

## Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione
Dislivello :	250m mt
Ore :	5 ore ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	6km km
Accompagnatore 1:	Muzio
Accompagnatore 2:	Giansante



Il Vallone Lacerno è situato tra i Comuni di Pescosolido e Campoli Appennino (FR) e rientra nella fascia di protezione esterna del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise. Questa è sicuramente una delle escursioni più spettacolari della Ciociaria, ma anche divertente e avventurosa, grazie alla quale ci inoltreremo nelle gole del Lacerno, avvolti da strette pareti e accompagnati dallo scorrere delle acque e da piccole cascatelle.

E se all'inizio del sentiero, che scende a mezzacosta, la temperatura estiva si fa sentire, una volta scesi nel canyon ci aspetta un microclima completamente diverso, dal momento che nelle gole il sole non batte.

Ed eccoci pronti a risalire il corso del fiume, tra piccoli sentieri, rocce e guadi fino a raggiungere il "Cuccetto dell'inferno", cascata in cui sarà possibile, per i più acquatici, fare anche il bagno!

E qui la gola si chiude con una parete insormontabile alta circa 20 metri e sulla quale scorrono le acque limpide del Lacerno. Non ci resta che alzare lo sguardo verso l'alto e osservare l'azzurro del cielo che fa da contrasto all'ombra della gola.

### PROGRAMMA

Dopo l'escursione alle gole ci sposteremo nella fantastica Riserva Naturale del Lago di Posta Fibreno, un lago dai riflessi magici, per una gradevole passeggiata sul pontile con la possibilità di un divertente giro in PEDALO'.

Con un po' di fortuna potremmo avvistare i diversi abitanti del lago: le Folaghe ed i loro nidi galleggianti, le Gallinelle d'acqua, i Germani Reali, gli Aironi Cinerini, le Rane, le Nutrie ed altre specie.

E per finire che ne dite di un terzo tempo aspettando il tramonto....con cena e rientro a Roma in serata!!!

### DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E Media Difficoltà

DISLIVELLO TOTALE: CIRCA 250m

DISTANZA: CIRCA 6km

DURATA: 5 ore

### ACCOMPAGNATORI:

AMM Silvia Muzio 3934805965

Acc. Azzurra Giansante 3391184411

### CONTRIBUTO ESCURSIONE:

15,00 euro (Il prezzo non comprende l'eventuale giro in pedalò e/o la cena)

#### 1^ APPUNTAMENTO:

ore 09.45 METRO ANAGNINA

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 11.30 Campoli Appennino

### 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=845>

### MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO

Scarpe da trekking, zaino, bastoni telescopici, T-shirt traspirante (anche una di ricambio), K-way, pantaloni comodi per camminare, borraccia (acqua almeno 1,5lt), pranzo al sacco, cappello, occhiali da sole, crema solare, macchina fotografica, scarpe comode per il viaggio e post-escursione, costume (per chi farà il bagno), asciugamano e calzini di ricambio.

**IMPORTANTE:** Portare una scarpa da ginnastica con suola scolpita, anche vecchia, per i guadi e per il tratto finale e per i più

temerari...non dimenticate costume e asciugamano!

**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  
<http://www.startrekk.it/pdf/tessera.pdf>