

## Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione		
Dislivello :	450m mt		
Ore :	7 ore ore		
Difficoltà :	E		
Lunghezza :	10Km km		
Accompagnatore 1:	Muzio		
Accompagnatore 2:	tutti		

“Settembre andiamo, è tempo di migrare..” Inizia così la poesia “I pastori” di Gabriele D’annunzio, poeta pescarese, legato alle tradizioni della propria terra.

Le strofe descrivono il percorso dei pastori attraverso i tratturi, per spostarsi, con l’arrivo dell’autunno, dalle montagne verso il mare. Sembrano quasi racconti di un’epoca ancestrale, che non soltanto ha condizionato il territorio, ma per millenni è stata la forma economica più importante. Il cambiamento rapido e impetuoso ha cancellato gran parte degli antichi mestieri, che oggi fortunatamente sembrano tornare di moda, grazie ad una accresciuta consapevolezza dell’importanza di una vita genuina. Un tempo i tratturi erbosi erano percorsi da circa cinque milioni di animali che venivano spostati tra l’Abruzzo e la Puglia; oggi questo numero è prossimo alle poche unità, ma i tratturi sono stati rivalutati in ambito turistico per la loro valenza sia storica che naturalistica. Sono infatti strade non battute dal traffico dei veicoli, silenziose, immerse in paesaggi stupendi, tutti da esplorare. Andremo dunque alla scoperta del Tratturo Magno da Santo Stefano di Sessanio a Rocca Calascio, sulle antiche vie dei pastori transumanti riscoprendo la transumanza come anello di collegamento tra le tradizioni culinarie. Ed è proprio da questo collegamento e da un’iniziativa di imprenditori locali, che nasce la prima edizione della TransuPanza!

### COSA FAREMO:

Una piacevole escursione, alla scoperta di luoghi che conservano un fascino autentico e dove ancora sopravvivono antichi mestieri quasi scomparsi, che ci preparerà la "panza" per il nostro “pranzo da Pastore” al sacco. Al termine dell’escursione visiteremo la bottega “AquiLANA” a Santo Stefano di Sessanio dove ci spetta un piccolo gadget e una dimostrazione: Valeria, coraggiosa imprenditrice locale ci mostrerà come si tingeva la lana con la tintura naturale. E quando spiana saremo pronti per la “merenda del transumante”, dove arriveremo guidati dall’infallibile fiuto della Panza per assaporare gustosi arrosticini e una bibita fresca. Ovviamente, per partire con lo spirito giusto e per ricordare le buone abitudini contadine di una volta, prima della partenza alleneremo la Panza con una saporita colazione presso Ovino dove ritireremo anche il nostro pranzo al sacco. Insomma una giornata allegra e spensierata...da veri intenditori!!!

### ESCURSIONE: Respirando la storia di un passato lontano in un panorama mozzafiato

Difficile descrivere la bellezza selvaggia di questo posto situato al centro di un contesto montuoso rilevante. Ovunque si guardi si scorgono cime che si contrappongono a una valle scarsamente popolata. Il castello, a cavallo di una cresta, domina l’estremo margine di Campo Imperatore e l’inizio dell’antica via della Transumanza.

Dal paese di Santo Stefano di Sessanio raggiungeremo il castello di Rocca Calascio situato a 1460m s.l.m., uno dei castelli più elevati d’Italia, passando per la piccola chiesa a pianta ottagonale dedicata alla Madonna della Pietà, che sorge più in basso. Ci fermeremo per degustare il nostro pranzo per poi tornare a Santo Stefano di Sessanio.

### DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E (Facile)

DISLIVELLO TOTALE: CIRCA 450m

DISTANZA: CIRCA 10Km

DURATA: 6 ore

## **MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO**

Scarpe da trekking, zaino, bastoni telescopici, T-shirt traspirante (anche una di ricambio), pile o maglione, K-way e giacca antivento, pantaloni comodi per camminare(lunghi), borraccia (acqua almeno 1,5lt), cappello, occhiali da sole, crema solare, macchina fotografica.

**IMPORTANTE:** Scarpe comode per il viaggio e post-escursione!

**N.B.**L'itinerario proposto potrà subire variazioni ad insindacabile giudizio dell'accompagnatore sulla base delle condizioni di sicurezza che saranno valutate prima e durante dell'escursione.

**Attività in collaborazione con gli imprenditori di Santo Stefano di Sessanio:  
OVINO, AquilANA e il Ristoro degli Elfi.**

## **ACCOMPAGNATORI:**

Silvia Muzio 3934805965

**COSTO: 35,00 euro**

## **La quota comprende:**

- escursione guidata a cura di un accompagnatore di m. Montagna inclusa assicurazione per la durata dell'evento.
- colazione, pranzo al sacco, laboratorio della lana con gadget e merenda con arrosticini e bibita.

## **La quota non comprende:**

- viaggio a/r da Roma
- tutto quanto non previsto alla voce "La quota comprende".

? **PRENOTAZIONI:** <https://www.startrekk.it/prenotazioni.php?id=2000>

## **APPUNTAMENTO:**

### **1^ APPUNTAMENTO:**

- Eventuale appuntamento a Roma da concordare

**N.B:**La conferma di prenotazione riguarda esclusivamente l'escursione, **per la possibilità di passaggio contattare le guide** via mail, tramite WhatsApp o telefono.

### **2^ APPUNTAMENTO:**

ore 09.45 Santo Stefano di Sessanio

**NOTE AGGIUNTIVE:**In caso di utilizzo di auto private a pieno carico, i costi di carburante e autostrada vengono divisi dagli occupanti della macchina, escluso il proprietario del veicolo.

## **IMPORTANTE:**

Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento.

Tessera Federtrek 15,00 euro (5 euro per gli under 18), con possibilità di farla il giorno stesso.

Per velocizzare le operazioni di emissione della tessera scarica il modulo e portalo con te compilato e firmato.