

**Tabella Tecnica**

Tipologia :	WeekEnd
Dislivello :	300m, 200m, 300m mt
Ore :	vedi programma ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	12Km, 6Km, 10Km km
Accompagnatore 1:	Muzio
Accompagnatore 2:	Di Paolo



Tre giorni indimenticabili nel cuore del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise, dedicati agli splendidi colori dell'autunno, così luminosi e intensi e belli...

Cammineremo sui sentieri del Parco, nella natura selvaggia, tra le tracce della fauna selvatica.

Scopriremo le abitudini di lupi e orsi che in questo periodo sono ancora in cerca di cibo, prima di rifugiarsi nelle loro tane.

Vivremo un'atmosfera fiabesca tra trekking e natura, con i boschi in versione autunnale, le chiome degli alberi colorate, pronte ad accogliere la nuova stagione.

Lasciate a casa l'ingombro dei pensieri e immergetevi nella natura, nei rumori del bosco e nei suoi profumi e seguite i colori dell'autunno, la scoperta di un piccolo rifugio e il gusto di un pranzo dal sapore autentico.

**PROGRAMMA:****VENERDÌ 1 NOVEMBRE: LA FAGGETA SITO DELL'UNESCO con PRANZO IN RIFUGIO**

-Appuntamento a Roma da concordare con la guida

-Ore 11,00 partenza escursione

Percorreremo la zona della Cicerana, tra radure e boschi secolari, habitat di lupi ed Orsi, lungo il nostro cammino racconteremo aneddoti e curiosità di questi animali, impareremo a riconoscere tracce e segni della loro presenza. Arriveremo per l'ora di pranzo presso l'ecorifugio della Cicerana, un vecchio villino ora trasformato in rifugio.

Chi vorrà potrà pranzare in rifugio!

**DATI TECNICI ESCURSIONE:**

DIFFICOLTÀ': E-Media/Facile

DISLIVELLO: CIRCA 300m

DISTANZA: CIRCA 12 KM

DURATA: CIRCA 7 ore

-Spostamento in hotel, cena e pernottamento.

**SABATO 02 NOVEMBRE: LUNGO IL SENTIERO ARTEPARCO**

Da un'iniziativa del 2018 nasce Arteparco per portare l'arte contemporanea all'interno del parco nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise e per coniugare il mondo dell'arte con quello della natura, che è Arte in tutte le sue forme e manifestazioni.

Il legame tra uomo natura e arte è dunque in primo piano e lo scopriremo ancor di più immergendoci tra i tratturi e gli alberi

secolari della faggeta centenaria di Pescasseroli, più nota come Bosco della Difesa, un tempo chiamata dai suoi abitanti "Defenza".

Cammineremo in un bosco incantato, con alberi dalle forme più bizzarre, dovute all'antica tecnica della "CAPITIZZATURA", frequentato da cervi e caprioli.

-Colazione in hotel

-Ore 9,30 appuntamento in hotel e spostamento nei pressi del sentiero.

#### **DATI TECNICI ESCURSIONE:**

DIFFICOLTA': E-facile

DISLIVELLO: CIRCA 200m

DISTANZA: CIRCA 6/8 KM

DURATA: 5 ore

-Rientro in hotel, cena e pernottamento.

#### **DOMENICA 03 NOVEMBRE: ANELLO VALLE JANNANGHERA**

Con un giro ad anello, raggiungeremo la sorgente Jannanghera, in una delle valli più belle del Parco che porta l'antico nome dialettale con cui veniva chiamata la strega, motivo per cui, nelle credenze popolari, la valle è considerata da sempre regno della magia, del mistero e dell'ignoto.

Da qui il sentiero prosegue verso le sponde del Lago di Barrea, per poi risalire verso Civitella Alfedena.

-Colazione in hotel

-Ore 9,30 appuntamento in hotel e spostamento con le auto nei pressi di Civitella Alfedena

#### **DATI TECNICI ESCURSIONE:**

DIFFICOLTA': E-Media/Facile

DISLIVELLO: CIRCA 300m

DISTANZA: CIRCA 10 KM

DURATA: CIRCA 5 ore

-Rientro, saluti e partenza.

#### **MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO**

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

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

**COSTI: €240,00 a persona**

La prenotazione prevede la conferma alla partecipazione alle 3 giornate come da programma.

In alternativa, se possibile, in una o più giornate si potrà partecipare ad escursioni più impegnative.

#### **La quota comprende:**

- 2 pernottamenti in Hotel 3 stelle in camera doppia/tripla, con trattamento di mezza pensione bevande incluse.
- 2 pranzi al sacco per le giornate di Sabato e Domenica
- 3 escursioni guidate a cura di un accompagnatore di m. Montagna inclusa assicurazione per la durata dell'evento.

#### **La quota non comprende:**

- pranzo in rifugio del venerdì
- viaggio a/r da Roma
- eventuale supplemento SINGOLA di €30,00 per 2 notti
- taxa di soggiorno di €1 al giorno e tutto quanto non previsto alla voce "La quota comprende".

È possibile aderire anche alle singole escursioni contattando le guide!

**ACCOMPAGNATORI:**

Silvia Muzio 3934805965

Michela Di Paolo 3398976847

**1^ APPUNTAMENTO:**

- Appuntamento a Roma da concordare con la guida e/o gli altri partecipanti

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 11.00 vicino Pescasseroli già pronti per l'escursione (la posizione esatta verrà mandata a tutti i partecipanti)

**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.

? **PRENOTAZIONI:** <https://www.startrekk.it/prenotazioni.php?id=2021>

Per confermare è richiesto il versamento della caparra di € 80,00 da versare direttamente all'hotel.

Per informazioni, conferme e per i dati per l'acconto contattare le guide.

**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.

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.