

CAI – SEZIONE DI LANCIANO O.N.L.U.S.

ESCURSIONI: PROGRAMMA 2018

06.01.2018 **Le Befane volanti nel cielo di Lama dei Peligni**

14.01.2018 – **Ciaspolata** Traversata Monte Orsello (Parco Regionale Velino-Sirente)

Itinerario: Partenza dalla SS696 loc. Carpeneto q.1328m, seguire la dorsale verso sud-est sent.4A B/R in direzione Terriccio q.1624m, proseguire per Pizzo delle Fosse 1998m fino a raggiungere la cima del Monte Orsello 2043m. Successivamente proseguire verso est sent.4 B/R lungo la facile dorsale verso Coppa Agabito q.1724m ,per poi concluderla alla Vecchia Miniera di Campo Felice q.1540m.

Difficoltà: E

Dislivello: 800 mt

Tempo di percorrenza: 5h

Km totali : 10,5

Attrezzatura: Ciaspole

Accompagnatore: Gianluca Iurisci e Gianluca di Camillo

28.01.2018 – **Ciaspolata** Pietra Cernaia da Quarto del Barone (Parco Nazionale Majella/ Morrone)

Itinerario: Dalla strada 84 presso località “Quarto del Barone” si prende il sentiero del parco N4 a quota 1275. Dopo aver camminato nelle vaste praterie degli altipiani maggiori si entra nella faggeta e si continua a camminare fino alla base della maestosa Pietra Cernaia (q 1670 m). Ritorno per lo stesso percorso.

Difficoltà: E (Escursione senza particolari difficoltà tecniche ma comune in ambiente innevato)

Lunghezza: 8 km a/r

Tempo di percorrenza: 6 h

Dislivello: +400 m

Attrezzatura: Ciaspole Accompagnatori: Gruppo giovani (Victor Giusti) + TAM (Manfrè Catia)

27.01/03.02.2018 - **Settimana Bianca in Austria**

11.02.2018 - **Ciaspolata da Guado di Coccia a Femmina Morta** (Parco Nazionale Majella/ Morrone)

Si raggiunge la località Guado di Coccia (1652 mt) con l'ausilio degli impianti di risalita della stazione sciistica di Campo di Giove, da qui parte la ciaspolata salendo in direzione della vetta di Femmina Morta (2432

mt), da qui si torna indietro passando per Tavola Rotonda (2403 mt) quindi si torna agli impianti per rientrare infine alla base degli impianti.

Dislivello: 800 metri circa

Difficoltà: EE

Tempo di percorrenza: 5 ore

Attrezzatura: Ciaspole

Accompagnatori: Iacobitti Massimiliano; Giancristofaro Gianni; Pollutri Luigi.

25.02.2018 - Adesione alla **Ciaspolata Intersezionale organizzata da Coppo dell'Orso**, programma da ricevere, referente per la nostra sezione: Gianfranco Cavasinni

11.03.2018 - **Ciaspolata da Campo Felice – Rifugio Alantino – Rifugio Sebastiani (Riserva Regionale Velino/Sirente)**

Partendo dal Rifugio Alantino (1533mt) situato sulla Piano di Campo Felice, si segue l'evidente sentiero che si inoltra nella Valle Leona fino a raggiungere il Rifugio Sebastiani (2102 mt). Ritorno per la stessa via.

Difficoltà: EE

Tempo di Percorrenza: 5 ore circa

Dislivello: 550 mt

Attrezzatura: Ciaspole

Accompagnatori: Iacobitti Massimiliano; Di Giulio Guerino.

25.03.2018 - **Anello capanne di pietra Passo Lanciano** (Parco Nazionale Majella/ Morrone)

Itinerario: Lasciati i mezzi a Passo Lanciano si prosegue 100 m in direzione Lettomanoppello. Si attacca il sentiero a sinistra CP. Dopo circa 1 km nella faggeta al bivio si volta a DX verso Colle dell'Astoro. Dopo il bivio si raggiunge il complesso pastorale "La Valletta" (q 1210). Proseguendo il sentiero si arriva al complesso agropastorale di Colle dell'Astoro. Si giunge al bivio con il sentiero C2 dove si volta a SX per tornare la bivio incontrato precedentemente per poi tornare a Passo Lanciano.

Difficoltà: E

Lunghezza: 7 km

Tempo di percorrenza: 6 h

Dislivello: - 200 m

Accompagnatori: Gruppo giovani (Enrica Spadaccini; Gianfelice Rosato) + TAM (Rdolfo Giancristofaro)

02.04.2018 - **Lunedì di Pasqua con il CAI Lanciano** (programma da definire)

08.04.2018 - Cicloescursionismo- Val di Sangro: Anello S. Biagio di

Roccascalegna, Pennadomo, Montebello sul Sangro, Montelapiano, Villa Santa Maria, Lago di Bomba, San Biagio.

15.04.2018 - Apertura Escursioni Estive: Traversata Pennapedimonte – Fara S. Martino (Parco Nazionale Majella/ Morrone)

Itinerario: Dalla località “Balzolo” (q 720 m) si visita in discesa il borgo di Pennapedimonte per andare a prendere il sentiero G3 che in poco tempo porta al ponte dell’Avello. Da lì il sentiero prosegue ai piedi della montagna fino all’imbocco del Vallone di Palombaro (Fosso la Valle). Si visita la Grotta S. Angelo e si prosegue il sentiero fino ai pastifici di Fara S. Martino per poi salire al paese.

Difficoltà: E

Lunghezza: 10 km

Tempo di percorrenza: 6 h Dislivello: +/- 300 m

Accompagnatori: Gruppo giovani (Giulia Giammarino) + TAM (Manfrè Catia)

25.04/01.05/2018 - Settimana verde in Sardegna Programma da definire (Filippo Scacciavillani; Antonella D’Angelo)

06.05.2018 - Cicloescursionismo- P. N. Majella: Anello Pacentro, Campo di Giove, Macchia di Secine, Passo San Leonardo, Pacentro.

13.05.2018 - In cammino nei parchi: Riserva Naturale Guidata Monte Genzana. Sezione Capofila: CAI Vasto

27.05.2018 - Valle inferno (Parco Nazionale Majella-Morrone)

Itinerario: da Balzolo (669m) per sterrata fino a Linaro (930m); quindi sentiero che sale verso le Gobbe Selvaromana, al bivio (1100m) si prende deviazione per la vallata Selvaromana che si percorre fino alla biforcazione per Valle Inferno (1100m). Si risale questa per nevali fino a dove è possibile (intorno q. 1450); quindi rientro per la stessa via

Difficoltà: EEA (itinerario semi-alpinistico)- Dislivello: 1000m

Tempo di percorrenza: 9/10h

Direttore logistico: Cristiano Iurisci

Escursione alternativa TAM: Grotte pastorali Itinerario da definire a cura di Rodolfo Giancristofaro.

02/03.06.2018 - Cicloescursionismo- Due giorni sui M. Sibillini: 1°) Anello della Valle del Fiastrone; 2°) Anello del M. Rotondo da Fiastra.

10.06.2018 - La montagna si tinge di Rosa – Grotta del Colle (TAM Regionale)
Programma da pervenire

16.06.2018 - (sabato)_Intersezionale CAI Dueville: Monte Amaro dal Rifugio Pomilio_(Parco Nazionale Majella/ Morrone)

Itinerario: Partendo dal Rifugio Pomilio (1890 mt), seguendo il sentiero del parco si passa per la Madonnina del Blockhaus, da qui continuando su cresta si arriva al fontanino della Sella dell'Acquaviva. Si continua risalendo il traverso fino al Bivacco Fusco, e da qui si continua su cresta fino al Monte Focalone (2676 mt), si prosegue passando per Cima Pomilio (2656 mt), Tre Portoni (2612 mt) ed infine Monte Amaro (2793 mt). Ritorno per la stessa via.

. Difficoltà: EE

Dislivello: 1500 mt

Tempo percorrenza totale: 9/10 ore

Accompagnatori: Rodolfo Giancristofaro; Iacobitti Massimiliano.

Escursione alternativa: Bivacco Fusco

Itinerario: Partendo insieme al gruppo del giro lungo, facendo lo stesso percorso si raggiunge il Bivacco Fusco (2455 mt) da cui si gode di una stupenda vista sulla vetta di Cima Murelle e l'omonimo anfiteatro. Rientro per la stessa via.

Difficoltà: E

Dislivello: 700 mt

Tempo percorrenza totale: 5 ore

Accompagnatori: Assunta Colacioppo; Filippo Scacciavillani.

17.06.2018 - Monte della Scindarella e San Gregorio Paganica dalla Fossa di Paganica (Parco Nazionale Gran Sasso - Laga)

Itinerario:—

Partenza dal valico SS17 Bis a sud-est di Monte Cristo q.1764m, lo si aggira in senso antiorario a mezzacosta, si segue un sentiero che incrocia un vecchio impianto di risalita e porta sull'evidente Sella della Scindarella q.1801 m. Si segue il sent. B/R in direzione Nord risalendo facilmente tutto il costone fino a raggiungere il Monte della Scindarella antic. Nord-Ovest 2199 m., si procede lungo la cresta in direz. Est raggiungendo la cima della Scindarella q.2233 per poi continuare tra sali scendi fino a toccare il Monte San Gregorio di Paganica 2076 m. Da qui, in direzione Sud, si scende verso la parte più orientale della Fossa di Paganica, si passa accanto al laghetto di Paganica e si risale sulla sconnessa sterrata fino all'auto.

Difficoltà: E

Dislivello: 700 mt

Tempo di percorrenza: 6h

Km totali : 12

Accompagnatore: Gianluca Iurisci e Nicola Luongo

Escursione alternativa TAM : Grancia di Santa Maria, Lago di Passaneta. Rodolfo Giancristofaro.

22/23/24.06.2018 - Traversata Maiella Orientale con pernotto nei Rifugi . (Parco Nazionale Majella/ Morrone)

Appuntamento al parcheggio delle grotte del Cavallone alle 14.00. Dopo aver preso l'impianto di risalita si prende il sentiero H4 e successivamente H6 che porta al rifugio Macchia di Taranta per il primo pernotto. La mattina successiva alle 6.00 si inizia a camminare lungo il sentiero H6 che porta al Monte Amaro. Si scende fino al rifugio Manzini per il secondo pernotto. L'ultimo giorno iniziando a camminare sempre alle 6.00 si sale ai Tre Portoni per poi raggiungere la Cima delle Murelle. Si scende attraverso la Carozza al rif. Martellese per finire la traversata all'area pic nic "La Macchia" a Palombaro.

Difficoltà: EE (Max 10 persone ESPERTE)

Lunghezza: Innumerevoli km

Dislivello: chi più ne ha, più ne metta

Tempo di percorrenza: 3 giorni

Accompagnatori: Gruppo giovani (Gianluca di Camillo, Tommaso Nasuti, Fabio Cerri)

30.06.2017 - Gran Sasso Meridionale: Notturna sul Monte Cappucciata

Itinerario ad anello: partenza da Vado di Focina (1383 m), Valle del Voltigno (1370 m), Fonte Aciprano (1452 m), sentiero nel bosco Valloscura, sentiero nella valle di Pietraflora (1651 m), breve salita in cima al Monte Cappucciata (1801 m), ritorno lungo il sentiero della Valle dei Frati, Valle d'Ombra (1462 m), Valle del Voltigno, Vado di Focina.

Classificazione delle difficoltà: E (itinerario facile)

Tempo Complessivo : circa 5 ore

Tempo di Salita : 2,5/3 ore

Tempo di Discesa : 2 ore

Dislivello complessivo : circa 450 m

Accompagnatori: Gianfranco Cavasinni – Anna Di Feliciantonio

01.07.2018 - Casa del Pastore-Monte Tari – Cima dell'Altare (Parco Nazionale Majella/ Morrone)

Itinerario: Dalla strada 263 da Fara S. Martino a Lama dei Peligni si prende la strada sterrata con indicazione per "La Casa del Pastore". Si prende il sentiero H5 che sale subito ripidamente nel bosco fino a Monte Tari. Dopo aver goduto della vista di questa cima si continua lungo il sentiero che percorre la lunghissima cresta che

sovrasta il Vallone di Fara S. Martino. Dopo essere arrivati a Colle Incotto il sentiero rimpiana lungo il Piano Amaro fino a Cima dell'Altare da dove si vedrà un panorama unico.

Difficoltà: EE

Lunghezza: 26 km

Dislivello: +2000 m

Tempo di percorrenza: 12 h

Accompagnatori: Paolo Granà - Francesca Mastromauro

Escursione alternativa TAM: Colle Bandiera. Rodolfo Giancristofaro.

08.07.2018 - Cicloescursionismo- P.R. del Velino: Anello Casamaina, Rif.

Alantino, Rif. Sebastiani, Sella del Morretano, Campo Felice Casamaina.

15.07.2018 - Serra della Terratta-La Terratta-Serra del Carapale-Carapale cima Nord (Parco Nazionale d'Abruzzo,Lazio e Molise)

Itinerario: Dagli impianti di risalita di Scanno q.1088m su sent.A3 B/R risalire la valle del Carapale per l'omonimo stazzo q.1594m fino al valico del Carapale q.2107m. Proseguire x comodo fuori sentiero verso la Serra della Terratta q.2163m e di seguito fino alla Terratta q.2208m tornare indietro fino a prendere la lunga Serra del Carapale q.2106 e cima Nord q.2086m e discesa per Punta Cerreto q.1715. Di nuovo verso lo stazzo del Carapale su vecchio sentiero CAI inizialmente difficoltoso da individuare (14 B) fino ad incrociare il sentiero A3 e ritorno a valle.

Difficoltà: EE

Dislivello: 1400 mt

Tempo di percorrenza: 8 h

Km totali: 15

Accompagnatore: Gianluca Iurisci; Di Giulio Guerino.

Escursione alternativa:

Sentiero del Cuore e Eremo di Sant'Egidio (Parco Nazionale d'Abruzzo,Lazio e Molise)

Itinerario: Dal Lago di Scanno si prende il sentiero del cuore verso l'Eremo di Sant'Egidio. Da qui si segue per la cengia del Cuore. A fine escursione visita del borgo di Scanno.

Difficoltà: E

Dislivello: 300 mt

Tempo di percorrenza: 4 h

Accompagnatore: Rodolfo Giancristofaro

22.07.2018 - Cicloescursionismo- Monti Simbruini: Anello delle Coste di Camposecco da Camerata Nuova

29.07.2018 - Festa al Rifugio Macchia di Taranta (Programma da definire)

05.08.2018 - Via dei Gelati (Parco Nazionale Gran Sasso-Monti della Laga)

Itinerario: da Fonte Vetica (1600m) si sale fino alla sella di Fronte Fredda (1994m); s questo punto si devia a destra a mezza costa a seguire le tracce di sentiero che i nevaroli usavano per prendere la neve da usare per sorbetti e gelati. La traccia percorre aeree cenge e sellette panoramiche fino alla Forchetta di Penne (2245m) da dove si riprende a salire verso la cresta del M. Camicia (2450m)

Difficoltà: EE (percorso su tracce sentiero esposto)

Dislivello: 1000m

Tempo di percorrenza: 7/8h

Direttore logistico: Cristiano Iurisci e Paolo Boccabella (CAI L'Aquila)

Escursione alternativa: Monte Camicia per la via normale. Rodolfo Giancristofaro.

26.08.2018 - Cicloescursionismo- P.N.A.L.M.: Anello Alfedena, Valle

Fiorita, Pianoro Campitelli, Rio Torto, Lago di Barrea, Alfedena.

02.09.2018 - Muro Lungo della Val di Teve (Riserva Regionale Velino/Sirente)

Itinerario: Da Bocca di Teve a Malepasso q.ta 1900 Murolungo 2184 m per cime secondarie discesa al lago della Duchessa q.ta 1788 dove ritrovare l'itinerario B proveniente da Malepasso discesa comune per valloni Cieco e Fua

Difficoltà EE impegnativa prolungata

Durata 7/8 ore

Accompagnatori: Di Giulio Guerino ; D'Angelo Antonella.

Escursione alternativa: Lago della Duchessa per il Vallone di Fua.

09.09.2018 - Cicloescursionismo- Isole Tremiti: Anello di San Domino

Pedolate tra calette e bagni rinfrescanti Mtb + asciugamano attrezzature da bagno pinne salvagente e maschera per snorkeling

Itinerario ad anello per agile sterrata talvolta asfaltata talora sentiero dall'imbarcadero per cala Tamariello, grotta Coc.lo; c. Tonda; c. Tramontana; c. degli Inglesi; c. Benedettini, g. Pecora; cala. e grotta. Rondinelle; Architello; c. e g. del bue marino; faro; perimetrale dell' eremita per colle dell'e. C. delle roselle, scoglio dell'Elefante; c. Spido, rientro all'imbarcadero.

Accompagnatori: Di Giulio Guerino ; D'Angelo Antonella,

23.09.2018 - Valle della Genzana per il Costone della Cerasa (per il XX anni della scomparsa di Pino e Giuseppe) (Riserva Regionale Velino/Sirente)

Itinerario: Dal Valico del Ceraso (1534 mt), seguendo il sentiero 10/A si raggiunge il Passo del Ceraso (1892 mt), da qui si prosegue su cresta passando per il Costone della Cerasa (2182 mt), si scende successivamente al Vado di Castellaneta (2088 mt), su sentiero 1G si scende nella Valle della Genzana fino a raggiungere gli omini in pietra innalzati per Pino e Giuseppe. Sosta commemorativa. Ripartendo si reintercetta il sentiero 10/A per ritornare fino al Passo della Cerasa e ridiscendere sul sentiero dell'andata fino alle macchine,

Dislivello: 900 metri circa

Difficoltà: EE

Tempo di percorrenza: 7 ore

Accompagnatori: Giancristofaro Gianni; Iacobitti Massimiliano.

Escursione alternativa TAM: Visita ad Alba Fucens. Al termine dell'escursione Concerto Coro CAI presso Forme.

30.09.2018 - Lago Vivo - Lago Montagna Spaccata (PNALM)

Itinerario: Dal valico di Barrea (q 1141m) si inizia a camminare lungo il sentiero K6/K4 che porta al Lago Vivo. Si abbandona il sentiero K4 per andare a prendere il K3 a quota 1719 m. Si percorre in direzione Est fino all'intersezione con il sentiero L2 che si percorre fino alla località Campitelli. Si prosegue lungo il sentiero K2 che porta al Lago di Montagna Spaccata e successivamente al Valico di Barrea.

Difficoltà: EE

Lunghezza: 20 km

Tempo di percorrenza: 10 h

Dislivello: 1100 mt

Accompagnatori: Gruppo giovani :Tommaso Nasuti - Giannicola Ruggero (Esperto del luogo)

07.10.2018 - Traversata da loc. Sant Antonio di Palena (1.180mt) al rif. Macchia di Taranta (Parco Nazionale Majella/ Morrone)

Da loc. Sant' Antonio risaliremo la mulattiera che porta al Guado di Coccia e poco prima del guado, a circa 1.630mt intercettiamo il sentiero H4 che toccando in alcuni punti i 2000mt (sotto la Tavola Rotonda) risalendo verso Nordest ci porterà al rifugio del Pastore.

Approfitteremo del rifugio per fare una comoda sosta e scenderemo a valle tramite il sentiero H6 (direttissima rif. Macchia di Taranto).

Dislivello in salita circa 800mt, in discesa 1.000mt

Lunghezza 15km

Classificazione EE

Accompagnatori: Pollutri Luigi; Manfrè Catia.

14.10.2018 - Cicloescursionismo- Parco Monti della Laga: Anello Castel Trosino, San Vito, Leofara, Vallinquina, Valle Castellana, Lago di Talvacchia, Castel Trosino.

21.10.2018 - Vallone delle 3 Grotte (Parco Nazionale Majella-Morrone)

Itinerario: da Balzolo (669m) per sterrata fino a Linaro (930m); quindi sentiero che sale verso le Gobbe Selvaromana fino al bivio (1400m) dove si prende deviazione a destra per la vallone delle Tre Grotte; si visitano in sequenza tre cascate (Abbeveratoio, travaje e Fragurose) fino al sentiero che porta alla Madonnina (1040m e a Linaro, 940m) da dove si riprende la sterrata fatta all'andata.

Difficoltà: EE (percorso su tracce sentiero esposto e passi I°)

Dislivello: 1100m

Tempo di percorrenza: 8/9h

Direttore logistico: Cristiano Iurisci e Massimo Zulli (CAI Guardiagrele)

28.10.2018 - Traversata Monte Puzzillo (Riserva Regionale Velino/Sirente)

Itinerario: Dalla chiesuola di Lucoli (q 1656 m) si sale la cresta che sale prima al Monte Fratta e successivamente al Monte Cornacchia (q 2010 m). Si prosegue fino alla cima del monte Puzzillo (q 2132m). Si scende fino a prendere la cresta che in direzione SO porta al Costone (q 2239 m). Si prosegue sempre su cresta NO attraverso sali/scendi che portano a Punta dell'Uccettù. Si scende e attraverso piste forestali si torna al punto di partenza.

Difficoltà: EE

Lunghezza: 20 km

Tempo di percorrenza: 11 h

Dislivello: + 800 m

Accompagnatori: Gruppo giovani (Gianluca di Camillo - Fabio Cerri)

3/4.11.2018 - Week end Monti Reatini

Uscita di due giorni con pernottamento in loco, con escursioni sulle maggiori vette del comprensorio, Dettagli da definire.

Referenti: Iacobitti Massimiliano; Victor Giusti; Giancristofaro Gianni,

11.11.2018 - Cicloescursionismo- P. N. Majella: Anello Lama dei Peligni,
Ponte di Ferro, Madonna del Roseto, Torricella Peligna, Colledimacine, Taranta Peligna, Lama dei Peligni.

18.11.2018 - Cresta Monte Rotella Da Pescocostanzo. (Parco Nazionale
Majella/ Morrone)

Itinerario: In prossimità degli impianti di risalita si prende il sentiero che sale attraverso le piste fino a mettersi in cresta. Si prosegue in direzione NO lungo il sentiero T1 che con una lunga ma piacevole salita porta alla cima del Monte Rotella (q 2129 m). Dopo essersi goduti il panorama a 360° si inizia la discesa sempre in direzione NO lungo il sentiero T2 fino a quota 1700 m dove si devia a destra lungo il sentiero T4 che in poco tempo porta al Bosco di S. Antonio.

Difficoltà: EE

Lunghezza: 17 km

Tempo di percorrenza: 10 h

Dislivello: +600 m

Accompagnatori: Gruppo giovani (Gianfelice Rosato - Carlo Tedesco - Fabio Cerri)

Escursione alternativa TAM: Monte Calvario e visita ai centri di Rivisondoli e Pescocostanzo. Rodolfo Giancristofaro.

02.12.2018 - Cena Sociale

