



**Alla scoperta dei Monti Gemelli**  
Intersezionale con Antrodoco e Napoli  
**Monte Girella**

Anello da San Giacomo alla Girella, discesa per il Vallone

**DATA ESCURSIONE:** Lunedì 30 aprile 2018

**RITROVO:** ore 8:00 Ascoli Piceno, parcheggio via Recanati

**PERCORSO:** Salita a San Giacomo (TE) tramite la SP 76 (km 15)

**INIZIO ESCURSIONE:** ore 9:00, San Giacomo

**DISLIVELLO:** 800 m circa

**LUNGHEZZA:** 13 km circa

**DIFFICOLTA' TECNICA:** E

**DURATA:** 5:00 ore circa

**ACCOMPAGNATORI:** Franco Laganà, Nicola Angelini, Mario Castelli

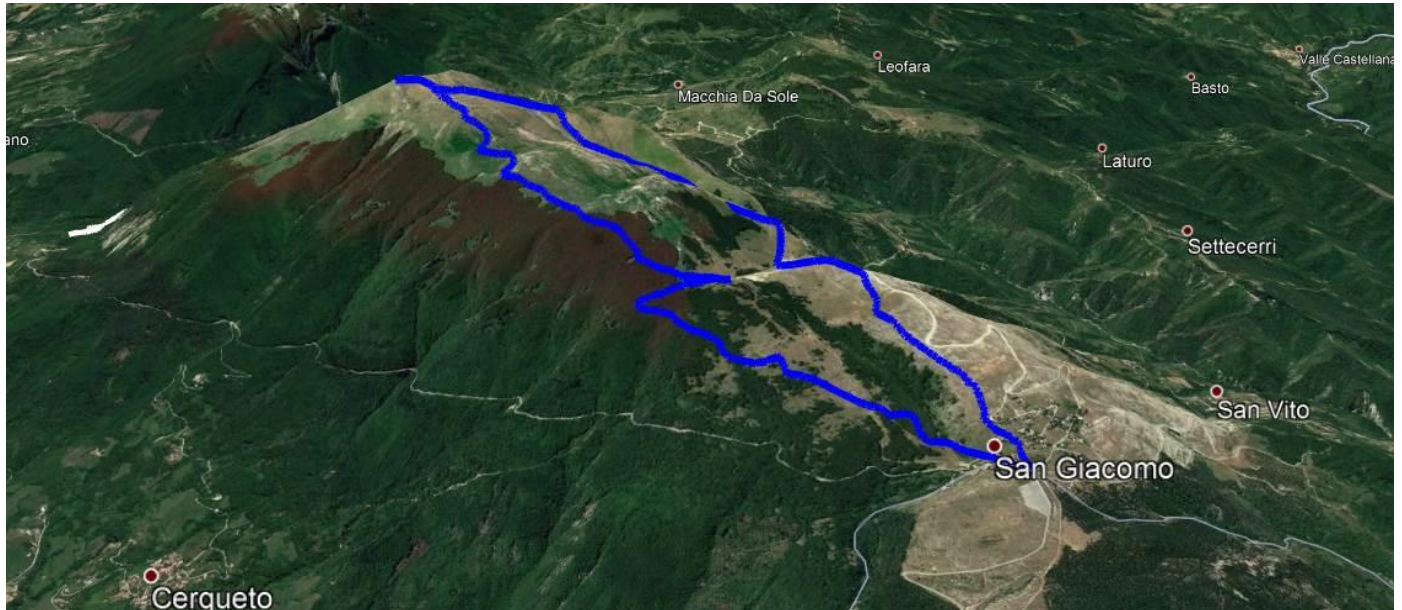
**Premessa**

L'anello proposto costituisce un itinerario molto frequentato del Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga, perché consente di raggiungere la vetta del monte Girella (1814 m), il punto più alto dei Monti Gemelli, seguendo un tranquillo e panoramico itinerario. Dalla vetta lo sguardo spazia dalle più alte vette dei gruppi montuosi dell'Appennino Centrale fino al mar Adriatico e nelle giornate più limpide è possibile vedere la costa croata. L'itinerario si caratterizza per la presenza di due laghetti, di diverse caciare (capanne di pietra per il ricovero dei pastori) e di alcuni cippi collocati nel 1847 per segnare il confine tra Stato Pontificio e Regno delle Due Sicilie.

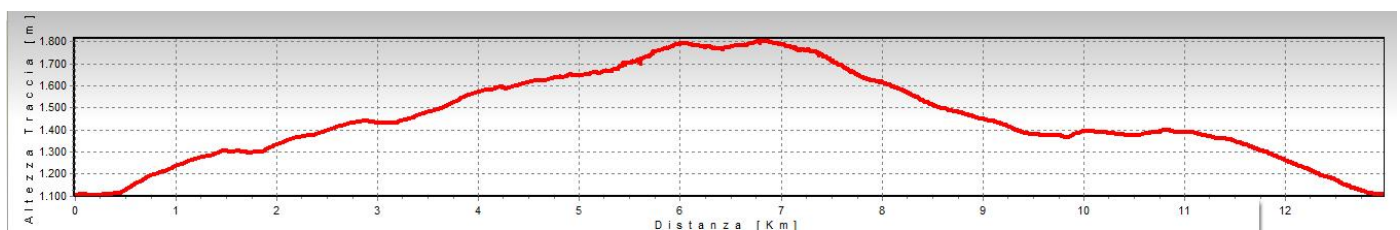




## Descrizione sintetica itinerario



Il percorso inizia a San Giacomo (1100 m) di fronte al cartello d'inizio del Parco Nazionale del Gran Sasso-Monti della Laga e davanti al cippo n. 603 di confine tra Stato Pontificio e Regno delle Due Sicilie. Si scende verso la stazione di partenza della vecchia cabinovia e si prende a destra il sentiero che sale fino a raggiungere una caciara per poi proseguire fino al laghetto del Tritone (1303 m) dove si possono osservare esemplari di tritone crestato. Si continua a salire fino a raggiungere il belvedere, panoramico affaccio sulla costa adriatica, per poi raggiungere il vicino rifugio delle Tre Caciare, luogo di partenza della seggiovia (1430 m). Tornati verso il belvedere, si prende a destra il sentiero che attraversa la faggeta e prosegue fuori dal bosco per dirigersi verso la vetta del monte Girella (1814 m). Dalla cima si scende per un breve tratto per piegare a sinistra per continuare la discesa nel Vallone del Vescovo, passando per un caratteristico laghetto (1620 m). Raggiunta la zona delle Tre Caciare, si prosegue in discesa lungo l'ampia Costa del Prevosto fino a tornare a San Giacomo.



### Informazioni utili

#### Equipaggiamento

Sono indispensabili gli scarponi da escursionismo-trekking. Nello zaino è bene riporre una giacca a vento. Portare con sé un ricambio completo (meglio se una tuta), da lasciare in auto e da poter utilizzare una volta rientrati dall'escursione.

#### Regole e consigli

Le escursioni propongono itinerari privi di specifiche difficoltà, ma adatti a coloro che sono abituati a fare esercizio fisico.

Attenersi sempre alle indicazioni fornite dagli accompagnatori, evitando di uscire dai sentieri.

**Attenzione: Leggere attentamente il Regolamento Escursioni**

**Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi:**

- presso la sede CAI di Ascoli Piceno mercoledì e venerdì ore 19-20 (tel. 073645158, stesso orario)  
oppure consultare il sito [www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it)