

	In montagna con il CAI		
Club Alpino Italiano Sez. Gran Sasso d'Italia T e r a m o			
 <p style="text-align: center;">Gruppo Seniores CAI Teramo</p>		Titolo Escursione: Cima Alta da Casale S.Nicola	
Nel: Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga			Data: 20 /05/2021
Sentieri CAI: 200A SI - 103 - 207	Montagna		Massiccio Montuoso: Gran Sasso
Descrizione Itinerario			
<p>Da Teramo si prende l'autostrada la superstrada/autostrada in direzione Roma si esce al casello Colledara /San Gabriele e si seguono le indicazioni Isola del Gran Sasso arrivati al centro del Paese subito dopo una piccola rotonda superato un ponticello prendere al bivio per Casale San Nicola che dista da qui circa 7 km . Parcheggiare la macchina nei pressi della cascatella. Tempo d'arrivo stimato da Teramo 50 minuti km 40 circa .</p> <p>L'escursione inizia a quota m. 850 circa prendendo il sentiero 200A subito dopo la cascatella a sx con le scalette tra le case del paese risalendo sulla sx il torrente Mavone e passando per la fonte si arriva alla radura con la chiesetta di San Nicola a quota 1.096 m. Dopo aver aggirato la chiesetta sulla dx si entra nel bosco e si risale sempre il sentiero 200A ignorando gli incroci rimanendo sulla linea di salita con il Paretone che compare tra gli alberi. Mantenendo sempre la dx e salendo il sentiero esce dal bosco e arriva al Rifugio San Nicola a quota 1670m. Durante questo tratto è possibile godere della bellezza del paretone e sicuramente visto il colpo d'occhio è uno degli itinerari più belli del parco. Prima di arrivare a Cima Alta si lascia il sentiero 200A e si prosegue per la Croce sul Piano del Laghetto con il sentiero 103, da qui sempre per il 103 che diventa quasi una carrareccia si arriva al Rifugio Orazio Delfico. Dal Rifugio Delfico (quota 1.428 m.) si arriva senza deviazioni, dopo aver imboccato per un breve tratto il sentiero 207, alla frazione di Forca di Valle (840 m.) dove sarà lasciata una macchina di recupero.</p>			
Luogo di ritrovo : Area di Servizio Uscita Colledara		Ora ritrovo: 8,00 Ora partenza: 8,15	Mezzo di trasporto: Auto proprie
Attrezzatura: giacca impermeabile, pile, scarponcini da trekking, Borraccia con 1 litro d'acqua, bastoncini e ricambio.		Lunghezza: 15 km	Dislivello di salita: m. 900
Durata: 7.30 h		Difficoltà: E	Note: Percorso ad anello senza notevole dislivello e senza difficoltà tecniche
Tipo segnaletica: r.b.r. <input type="checkbox"/> r.g.r. <input type="checkbox"/> Altro <input checked="" type="checkbox"/> Assente <input type="checkbox"/>			
Natura del percorso: Sentieri tracciati/Carrareccia			
Accompagnatori: Lucio Brunetti Giacinto Urbani Pietro Seca		3271016725 3398053810	Mail: urbanig52@gmail.com
Note: <i>L'uscita potrà subire variazioni negli orari o nel percorso a insindacabile giudizio degli accompagnatori.</i>			