



Sabato 14-Domenica 15 Settembre 2019
Escursioni alle cascate della Maiella
Cascate della Valle dell'Orfento (Caramanico)
La Cascata di S. Giovanni da Bocca di Valle (Guardiagrele)

Accompagnatori

Angela Frate (3406734961)

Rosa Ponticelli (3393223339)

Programma Generale

Il primo giorno partenza da Napoli alle ore 7. Arrivo al Centro Visitatori di Caramanico Terme ore 11, per la registrazione. Non è consentito entrare nel parco senza registrarsi. Dal Centro Visitatori ha inizio l'escursione nella valle dell'Orfento. Dopo l'escursione partenza per l'albergo.

Strutture ricettive disponibili da contattare personalmente a Settembre:

- Ostello il Maggio, Via Giardino 61, Rapino tel.087182063 (senza prima colazione, camere da 20 euro circa a persona)
- Hotel Villa Maiella, Via Sette Dolori 30, Guardiagrele. Tel. 0871809319 (ottima colazione, camere da 45 euro a persona)
- Locanda Maja B&B, Via S.Giovanni 33, Guardiagrele. Tel. 3247818057 (camere da 30 euro a persona)

Dopo esserci sistemati in albergo faremo una visita alla bella cittadina di Guardiagrele, sede del Parco Nazionale della Majella, famosa per gli artigiani del ferro battuto e le 'sise delle monache' del laboratorio di pasticceria, Lullo.

In serata cena al Ristorante Garden di Rapino.

Il secondo giorno, partenza ore 9, ci recheremo in località Bocca di Valle, per l'escursione alla Cascata di S. Giovanni. Dopo l'escursione una visita al Sacratio dedicato ad Andrea Bafile con un'epigrafe di G.D'Annunzio agli abruzzesi caduti di tutte le guerre, 'figli della Maiella Madre'

1. Cascate della Valle dell'Orfento

Dislivello: 120 m.

Durata: 3 ore incluso soste

Distanza: Km 3.5

Difficoltà: E

Tipologia: A/R

Equipaggiamento:

Scarponi trekking, bastoncini, zaino, acqua, colazione a sacco, mantellina per la pioggia, abbigliamento a strati, da caldo a freddo, ricambio da tenere in auto in caso di pioggia.

Mezzi di trasporto:

Escursione con auto proprie

Appuntamento:

Caramanico Terme, Centro Visitatori Paolo Barasso ore 11



Descrizione: Percorreremo il Sentiero delle Scalelle, nella bassa valle dell'Orfento, una riserva naturale segnalata da una rivista scientifica internazionale (Nature) come un luogo con una straordinaria varietà di specie animali e vegetali. E' un percorso molto suggestivo che ad ogni svolta regala prospettive molto belle sulla gola sempre più stretta, incisa dal fiume nel corso di milioni di anni dalla corrente impetuosa. E' un percorso attrezzato con staccionate e ponticelli che permettono di godersi la piacevole vista del percorso dell'acqua.

Dal Centro Visitatori si accede al sentiero attraverso un cancello che dà sulla valle. Si segue prima il sentiero B6 della sentieristica ufficiale del Parco. Si costeggia il Centro, poi l'Area faunistica della Lontra, dove sono allevati e studiati alcuni esemplari di Lontra eurasiatica, mammifero ad alto

pericolo di estinzione. Attraverso dei gradoni di roccia si arriva ad un incrocio in prossimità del fiume. Qui si prende a sinistra il sentiero S che indica la direzione Ponte di Caramanico. Il percorso termina proprio sotto il ponte di Caramanico con un incantevole salto d'acqua.

Il ritorno sarà sullo stesso percorso dell'andata.

2. Cascata di S.Giovanni da Guardiagrele

Dislivello: 650 m. considerati i vari saliscendi che conducono alla cascata

Quota minima: Bocca di Valle 640m.

Quota massima: Valle delle Monache: 1170 m.

Durata: 5 ore incluso soste

Distanza: 8 km

Difficoltà: E

Tipologia: Anello

Equipaggiamento: Scarponcini da trekking, bastoncini, merenda, acqua, zaino, abbigliamento a strati per caldo e freddo, attrezzatura per la pioggia. Abiti e scarpe di ricambio in auto.

Partenza e Arrivo: Bocca di Valle, Guardiagrele

Rifornimento di acqua: Bocca di Valle, Piana delle Mele, Valle delle Monache

Descrizione:

La cascata di S.Giovanni (1080 m.) è formata dalle acque del torrente Vesola. Anche qui troveremo una grande varietà di specie animali e vegetali, tipiche degli ambienti caldo-umidi delle gole dei torrenti. Nei nostri sopralluoghi estivi abbiamo ammirato tra l'altro le copiose bacche del sambuco, la lunaria annua o moneta del papa e la grande varietà di bellissime farfalle variopinte accanite consumatrici del gustoso polline della canapa acquatica! [vedi foto in fondo alla scheda]. Per il nostro percorso lasceremo le auto a Bocca di Valle (640 m.), a 5 km da Guardiagrele. Percorso un breve tratto in piano, prenderemo il sentiero sulla destra che sale a Piana delle Mele (930 m.). Costeggeremo in parte il Parco Avventura e continueremo a salire per il sentiero F1. Arrivati a Valle delle Monache (1170m.), senza considerare il sentiero a sinistra che ridiscende nella valle, prenderemo a destra, percorrendo la piccola radura con una casetta sulla destra e arrivando ad una fontana dove potremo rifornirci di acqua. Dopo la fontana continueremo il sentiero F5. Il percorso è ben segnato, con diversi saliscendi e un tratto roccioso leggermente esposto attrezzato con corde [foto a sinistra]. Alla fine del sentiero saremo in vista del bel salto di 35 metri della cascata. La scelta di questo versante è data proprio dalla possibilità di incontrare la cascata dall'alto, veduta molto suggestiva. La discesa alla base della cascata è leggermente ripida ma è facilitata anche qui da corde ben piazzate [Foto a destra].

Il ritorno si effettua passando sulla riva opposta del torrente.



Prenderemo il sentiero F2 che costeggia il corso del torrente mantenendoci sulla sinistra al bivio, per ritornare a Bocca di Valle.



Avvertenze:

- Si raccomanda la massima puntualità e il possesso di tutta l'attrezzatura necessaria per le escursioni.
- E' obbligatoria l'assicurazione per i non soci Cai per entrambi le giornate di escursione. A tal fine si prega di comunicare le proprie generalità (nome, cognome, luogo e data di nascita, indirizzo email) entro e non oltre giovedì 12 settembre.
- Le direttrici di escursione si riservano di modificare il percorso ed anche di annullare una o tutte e due le escursioni in caso di previsioni metereologiche critiche.



Foto di A. Frate, G. Pronio, G. Della Fazia