Naturale Monte Navegna e Monte Cervia, area protetta istituita nel 1988 tra i laghi artificiali del Salto e del Turano.

Raggiungeremo la vetta del Monte Navegna da Ascrea percorrendo prima il Sentiero Italia (n. 334), a tratti molto ripido, che ci porterà ai ruderi di Mirandella, poi alla Fonte e Rifugio le Forche ed infine sulla vetta passando per il Colle Mogaro (1277m). Tornati alla fonte lungo lo stesso sentiero chiuderemo l'anello scendendo da prima lungo una carrareccia e poi con il sentiero che ci porterà di nuovo al paese attraversando le gole dell'obito che dividono la dorsale montuosa tra la nostra vetta e quella del Monte Cervia.

**DESCRIZIONE PERCORSO**

Il sentiero comincia con una breve scalinata nei pressi del cimitero comunale di Ascrea (660m) e sale subito deciso con un pendio ripido in direzione nord, si raggiunge un vecchio fontanile dismesso e la salita si fa più dolce e prosegue in direzione nord-est, con bellissima veduta sulle Gole dell'Obito, e poi ancora verso nord con dei tornanti fino a raggiungere i ruderi dell'antico insediamento di Mirandella (1.120m).

Da Mirandella il sentiero prosegue in un bosco di pini ancora verso nord diventando poi carrareccia fino alla Fonte Le Forche e l'omonimo rifugio, da qui comincia il tratto di salita alla vetta da prima lungo un sentiero a mezzacosta in direzione ovest, dal quale si gode la migliore vista sul Lago del Turano, e poi passando per il Colle Mogaro in direzione nord-est con un sentiero a tratti molto ripido fino alla vetta del Monte Navegna (1.507m).

Dalla vetta si gode della vista, oltre che del Lago del Turano che ci ha accompagnato in gran parte della salita, anche del Lago del Salto sul versante opposto.

Scesi dalla vetta avremo la possibilità di fermarci al Rifugio Le Forche per un pranzo con carne alla brace (Menù: Antipasto formaggi e salumi, BBQ Salsicce e pancetta, acqua, vino, caffè)

Dopo essere tornati alla fonte lungo lo stesso sentiero di salita imbocchiamo la carrareccia in direzione ovest che porta poco dopo al sentiero che prosegue nel bosco verso sud fino e poi ad incrociare il sentiero n. 342 che in direzione ovest ci consente in tornare ad Ascrea attraverso le Gole dell'Obito caratterizzate dalla presenza di scarpate rocciose calcaree verticali con cavità ed anfratti.

**DATI TECNICI ESCURSIONE:**

Difficoltà: EE

Dislivello: 1.050 m (solo rifugio 700m)

Km: 16,00 (solo rifugio 12,00 km)

Tipo: Anello (parziale, tratto dalla fonte alla vetta A/R)  
Tempo di percorrenza: 6h30 (escluse soste)

#### **APPUNTAMENTO:**

PRIMO: Ore 7.00 TEX BAR (Q8) Via Tuscolana 1826 MA Anagnina <https://goo.gl/maps/jff3CPgmzjEKQD84A>

SECONDO: Ore 8.15 Parcheggio Provinciale Turanense poco dopo il bivio per Ascrea  
<https://maps.app.goo.gl/jQi4cVFruTnzRaoeA> (Bar non presente, arrivate già "colazionati")

#### **PRENOTAZIONI:**

Direttamente dal nostro sito [www.startrekk.it](http://www.startrekk.it) inserendo i tuoi dati al seguente link:

<https://www.startrekk.it/prenotazioni.php?id=2172>

Cortesemente in fase di prenotazione prestate attenzione a fornire tutti i dati corretti, in particolare indicate a quale appuntamento verrete (primo/secondo) in modo da consentire agli accompagnatori di valutare i posti auto necessari da Roma. Indicate inoltre nel campo "Eventuale Convenzione" **se aderite o meno al pranzo scrivendo PRANZO SI/NO** che i posti sono limitati.

#### **ACCOMPAGNATORI:**

AEV Andrea Zanchi +39 377 1613359

AEV Danilo Rosati +39 335 133 0303

CONTRIBUTO ESCURSIONE: 20,00 euro

CONTRIBUTO PRANZO: 15,00 euro (Menù: Antipasto formaggi e salumi, BBQ Salsicce e pancetta, acqua, vino, caffè. POSTI LIMITATI)

#### **COME VESTIRSI:**

Abbigliamento a strati, scarpe da trekking (OBBLIGATORIE), bastoncini, guscio antivento/pioggia, guanti, cappello, torcia frontale, acqua (almeno 1,5lt).

N.B. L'attività proposta potrà subire cambiamenti a discrezione degli accompagnatori per ragioni di sicurezza e di opportunità. Ogni partecipante è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori seguendo le loro indicazioni, in caso contrario verrà meno il rapporto di affidamento.

Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento, tessera FederTrek 15,00€ valida 365 giorni dalla data di emissione. 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>

Visita il nostro sito [www.startrekk.it](http://www.startrekk.it)