

LUGLIO	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
	Dom 3	F.del Sambuco Valle Iannanghera	9.00	13.00	4	100	f	Barrea	Bivio ss83Mars.Casa Cant. Alfedena
	Lun 4	Bosco S. Antonio	16.00	19.00	3	100	f	Pescocostanzo	Staz Serv.AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 6	Stazione Rivisondoli Fonte santamico	16.00	19.30	4	200	f	Rivisondoli	Staz ServAgipEni SS17 Roccaraso
	Ven 8	Pineta di Punta Rossa	16.00	19.00	3	100	f	Roccaraso	Staz ServAgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 9	Trekking delle 3 Regioni del Parco	8.00	---	15	900	m.i.	Opi	Bivio SS83 Mars.Casa Cant. Alfedena
	Dom 10	Pernott. In Rifugio	8.30	17.00	15	300	m	Picinisco (FR)	Arrivo Scapoli (IS)
	Lun 11	Gola del Fiume Sangro f.Larina	16.00	19.00	4	200	f	Alfedena	Bivio Strada per Scontrone
	Mer 13	Sorg. Fontanelle Sito Paleontologico	16.00	19.30	5	200	f	Scontrone	Bivio SS 83 per Scontrone
	Ven 15	Bosco Madonna dell'Eremita	16.00	19.00	4	200	f	Castel di Sangro	Distrib.TotalErg SS17 C.di Sangro
Sab 16	M. Mare (2020) (Mainarde)	8.00	17.00	10	900	m	Scapoli (IS)	Distr. TotalErg SS17 C.di Sangro	
Dom 17	Riserva Nat.ForMAB. Montedimezzo	9.00	13.00	5	100	f	S.Pietro Avellana (IS)	Distr. TotalErg SS17 C.di Sangro	
Lun 18	Lago M.Spaccata Sorg. Rio Torto	15.30	19.30	5	200	f	Alfedena	Bivio SS83Mars.Casa Cant. Alfedena	
Mer 20	M. Calvario (1753) (notturna)	21.00	24.00	4	350	m	Rivisondoli	Staz Serv AgipEni SS17 Roccaraso	
Ven 22	Fontana Chiarano Riserva Nat.CFS	16.00	19.00	4	100	f	Rivisondoli	Staz Serv.AgipEni SS17 Roccaraso	
Sab 23	Scontrone M.rotondo Barrea (traversata)	8.30	17.30	12	800	m	Scontrone	Bivio ss.83 per Scontrone	
Dom 24	Anello di M. Capraro (1730)	8.30	13.30	6	350	m	Capracotta (IS)	StazSer.TotalErg SS17 C.di Sangro	
Lun 25	Anello di Valle Arenara	16.00	19.30	6	150	f	Roccaraso	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso	
Mer 27	Fonte Lami	16.00	19.00	4	150	f	Rivisondoli	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso	
Ven 29	Rivisondoli Pescocostanzo	16.00	19.00	4	200	f	Rivisondoli	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso	
Sab 30	G.Sasso d'Italia Corno Grande (2912)	7.30	19.30	9	900	m	Campo Imperatore	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso	
Dom 31	M. Secine (1883) Parco Naz.Maiella (pic nic)	8.30	17.00	8	400	f	Ateleta	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso	
AGOSTO	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
	Lun 1	Altopiano 5 Miglia Colle Martinello	16.00	19.30	3	100	f	Rocca Pia	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
	Mar 2	Anello di M.Zurrone	17.30	20.00	2	50	f	Roccaraso	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
	Mer 3	Pietransieri Piana del Re (P. N. Maiella)	16.00	19.30	4	200	f	Pietransieri	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
	Gio 4	Rivisondoli Pescocostanzo	17.30	20.00	4	200	f	Rivisondoli	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
	Gio 4	M. Calvario (1753)	21.00	24.00	5	350	m	Rivisondoli	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
	Ven 5	Pineta di Punta Rossa	16.00	19.00	4	100	f	Roccaraso	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
	Sab 6	Pietre Cernaie (1765) Parco Naz. Maiella	8.30	15.30	8	400	f	Pescocostanzo	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
	Sab 6	Colle Portella Stazzo Casciata	17.00	19.30	3	100	f	Rivisondoli	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
	Dom 7	Lago M. Spaccata Sorg. Rio Torto	8.30	13.30	6	250	f	Alfedena	Bivio SP Marsic.Casa Cant. Alfedena
	Lun 8	M.Spinorotondo (1799) M.Arazzecca(1830) (traversata)	8.30	15.30	10	400	m	Roccaraso	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
	Lun 8	Fontana Chiarano Riserva Nat.CFS	17.00	20.00	3	100	f	Rivisondoli	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso

Mar 9	M.Rotella (2129) P.N.Maiella	8.00	17.00	12	800	m	Pescocostanzo	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Mar 9	Costa calda Colle Portella	17.30	19.30	3	50	f	Roccaraso	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
mer 10	Alba a 2000 metri (poss. Avvistamento camosci)	01.30	10.00	8	800	m	Alfedena	Piazza Umberto I°
Mer 10	Bosco S.Antonio	16.00	19.00	3	100	f	Pescocostanzo	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Gio 11	Serra Rocca Chiarano(2262)traversata	8.00	17.00	12	700	m	Rivisondoli	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Gio 11	Altopiano 5 Miglia Colle Martinello	17.30	20.00	3	100	f	Rocca Pia	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Ven 12	Riserva Naturale Reg.Alto Gizio M.Genzana	8.30	15.00	8	500	f	Rocca Pia	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Ven 12	Campetto Alpini Punta Rossa	16.00	19.00	3	100	f	Roccaraso	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Sab 13	Valle Lunga (poss.avvist.cervi) PNALM	8.00	16.00	10	700	m	Alfedena	Bivio SP83 Casa Cant. Alfedena
Sab 13	Bosco S.Antonio	17.00	19.30	3	100	f	Pescocostanzo	StazServ.AgipEni SS17 Roccaraso
Dom 14	Passo Godi M.Mattone (1809) PNALM	8.30	15.30	7	350	f	Villetta Barrea	BivioSP 83 Casa Cant.Alfedena
Dom 14	Fonte del Sambuco Valle Iannanghera	16.30	19.30	4	100	f	Barrea	SP.83 Fonte del Sambuco Barrea
Lun 15	Bosco Madonna degli Eremiti (pic nic)	9.00	13.00	4	150	f	Castel di Sangro	Staz Serv.TotalErg SS17 C.di Sangro
Mar 16	Val Fondillo Passo dell'Orso Rif. Forca Resuni V.Iannanghera (PNALM)	8.00	18.00	15	1100	m.i	Opi	Bivio SP.83 Casa Cant. Alfedena
Mer 17	M.Pizzalto Staz.Palena (traversata)	8.30	15.30	10	600	m	Pescocostanzo	StazServAgipEni SS17 Rocc.
Mer 17	Valle Fura Rifugio La Posta	16.30	19.30	3	100	f	Pescocostanzo	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Gio 18	Foce del fiume Sangro F.te Larina La Valle	9.00	13.00	5	200	f	Scontrone	Bivio SP per Scontrone
Gio 18	Tramonto sull'Arazzecca (1830)	16.30	21.30	7	300	m	Roccaraso	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Ven 19	Campetto d.Alpini Valle Arenara	8.30	13.00	5	250	f	Roccaraso	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Ven 19	Visita cave selciatori (Pro Loco Alfedena)	16.00	20.00	4	200	f	Alfedena	Piazzetta Aufidena
Sab 20	M. Porrara (2137) Eremo Mad.Altare Pic Nic	8.30	17.30	9	900	m	Stazione Palena	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Dom 21	M.Curio Valle Cupa Riserva Nat.Chiarano Sparvera	8.30	14.00	7	300	f	Rivisondoli	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Lun 22	Anello di m.Capraro (1730)	8.30	15.00	7	300	f	Capracotta (IS)	StazServ.TotalErg C.di Sangro SS17
Lun 22	Riserva Nat.MAB Monte di Mezzo	16.30	19.30	4	100	f	S..Pietro Avellana(IS)	Piazzale Stazione FS
Mar 23	M. Camicia (2564) P.co Naz. del Gran Sasso	7.00	18.00	10	900	m	Fonte Vetica Campo Imperatore	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Mer 24	Pietransieri Piana del Re (Parco Naz.Maiella)	8.30	13.00	5	250	f	Pietransieri	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Mer 24	Anello del Bosco di S.Antonio	16.30	19.30	3	100	f	Pescocostanzo	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Gio 25	Tartari Biscurri tra stazzi e carbonaie	8.30	16.00	10	500	m	Alfedena	Bivio SR 83 Casa Cant. Alfedena
Gio 25	Visita resti Citta' Sannitica Aufidena Mura Megal. IV° Sec.a.c.	16.30	19.30	4	200	f	alfedena	Largo della chiesa Alfedena
Ven 26	Cresta della Monna (1761) M.Morrone	8.30	15.00	8	300	f	Aremogna	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Ven 26	Rivisondoli Pescocostanzo	16.00	19.00	4	100	f	Rivisondoli	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Sab 27	M.Sirente (2348) (Parco Reg.Velino-Sirente)	7.30	18.30	10	1100	m.i	Secinaro	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Dom 28	Prato Gentile M.S.Nicola M.Campo	8.00	14.00	9	350	m	Capracotta	StazServ.TotalErg SS17 C.di Ssngro
Lun 29	Stazione Rivisondoli Fonte Mastamico	15.30	19.30	5	250	f	Rivisondoli	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso

Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
Mar 30	Anello di M. Zurrone	17.30	20.00	3	100	f	Roccaraso	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Mer 31	Anello del Bosco di S. Antonio	16.00	19.00	3	100	f	Pescocostanzo	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Gio 1	Altopiano 5 Miglia Colle Martinello	17.30	20.00	3	100	f	Rocca Pia	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Ven 2	Anello di Valle Arenara	15.30	19.30	6	250	f	Roccaraso	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Sab 3	Traversata delle Mainarde	8.00	18.00	10	900	m.i	Pizzone (IS)	Staz Serv.TotalErg SS17 C.di Sangro
Dom 4	Anello di M.Secine (Parco Naz.Maiella) (Pic Nic)	8.30	15.30	8	450	f	Ateleta	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Lun 5	Eremo di S. Ilario	15.30	19.00	4	150	f	Alfedena	Piazzetta Aufidena
Mer 7	Civitalta Mura Megalitiche	15.30	19.30	5	300	m	Alfedena	Bivio SR 83 Casa Cant. Alfedena
Ven 9	Passeggiata lungo il F.me Sangro	16.00	19.00	3	0	f	Castel di Sangro	Piazzale del mercato
Sab 10	M.Amaro (2792)Parco Naz.Maiella	7.00	18.00	15	1300	i	Campo di Giove	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Dom 11	Valle Lunga (cervi in amore)	7.30	16.00	10	800	m	Alfedena	Bivio SR 83 Casa Cant. Alfedena
Gio 15	Alba sulla Meta (2242) (poss. avv.camosci)	01.30	9.30	9	850	m	Alfedena	Piazza Umberto I°
Sab 17	M.Cavallo M.Forcellone (Mainarde)	7.30	18.00	9	800	m	Cardito (FR)	StazServ.TotalErg SS17 C.di Sangro
Dom 18	Forca d'Acero Val Fondello (PNALM) (traversata)	8.00	17.30	10	500	m	Opi	Bivio SR 83 Casa Cant. Alfedena
Sab 24	M.Velino (2487) Parco Reg. Velino-Sirente	7.00	18.00	10	100	m.i	Rocca di Mezzo	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso
Dom 25	M.Viglio Parco Reg. Simbruini-Ernici	7.30	18.00	8	600	m	Morino	Bivio SR 83 CasaCant. Alfedena
Sab 1	Valle Pagana Biscurri M.Miele PNALM (cervi in amore) PIC NIC	8.00	17.00	8	500	m	Alfedena	Bivio SR 83 Mars.Casa Cant. Alfedena
Dom 2	M. Greco (2285)	8.30	17.30	6	500	m	Roccaraso	Staz Serv. AgipEni ss17 Roccaraso

SETTEMBRE

OTTOBRE

**Legenda difficoltà: F = Facile – M = Media – I = Impegnativa**  
**a seguire Programma autunnale “ A spasso per prati e boschi con il Micologo “**

**Equipaggiamento consigliato**

- Scarponcini da trekking
- Bastoncini telescopici
- Zaino
- Viveri e bevande
- T-shirt traspirante (anche di ricambio)
- K-way e giacca a vento
- Cappello
- Occhiali da sole
- Crema solare
- Binocolo
- Fotocamera
- Pila frontale per escursioni serali o notturne

**Info e contatti**  
<http://altosangroescursioni.jimdo.com>  
[lspada.escursioni@gmail.com](mailto:lspada.escursioni@gmail.com)  
 Tel. 3388942095



**Alla scoperta delle montagne di Abruzzo e Molise**

**Con Istruttore – Maestro di Escursionismo - Micologo  
 Accompagnatore di media montagna**

*Natura Sport Cultura*

**Trekking estivi tra cascate, fenomeni carsici, fiori, funghi, etc..**

*In tutte le escursioni sarà illustrato il percorso nell'aspetto ambientalistico e storico, attraverso l'osservazione della flora, della fauna, del paesaggio circostante e degli insediamenti umani.*