

Tabella Tecnica

Tipologia :	ciaspolata TOP
Dislivello :	200 m mt
Ore :	4 ore ore
Difficoltà :	EAI
Lunghezza :	9 km km
Accompagnatore 1:	Pavel
Accompagnatore 2:	Di Loreto



CIASPOLATA al RIFUGIO della CICERANA con STARTREKK

Sabato 25 Gennaio

Se vuoi ciaspolare Unisciti a noi!

La nostra ciaspolata permetterà a TUTTI di percorrere una delle valli più belle del Parco nazionale d'Abruzzo Lazio e Molise fino a raggiungere il Rifugio della Cicerana.

Il Rifugio situato a 1575 m nel comune di Lecce dei marsi è collocato in una delle valli più selvagge del Parco, ideale per immergersi nella natura incontaminata.

La sua posizione strategica gli permette di dominare l'intera valle della Cicerana racchiusa tra le vette del Monte Turchio (1894m) Monte Marcolano (1940m) e Rocca Genovese (1944 m).

La valle è caratterizzata da ampie radure circondate da immensi boschi di faggio.

Negli angoli più nascosti di questo meraviglioso territorio sopravvivono antiche foreste vetuste patrimonio dell'UNESCO. È un territorio, questo, ricco di biodiversità dove trovano riparo alcune specie animali protette in via di estinzione, in primis L'Orso bruno marsicano, presente con poco più di 50 esemplari, il lupo Appenninico, il Camoscio, la Rosalia Alpina ed ancora altre specie.

Un territorio di immenso valore naturalistico tutto da rispettare.

Programma

Partenza della ciaspolata (ore 9.30 circa) dal rifugio del Diavolo (1390 m) situato sulla SS 83 Marsicana nel comune di Gioia dei marsi.

Da qui avrà inizio la nostra escursione, ci addentreremo sin da subito nelle valli di riserva generale del Parco Nazionale d'Abruzzo in direzione rifugio della Cicerana che raggiungeremo dopo un'ora e mezza circa di cammino. Il rifugio gestito ci permetterà di degustare un'ottima polenta calda (Facoltativo). Dopo la pausa pranzo riprenderemo il nostro cammino in discesa verso le auto.

Il sentiero è di semplice percorrenza su terreno senza grandi pendenze. Il dislivello poco impegnativo, per questo accessibile anche a persone meno allenate.

È insomma una giornata poco faticosa di convivialità e condivisione!

DATI TECNICI:

Difficoltà EAI (escursionisti in ambiente innevato)

Dislivello: 200 m circa

Distanza: 9 km

Durata: 4 h totali

Esposizione: nord/est

Punti acqua: non presenti

MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO:

Scarponcini da trekking, ciaspole, zaino, bastoncini telescopici, intimo di ricambio, pile, giacca antivento/antipioggia (possibilmente in goretex) giacca pesante (anche piumino 100gr va bene), pantaloni comodi, ghette (consigliate), cappello, guanti, scaldacollo, occhiali da sole, crema solare, borraccia con acqua (1,5 l).

N.B. Per chi fosse sprovvisto di ciaspole sarà possibile richiederle al momento della prenotazione indicando il proprio numero al costo di soli €5.

Importante: portate scarpe comode per il viaggio post-escursione!

APPUNTAMENTI:

1° Appuntamento ore 7.30 Largo Magna Grecia Bar Cagliari - zona S. Giovanni (partenza da Roma)

2° Appuntamento ore 9.30 Passo del Diavolo dove inizieremo a camminare. (vi verranno inviate le coordinate per raggiungere il punto esatto)

ACCOMPAGNATORI:

Daniela Pavel 333 6783146

Claudia Di Loreto 333 3014623

COSTO:

20,00 euro a persona

La quota comprende:

? Il supporto di uno o più accompagnatori Startrekk per tutta la durata dell'evento

La quota non comprende:

Le spese di viaggio

Il pranzo al rifugio (€ 18,00 su prenotazione)

Il noleggio delle ciaspole € 5,00.

È richiesto il pagamento anticipato di 20,00 euro sull'iban: IT61Z0306967684510724312088 intestato a STARTREKK. Oggetto bonifico: "Ciaspolata al Rifugio della Cicerana+ nome e cognome".

PRENOTAZIONI: E' possibile prenotare la propria partecipazione direttamente online, sul sito <https://www.startrekk.it>
Per eventuali richieste aggiuntive o semplici richieste di informazione fare sempre riferimento a info@startrekk.it o agli accompagnatori via whatsapp o telefono.

Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento, tessera FederTrek 15,00€ valida 365 giorni dalla data di emissione.

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

N.B. L'attività proposta potrà subire cambiamenti a discrezione 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, quindi, l'eventuale responsabilità verso chi sceglie percorsi, o modalità differenti da quelle indicate.

I partecipanti sono tenuti ad essere preparati fisicamente e tecnicamente, nonché ad essere equipaggiati con abbigliamento e attrezzature adeguate alle esigenze dell'escursione programmata.

Visita il nostro sito <https://www.startrekk.it/indexsmart.php>