

## Tabella Tecnica

|                   |             |
|-------------------|-------------|
| Tipologia :       | Escursione  |
| Dislivello :      | 850/1300 mt |
| Ore :             | 6/7 ore     |
| Difficoltà :      | EE          |
| Lunghezza :       | 10/15 km    |
| Accompagnatore 1: | Di Loreto   |
| Accompagnatore 2: | Mignella    |



## LAGO DELLA DUCHESSA e IL MUROLUNGO con STARTREKK

Sabato 20 aprile

Questo trekking è considerato tra i più suggestivi del centro Italia; ci porterà alla scoperta di un luogo magico all'interno della riserva regionale Montagne della Duchessa, nel territorio del comune di Borgorose, ai confini con la provincia dell'Aquila in Abruzzo.

Incastonato tra i settori montuosi del Monte Murolungo e del Monte Morrone, questo lago ha origine carsica ed è posto a 1788 m in una conca glaciale che lo rende il lago tra i più alti dell'appennino centrale. Partiremo dall'abitato di Cartore (944 s.l.m.), un borgo di montagna minutamente recuperato, e risaliremo con una decisa e impegnativa pendenza iniziale la val di Fua, fino all'altipiano delle Caparnie dove sorgono alcuni rifugi e casette di pastori. Da qui saliremo ancora in dolce pendenza per giungere finalmente alla conca occupata dal piccolo specchio d'acqua luogo di abbeveraggio di folte mandrie e greggi.

Per i più arditi ci sarà la possibilità di proseguire fino alla vetta del Murolungo a (2184m) per poi ricongiungersi con chi si fermerà al lago e scendere insieme sulla via dell'andata.

Immane appuntamento sarà il 3° tempo al birrificio Birra del borgo dove assaporeremo la loro ghiacciata birra artigianale.

### Curiosità storiche

Il lago divenne noto a livello nazionale per un tentativo di depistaggio avvenuto nell'aprile del 1978 durante il sequestro di Aldo Moro.

Un falso comunicato delle Brigate Rosse, il 18 aprile 1978, indicava di cercare il cadavere di Moro nel lago, e costrinse la polizia a delle difficoltose operazioni di ricerca sotto la superficie ghiacciata.

### DATI TECNICI ESCURSIONE SOFT:

Lunghezza: 10,00 km

Dislivello: 850 mt

Tempo percorrenza: 5/6 ore

Difficoltà: E

### DATI TECNICI ESCURSIONE HARD:

Lunghezza: 15,00 km

Dislivello: 1300 mt

Tempo percorrenza: 7 ore (SOSTE ESCLUSE)

Difficoltà: EE

### CONTRIBUTO ESCURSIONE:

20,00 euro

**ACCOMPAGNATORI:**

AEV Pierluigi Picconi 347 5077183  
Sara Mignella 328 3418776  
Claudia Di Loreto 333 3014623  
Alessandra Murgiano 338 3458465

**APPUNTAMENTI:**

- Primo appuntamento Roma ore 7.30 Largo Magna Grecia, Bar Cagliari
- Secondo appuntamento: ore 8.30 Bar Albergo La Duchessa Corvaro (RI) <https://goo.gl/maps/MkLWrZbu5pM4C62Z6>

**PRENOTAZIONI:**

Direttamente dal nostro sito [www.startrekk.it](http://www.startrekk.it) inserendo i tuoi dati al seguente link:

<https://www.startrekk.it/prenotazionismart.php?id=1863>

**ABBIGLIAMENTO ed EQUIPAGGIAMENTO:**

Abbigliamento a strati, scarpe da trekking (OBBLIGATORIE), bastoncini, guscio antivento/pioggia, guanti, cappello, torcia frontale, acqua (almeno 1,5 l) e pranzo al sacco

**AVVERTENZE:**

L'attività proposta potrà subire cambiamenti a insindacabile giudizio degli accompagnatori, per ragioni di sicurezza e di opportunità. Pertanto, ogni partecipante è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori, seguendo le loro indicazioni, in caso contrario, verrà meno il rapporto di affidamento e di responsabilità.

**TESSERAMENTO:**

Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento, la tessera costa 15,00€, è valida 365 giorni dalla data di emissione e sarà possibile farla direttamente il giorno dell'escursione

Per velocizzare le operazioni di emissione della tessera stampa il modulo allegato e portalo con te già compilato e firmato <https://www.startrekk.it/pdf/tessera.pdf>