



“Alto Sangro Escursioni”

Il risveglio della primavera

Passeggiate, escursioni, trekking....2019

**Alla scoperta delle montagne
di Abruzzo e Molise**

Con

**Istruttore – Maestro di Escursionismo - Micologo
Accompagnatore di media montagna
Tecnico Sportivo 1° liv. CONI**

Natura Sport Cultura

Passeggiate di primavera tra cascate, fenomeni carsici, fiori, funghi, etc..

In tutte le escursioni sarà illustrato il percorso nell'aspetto ambientalistico e storico, attraverso l'osservazione della flora, della fauna, del paesaggio circostante e degli insediamenti umani.

Info e contatti

- www.altosangroescursioni.net
- lspada.escursioni@gmail.com
- Tel. 3388942095



	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
APRILE	Gio 18	Anello di Roccalta.	17.30	19.30	3	150	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Ven 19	M.Calvario (1753) sotto la luna piena	20.30	23.30	4	300	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 20	Lago Pantaniello (1818) S.I.C.	9.00	16.00	10	400	M	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 21	Cascate del Rio Torto Grotta dello Schievo	9.00	13.00	5	250	F	Alfedena	Bivio SP Marsic.83 Casa Cant.
	Lun 22	Anello di Monte Pagano (1304)	9.00	13.00	5	250	F	Castel di Sangro	Rotonda Ospedale C. di Sangro
	Mar 23	Grotta Verde	17.30	19.30	4	150	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 24	Anello di Punta Rossa	16.00	19.00	3	150	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Gio 25	M.Porrara (2137) P.N.Maiella	9.00	16.00	9	800	M	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Ven 26	Riserva Naturale Reg. Montagna Spaccata	15.00	19.00	5	200	F	Roivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 27	Valle Pagana Mainarde (PNALM)	9.00	16.00	9	500	M	Alfedena	Bivio SP Marsic.83 Casa Cant.
	Dom 28	Sorgenti del Rio Torto	9.00	13.00	5	200	F	Alfedena	Bivio SP Marsic.83 Casa Cant.
	Lun 29	Valle Arenara Aremogna	14.30	19.00	7	300	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mar 30	Colle Portella Stazzo Casciata	17.30	19.30	3	100	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
MAGGIO	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
	Mer 1	Lago Vivo (PNALM)	9.00	16.00	8	550	F	Barrea	Bivio SP Marsic.83 Casa Cant. Alfedena
	Gio 2	Pineta di Rivisondoli	17.00	19.30	3	150	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Ven 3	Anello del Bosco di S. Antonio (PN Maiella)	15.00	18.00	3	100	F	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 4	Grotta dello Schievo	9.00	13.00	4	200	F	Barrea	Bivio SP Marsic.83 Casa Cant. Alfedena
	Dom 5	Riserva Nat. Reg.le Alto Gizio M. Genzana	9.00	14.00	7	300	F	Rocca Pia	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 11	M.Rotella (2129) PN Maiella	9.00	16.00	10	700	M	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 12	Cascate del Rio Torto	9.00	13.00	4	200	F	Barrea	Bivio SP Marsic.83 Casa Cant. Alfedena
	Sab 18	Prato Gentile M.Campo	9.00	14.30	8	300	F	Capracotta (IS)	Rotonda Ospedale Civile Castel di Sangro
	Dom 19	Anello del M.Morrone	9.00	15.30	8	300	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 25	Cascate del Rio Verde-Abetina di Rosello	9.00	15.30	6	200	F	Rosello (CH)	Rotonda Ospedale Civile Castel di Sangro
	Dom 26	Fonte Romana Fonte dell'Orso P. S. Leonardo PN Maiella	9.00	14.00	5	250	F	Campo di Giove	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	GIUGNO	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza
Sab 1		Scontrone M.Rotondo Barrea	8.30	15.30	8	700	M	Scontrone	Bivio SP per Scontrone
Dom 2		M. Greco (2285))	8.30	16.30	9	400	M	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Sab 8		La Meta (2242) (PNALM)	9.00	16.00	9	900	M	Alfedena	Bivio SP Marsic.83 Casa Cant. Alfedena
Dom 9		Toppe Vurgo /Ris.Nat.Reg. Alto Gizio-M.Genzana	8.30	15.30	8	400	F	Scanno	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Sab 15		Tre Confini Valle Fredda	9.00	13.30	9	400	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Dom 16		M. Serra Sparvera (1998)	9.00	15.00	8	500	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Sab 22		Anello di M. Secine (1883)	9.00	15.00	8	500	F	Ateleta	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Dom 23		Biscurri - Tartari	9.00	16.00	8	500	F	Alfedena	Bivio SP Marsic.83 Casa Cant. Alfedena

Legenda difficoltà: F = Facile – M = Media – I = Impegnativa

Equipaggiamento consigliato

- Scarponcini da trekking
- Bastoncini telescopici
- Zaino
- Viveri e bevande
- T-shirt traspirante (anche di ricambio)
- K-way e giacca a vento
- Cappello
- Occhiali da sole
- Crema solare
- Binocolo
- Fotocamera
- Pila frontale per escursioni serali o notturne



Per Info: 3388942095 (Luigi) – lspada.escursioni@gmail.com

e da luglio si ricomincia.....passeggiate, pic nic, uscite in notturna, albe, tramonti, ascensioni, traversate, trekking di più giorni etc.!