

Club Alpino Italiano

Sezione di Napoli

Domenica 24 aprile

Gruppo montuoso Mainarde Abruzzo

Ciaspolata dalla sorgente Sambuco a Lago Vivo (1591 m)

Direttori di escursione Eugenio Simioli 338 7317749 , Simone Merola

Grado di difficoltà EEA - Dislivello: 500 m - **Durata:** 6 ore escluso soste

Criticità: brevi tratti con marcato dislivello da affrontare con le ciaspole

Colazione al sacco. Acqua da portare: almeno 1,5 lt

Mezzi di trasporto: mezzi propri. Rientro previsto a Napoli: ore 19:00

Appuntamento: contattare il direttore di escursione

Equipaggiamento: Abbigliamento invernale a strati, guanti e cappellino in pile, mantellina, bastoncini da trekking, ciaspole, scarponcini da trekking resistenti alla neve bagnata, ghette, occhiali da sole protettivi contro raggi u.v.a., protezione solare, e cambiata completa in caso di pioggia, da lasciare in aut

Descrizione Itinerario: Lasciate le auto lungo la carrareccia che conduce alla sorgente Sambuco, iniziamo l'escursione percorrendo un breve tratto in piano che vede sulla nostra destra il lago di Barrea.

Il sentiero che conduce a Lago Vivo sale costante verso nord in una valle stretta e silenziosa, ed anche quando c'è vento ci si sente protetti, avvolti da una atmosfera magica.

Lentamente giungiamo prima in un pianoro dove ci aspetta forse neve fonda, che ci consiglia di usare le ciaspole, o anche il vento, che fischia nella vallata dal quale dovremo proteggerci, oppure troveremo neve che diventa sempre più bianca, illuminata dal sole che farà capolino tra le nuvole, oppure no, perché prevedere le condizioni meteo nel periodo primaverile è impossibile, non possiamo prevedere quali emozioni ci aspettano, ma quello che è certo è che con questa atmosfera essere sorpresi dalla noia è impossibile.

Ci mancano pochi passi prima di affacciarci nella valle del Lago Vivo, ma non ce ne rendiamo conto, presi dai nostri pensieri o distratti dalle voci dei nostri amici, ci portiamo avanti fino a quando ci fermiamo di colpo, tutti assieme, rapiti dalla visione di un paesaggio incantato, non importa se c'è il sole o le nuvole, o anche una tempesta di neve, è il pianoro del Lago Vivo.

Alla Fonte degli Uccelli sostremo per il pranzo.

Escursione per soli soci

Mascherine al chiuso – Igiene delle mani - Distanza