

## Tabella Tecnica

Tipologia :	Escursione
Dislivello :	450m mt
Ore :	5/6 ore ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	12Km km
Accompagnatore 1:	Muzio
Accompagnatore 2:	tutti



Sante Marie è un affascinante borgo abruzzese situato in provincia dell'Aquila, noto per la sua storia, le tradizioni e le bellezze naturali. Tra queste spicca la Riserva Naturale Regionale Grotte di Luppa, un'area protetta che si estende per circa 435 ettari, caratterizzata da boschi di castagni secolari, falesie rocciose e l'omonima grotta, meta di appassionati di speleologia e amanti della natura.

L'idea di una riserva delle Grotte di Luppa nasce per tutelare, valorizzare e promuovere un territorio interessato oltre che dalla presenza della Grotta anche da una vegetazione ricca sia in termini di biodiversità che di valore socio-economico, visto lo sfruttamento ancora attivo dei castagneti qui presenti.

Il cuore della Riserva è costituito dalle Grotte di Luppa, una formazione naturale di origine carsica, famosa per le sue stalattiti, stalagmiti e le particolari conformazioni geologiche.

Ci si potrà avventurare solo per pochi metri all'interno del portale di roccia. La prosecuzione della visita sarà possibile, invece, solo a speleologi attrezzati ed esperti, che potranno apprezzarne le sale, i cunicoli, le concrezioni e i laghetti. Superato l'androne, infatti, una serie di marmitte e piccoli salti ne rendono difficoltoso l'accesso.

Ma non è tutto, la riserva è caratterizzata da estesi boschi di castagni e querce, alcuni dei quali sono secolari e rappresentano veri monumenti della natura ed è attraversata da una rete di sentieri adatti al trekking e alle passeggiate naturalistiche.

Attraverso questi sentieri scopriremo pareti rocciose, fonti, una piccola chiesa e una delle attrazioni più recenti e affascinanti "La grande panchina di Sante Marie"

Non mancheranno terrazze naturali da cui ammirare il panorama sulle montagne circostanti. Questi punti sono perfetti per una sosta e per scattare foto suggestive.

Ci sposteremo infine nel piccolo borgo per ammirare "la via dei murales" un museo all'aperto che racconta, la storia, le tradizioni, il periodo storico del brigantaggio e della civiltà contadina. I murales sono stati realizzati a partire dal 2014, da giovani artisti provenienti da tutta Italia.

Vi aspetto per scoprire un angolo autentico dell'Abruzzo, dove storia, natura e avventura si incontrano.

### DATI TECNICI ESCURSIONE:

DIFFICOLTA': E-Media  
DISLIVELLO TOTALE : circa 450m  
DISTANZA : circa 12 KM  
DURATA: 5/6 ore circa

### 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), pranzo al sacco, 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!

### ACCOMPAGNATORI:

Silvia Muzio 3934805965

### CONTRIBUTO ESCURSIONE:

15,00 euro

**APPUNTAMENTO:****1^ APPUNTAMENTO:**

- Appuntamento a Roma (da concordare con la guida)

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 10.00 Riserva Grotte di Luppa (la posizione esatta verrà inviata 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=2086>

**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.

**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.