

Domenica 18 settembre

Escursione nel Parco Nazionale della Majella:

1. Monte Morrone da Passo S. Leonardo

Lunedì 19 settembre

2. Riserva Naturale delle Gole e Eremo di S. Venanzio

Direttori: ASE Angela Frate - 3406734961

ASE Davide Pronio - 3393456326

Logistica: E' possibile pernottare a Pacentro sia la notte del sabato che la notte della domenica. Chi vuole può arrivare da Napoli per le singole escursioni o effettuare un solo pernottamento.

I partecipanti dovranno trovarsi:

domenica 18 settembre alle ore 9, sul luogo indicato dai direttori previo contatto telefonico, per l'inizio dell'escursione al **Monte Morrone**

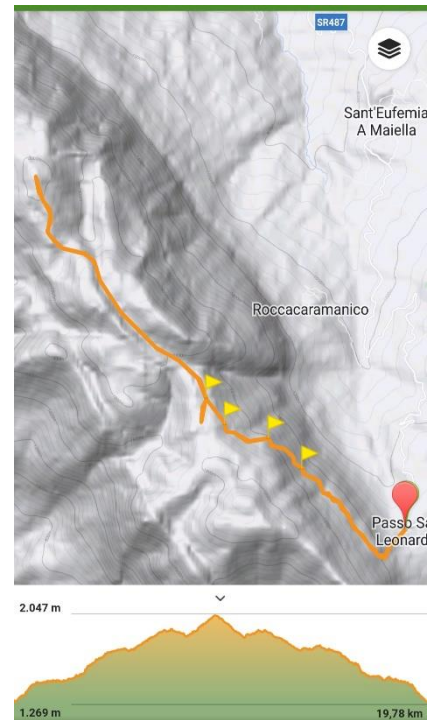
lunedì 19 settembre alle ore 10 per l'inizio dell'escursione alle **Gole di S. Venanzio**.

Le prenotazioni al b&b vanno fatte in autonomia dai singoli partecipanti.

Di seguito le indicazioni per alcuni b&b nel centro del borgo:



Domenica 18 settembre 2022
Escursione nel Parco Nazionale della Majella
Monte Morrone da Passo S. Leonardo



Vedi Carta Majella ed. Il Lupo Scala 1:25.000 Equidistanza curve di livello :10 m

Direttori di escursione ASE Angela Frate - 3406734961

ASE Davide Pronio - 3393456326

Tipologia del percorso: A/R

Dislivello in salita: 1010 m. (con alcuni saliscendi)

Lunghezza: 20 km

Tempi di Percorrenza: 8 ore

Difficoltà: EE (il percorso non presenta particolari difficoltà, sale in modo agevole senza estreme impennate ma è lungo e richiede quindi un buon allenamento)

Mezzi: auto proprie

Logistica: contattare i direttori di escursione per l'appuntamento

Equipaggiamento:

Scarponcini, bastoncini telescopici con puntali di gomma, pantaloni lunghi da trekking, t-shirt, felpa, pile, giacca a vento, guanti, cappello ed indumenti di protezione per la pioggia. Protezione solare. Colazione a sacco, 2lt.acqua. Pila frontale.

Descrizione:

Il percorso parte da Passo S. Leonardo (1282m.) Si lasciano le auto nel parcheggio dell'Hotel Celidonio. In fondo al parcheggio sulla destra dell'hotel si imbecca il sentiero Q3. Il percorso è ben segnato fino alla cima. Superando in salita i prati iniziali, ci si inoltra in un bosco di faggi, fino ad un crocevia con il sentiero Q4 che va a Monte Mileto. Noi continueremo sul sentiero Q3 che da questo punto per circa due chilometri è denominato "sentiero delle signore" con una pendenza molto leggera rispetto alle precedenti e successive e con una fresca ed ombrosa faggeta intervallata da brevi radure con una vista straordinaria sulla Majella.



Il sentiero prosegue fino al **rifugio** Capoposto, situato in una conca (1753 m.) Faremo una breve sosta in questa conca dove crescono in enorme quantità gli orapi, una sorta di spinacio selvatico. Nelle zone di riserva

integrale, contrassegnate con la vocale A è però vietato raccogliere non solo gli orapi ma anche frutti, erbe aromatiche, funghi, fiori. Il Morrone è infatti una riserva naturale protetta inserita nel Parco Nazionale della Maiella. Dopo la breve sosta al rifugio si prosegue in direzione NW per un bel tratto risalendo all'interno di un ampio vallone, con alla nostra sinistra le creste del monte le Mucchia di Pacentro (2001m.) e alla nostra destra la cima del monte le Mucchia di Rocca Caramanico (1986m.). Cammineremo in questo vallone fino a quando ci si trova di fronte ad una conca con in fondo il rifugio Iaccio della Madonna (1786m.) con una stanza sempre aperta. Noi non scenderemo nella conca ma imbrocheremo il sentiero alla sua sinistra e dapprima perderemo leggermente quota, poi all'indicazione per il Morrone e l'eremo di S. Pietro ricominceremo a salire fino alla cresta Ovest, con notevole visuale sulla valle di Sulmona, e poi fin sulla vetta del Morrone (2061 m). Il panorama è eccezionale: Gran Sasso, il Velino-Sirente, la costa Adriatica, il versante Nord Ovest della Majella con il Monte Amaro. Il ritorno sarà lo stesso dell'andata, con una breve deviazione (nei pressi del rifugio Capoposto) al memoriale di Diana e Tamara, le due giovani escursioniste venete uccise nel 1997 da un pastore macedone in un tentativo di stupro.



INFORMAZIONI

Le montagne del Morrone sono un gruppo montuoso dell'Abruzzo che sovrasta la città di Sulmona, racchiuso tra la valle Peligna, il fiume Aterno e la Majella, dalla quale è separata dalla valle del torrente Orte. E' inserito nel territorio della Comunità Montana della Majella e del Morrone.

Le montagne del Morrone sono un massiccio calcareo molto compatto, sulla cui sommità si trovano le cime principali del gruppo (Monte Morrone, 2061m, Monte Le Mucchia 1986 m; Monte Mileto 1920 m). Costituiscono una riserva naturale protetta inserita nel parco Nazionale della Majella. La **flora** è costituita sui versanti boscosi sopra i 1000 metri dalla faggeta e dal Pino mugo, mentre le parti più elevate sono occupate da una prateria a Festuca circummediterranea che ospita un'orchidea rarissima, la Nigritella rubra widderi, una delle specie più preziose dell'intera area. La **fauna** è rappresentata da frequentazioni dell'orso marsicano, lupo appenninico, muflone, cervo, aquila reale, falco pellegrino, gufo reale, vipera dell'Orsini. Un tempo, fino all'inizio del Novecento, si poteva incontrare anche il gipeto. Non è raro incontrare **cavalli in libertà**.

Il nome Morrone deriva dal termine murrone con il significato di roccia, un toponimo condiviso da alcune località geografiche tra loro distanti nell'Italia Meridionale.



Lunedì 19 settembre
Riserva Naturale
Le Gole e l'Eremo di S.Venanzio



Direttori di escursione

ASE Angela Frate - 3406734961

ASE Davide Pronio - 3393456326

Tipologia del percorso: Anello

Dislivello : m. 300

Lunghezza: 8 km

Tempi di Percorrenza: 5 ore comprese le soste

Difficoltà: T/E

Mezzi: auto proprie

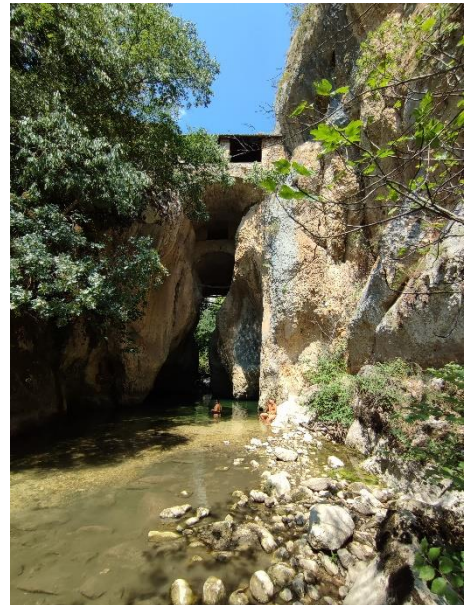
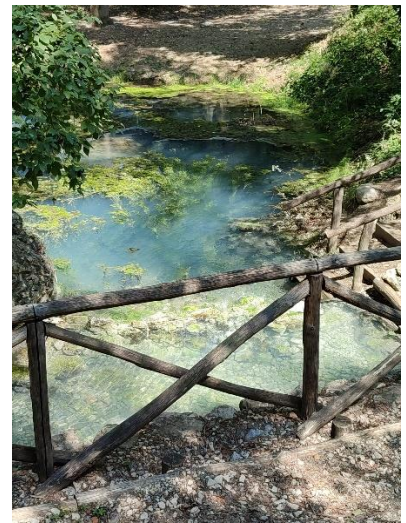
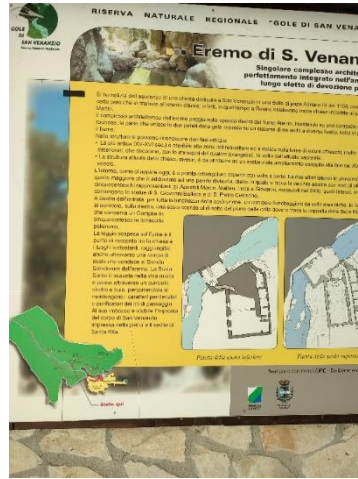
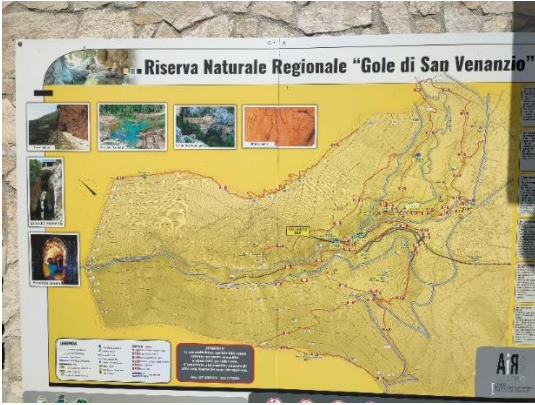
Logistica: contattare i direttori di escursione per il luogo della partenza

Equipaggiamento:

Scarponcini, bastoncini telescopici con puntali di gomma, pantaloni lunghi da trekking, t-shirt, felpa, pile, giacca a vento, guanti, cappello ed indumenti di protezione per la pioggia. Protezione solare. Colazione a sacco, 2lt.acqua. Pila frontale. Pantaloncini, costume, sandali da fiume, asciugamano.

Descrizione:

Dal borgo di Raiano (AQ), ritiro estivo di Benedetto Croce, all'altezza di un crocifisso ligneo, lasceremo le auto e scenderemo nella Riserva Naturale Regionale delle Gole di S.Venanzio, istituita nel 1998 su un'estensione di 1072 ha. Esse costituiscono un corridoio ecologico di primaria importanza tra il parco nazionale della Maiella e il parco naturale regionale Sirente-Velino. Qui visiteremo l'Eremo di S.Venanzio costruito tra le due pareti delle gole e faremo un percorso che ci porterà a punti panoramici, vecchi mulini, ponti, una sorgente sulfurea - che sfocia nell'Aterno, il torrente che attraversa le gole - un'area pic nic dove sosteremo per poi risalire al borgo. Lungo il percorso troveremo innumerevoli cartelli che ci spiegheranno di volta in volta gli aspetti geologici, naturalistici, storici e spirituali del luogo.



NOTE

1. I partecipanti si impegnano a rispettare rigorosamente gli orari stabiliti dai Direttori
2. L'escursione è aperta ai non soci che dovranno pagare un importo assicurativo in sede il venerdì precedente all'escursione o contattando i Direttori di escursione entro il giovedì precedente l'escursione

AVVERTENZE

L'escursionismo, come tutte le attività in montagna, è un'attività potenzialmente pericolosa se non praticata con adeguata prudenza e cognizione di causa. Per cui:

- I Direttori di escursione si riservano di modificare in tutto o in parte l'itinerario in considerazione delle condizioni meteorologiche e/o si determinino situazioni pericolose
- I Direttori per propria responsabilità si riservano di escludere dalla propria escursione i partecipanti non adeguatamente attrezzati e allenati
- A salvaguardia della propria incolumità nel corso dell'escursione i partecipanti sono tenuti ad osservare le indicazioni fornite dai direttori di escursione e a non intraprendere iniziative personali.