

### 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



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](http://www.altosangroescursioni.net)
- [lspada.escursioni@gmail.com](mailto:lspada.escursioni@gmail.com)
- Tel. 3388942095



**Luglio / Settembre**

**Alla scoperta delle montagne di Abruzzo e Molise con "Luigi Spada"**

**Istruttore – Maestro di Escursionismo - Micologo  
Accompagnatore di media montagna**

**Natura Sport Cultura**





	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
LUGLIO	Dom 9	Campetto Alpini Valle Arenara	9.00	13.00	6	250	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Lun 10	M. Calvario (1753) P.N. Maiella	20.00	24.00	5	350	M	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 12	Piana del Re P.N. Maiella	16.00	20.00	4	200	F	Pietransieri	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Ven 14	Riser Nat. For. Montagna Spaccata	16.00	20.00	4	150	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 15	Monte Greco (2285)	8.30	16.30	8	600	M	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 16	Tartari e Biscurri (PNALM)	8.30	16.30	8	600	M	Alfedena	Bivio SP.83 Marsicana Casa Cant. Alfedena
	Lun 17	Pineta di Punta Rossa	16.00	19.30	4	100	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 19	Foce del Fiume Sangro F. Larina	16.00	19.30	4	150	F	Alfedena	Bivio SP per Scontrone
	Ven 21	Bosco di S. Antonio (PN Maiella)	16.00	19.30	3	100	F	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 22	La Meta (2242) possibile avvistamento di camosci	8.30	16.30	9	850	M	Alfedena	Bivio SP.83 Marsicana Casa Cant. Alf.
	Dom 23	Ris. Nat. Reg. Alto Gizio Top Vurgo	9.00	15.30	6	250	F	Rocca Pia	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Lun 24	Colle Martinello Altopiano 5 Miglia	16.00	19.30	4	150	F	Rocca Pia	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mar 25	Rivisondoli Pescocostanzo	17.30	20.00	4	100	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 26	M. Zurrone M. Roccalta	16.00	19.00	4	100	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Gio 27	Colle Portella Stazzo Casciata	17.30	20.00	3	100	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Ven 28	Anello di M. Pagano (1290)	16.00	20.00	4	200	F	Castel di Sangr.	Rotonda Ospedale Civile C.di S.
	Sab 29	Gran Sasso Corno Grande (2912)	7.00	19.00	9	800	M.I	Campo Imperatore	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 30	Anello di M. Secine PNM (pic nic)	9.00	16.00	8	400	F	Ateleta	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Lun 31	Riserva Nat. For. Montedimezzo	15.30	19.30	4	100	F	S. Pietro Avell.	Rotonda Ospedale Civile C.di S.	

	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
AGOSTO	Mar 1	Bosco S. Antonio (PN Maiella)	17.00	20.00	3	100	F	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 2	Sorg. Fontanelle Sito Paleontologico	16.00	20.00	5	200	F	Scontrone	Bivio SP. per Scontrone
	Gio 3	Rivisondoli Pescocostanzo	17.30	20.00	4	100	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Ven 4	Piana del Re (PN Maiella)	16.00	19.30	4	200	F	Pietransieri	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 5	S. Rocca Chiarano (2262) Traversata	8.30	16.30	10	700	M	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 5	Valle Fura Rifugio La Posta	17.30	20.00	3	100	F	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 6	P. Godi stazzo Zio Mas Valle di Corte	8.30	16.30	9	500	M	Scanno	Staz. Serv. TotalErg SS17
	Lun 7	Valle del sole M. Pizi PN Maiella	8.30	15.30	7	400	M	Pizzoferrato	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Lun 7	Pineta di Punta Rossa	17.00	19.30	3	100	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mar 8	Alba a 2000 mt. (avvistamento camosci)	01.30	9.30	8	850	M.I	Alfedena	Piazza Umberto I Alfedena
	Mar 8	Fontana Chiarano (Ris. Nat. For.)	16.00	19.30	4	150	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 9	Terminone di Pesco. B. S. Antonio	8.30	14.30	8	400	F	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 9	Anello di M. Zurrone Roccalta	16.30	19.30	4	100	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Gio 10	Bosco Madonna dell'Eremita	9.00	13.00	4	150	F	Cast. di Sangro	Rotonda Ospedale Civile
	Gio 10	Tramonto sull'Arazzecca (1830)	16.30	21.00	5	300	M	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Ven 11	F.te del sambuco V. Iannanghera	9.00	13.00	4	100	F	Barrea	Biviosp83mars.alfedena
	Sab 12	Mainarde M. Mare (2160) PNALM	8.30	16.30	8	800	M	Pizzone	Bivio SP83 Marsicana Casa Cant. Alfed.
	Sab 12	Passeggiata lungo il Fiume Sangro	17.30	20.00	3	0	F	Cast. di Sangro	Staz. Serv. TotalErg SS17 C. di Sangro
	Dom 13	Passo Godi M. Mattone PNALM	8.30	15.30	7	300	F	Villetta Barrea	Bivio SP83 Casa Cant. Alfedena
	Dom 13	Piana del Re PN Maiella	17.30	20.00	4	200	F	Pietransieri	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Lun 14	M. Pizzalto (1966) PN Maiella (traversata)	8.30	16.00	9	600	F	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Lun 14	Rivisondoli Pescocostanzo	17.00	19.30	4	100	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mar 15	Lago M. Spaccata Sorgente Rio Torto	9.00	13.00	6	250	F	Barrea	Bivio SP83 Mars. Casa Cant. Alfedena
	Mer 16	Pietre Cernaie PN Maiella	9.00	15.00	8	400	F	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 16	Costa Calda Colle Portella	17.00	20.00	3	50	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Gio 17	Alba sull'Arazzecca (1830)	02.00	09.00	4	300	M	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Gio 17	Visita Cave Selciatori C. Alto Tassete	16.00	19.30	4	200	F	Alfedena	Piazzetta Aufidena	
Ven 18	Bosco Schiapparo M. Pratello	8.30	15.30	8	300	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Ven 18	Staz. Rivisondoli Fonte Santamico	16.30	20.00	5	250	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Sab 19	Maiella Rif. Pomilio Cima Murelle	7.30	18.30	10	600	M	Blockhaus	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Dom 20	Serra Sparvera (1998) (Pic Nic)	8.30	16.30	9	500	F	Rocca Pia	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	

Lun 21	Valle Lunga PN. (poss. avv. cervi)	8.30	16.30	10	600	M	Alfedena	Bivio SP83 Mars. Casa Cant. Alfedena
Lun 21	Grotta Verde	18.00	20.00	4	150	F	Castel di Sangr.	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Mar 22	M. Sirente (2348) Parco Reg.	7.00	19.00	9	1200	M.I	Secinaro	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Mer 23	I Grandi alberi di Alfedena	9.00	13.30	4	200	F	Alfedena	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Mer 23	Anello del Bosco di S. Antonio	16.00	20.00	3	100	F	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Gio 24	Gran Sasso M. Camicia (2564)	7.30	18.30	9	800	M	Campo Imperatore	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Ven 25	Civitalta (1191) Mura Megalithe	9.00	13.00	4	200	F	Alfedena	Bivio SP83 Mars. Casa Cant. Alfedena
Ven 25	Riserva Nat. For. Montedimezzo	16.00	20.00	4	200	F	S. Pietro Avell.	Rotonda Ospedale Civile C. di Sangro
Sab 26	M. Porrara (2137) PNM (PicNic)	8.30	16.30	9	800	M	Staz. Ferr. Palena	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Sab 26	Colle Portella Stazzo Casciata	18.00	20.00	3	100	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Dom 27	Anello di M. Capraro (1750)	8.30	13.30	7	350	F	Capracotta	Rotonda Ospedale Civile C. di Sangro
Lun 28	M. Curio Riserva Nat. For. Dem.	15.00	19.30	5	300	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Mar 29	Cresta della Monna	20.30	23.30	4	250	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Mer 30	M. Calvario (1753) PN Maiella	16.00	20.00	5	350	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Gio 31	Curino Visita resti Città Sannitica	17.30	20.00	4	200	F	Alfedena	Largo della Chiesa

	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento	
SETTEMBRE	Ven 1	M. Spinorotondo trinc. Linea Gustav.	15.00	20.00	6	300	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
	Sab 2	M. Amaro (2793) P.N. Maiella	7.00	19.00	16	1300	I	Campo di Giove	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
	Dom 3	Ris. Nat. Reg. M. Genzana V. Gentile	9.00	15.30	8	500	F	Rocca Pia	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
	Lun 4	Foce del Fiume sangro F. Larina	16.00	19.30	4	200	F	Alfedena	Bivio Str. Prov. per Scontrone	
	Mer 6	M. Calvario (1753) PN Maiella	20.00	24.00	5	350	M	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
	Ven 8	M. Morrone trinc. Linea Gustav	15.30	19.30	5	250	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
	Sab 9	Valle Lunga (cervi in amore)	8.30	16.30	10	500	M	Alfedena	Bivio SP83 casa Cant. Alfedena	
	Dom 10	Forca d'Acero Val Fondillo (traversata)	8.30	16.30	9	500	M	Opi	Bivio SP83 Casa Cant. Alfedena	
	Lun 11	Valle S. Ilario	16.00	19.30	4	250	F	Cast. di Sangro	Staz. Serv. TotalErg SS17 C. di Sangr.	
	Sab 16	Traversata delle Mainarde	8.00	18.00	12	700	M	Pizzone	Bivio SS83 Casa Cant. Alfedena	
	Dom 17	Prato Gentile M. Campo (1730)	8.30	15.30	8	300	F	Capracotta	Rotonda Ospedale Civile C. di Sangro	
	Lun 18	Riserva Nat. For. Collemeluccio	15.00	19.30	5	200	F	Pietrabbondante	Rotonda Ospedale Civile C. di Sangro	
	Mar 19	M. Miletto (2050) Parco Matese	8.00	17.00	8	600	M	Roccamandolfi	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
	Sab 23	M. Marsicano (2245) cervi in amore	8.00	18.00	10	1100	M.I	Opi	Bivio SP83 Casa Cant. Alfedena	
	Dom 24	Stazzi e Carbonaie cervi in amore	8.30	16.00	8	500	M	Alfedena	Bivio SP83 Casa Cant. Alfedena	
	Sab 30	M. Miele cervi in amore PIC NIC	8.30	16.30	8	500	M	Alfedena	Bivio SP83 Casa Cant. Alfedena	
		Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
	Dom 1/10	Colle della Monna Valle Fredda	9.00	15.30	7	400	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	

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



**Le escursioni saranno effettuate compatibilmente alle condizioni ambientali.**

**A seguire.....**

**Programma Autunnale "Prati, cime, valli e boschi in compagnia del Micologo"**

**• Tel. 3388942095**