

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
- Guanti



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



**Dicembre / Aprile
2018/2019**

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

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

Natura Sport Cultura



DICEMBRE	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
	Sab 22	Altop. 5 Miglia Colle Martinello	9.00	13.00	4	150	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 23	Pineta di Punta Rossa	14.00	17.00	3	150	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Lun 24	Ris. Nat. Reg. Montagna Spaccata	14.00	17.00	4	100	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mar 25	Campetto Alpini Valle Arenara	9.00	13.00	6	200	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 26	La Meta (2242) PNALM	8.30	16.00	9	900	M	Alfedena	Bivio SP Marsicana 83 Casa Canton.
	Gio 27	Colle Portella Stazzo Casciata	17.00	20.00	3	100	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Ven 28	Pietransieri Piana del Re	14.00	17.30	4	100	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 29	Toppe del Tesoro M. Greco (2285)	8.30	15.30	8	650	M.I	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 30	Anello del Morrone	9.00	14.30	6	300	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Lun 31	Un brindisi sull'Arazzecca	14.00	18.30	5	300	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	

GENNAIO	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
	Mar 1	Capodanno sulla Cima	10.00	16.00	6	300	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 2	Colle Portella Stazzo Casciata	14.00	17.00	4	100	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Gio 3	M. Spaccata Valle Cupa	9.00	13.30	5	200	F	Rivisondoli	Staz.Serv.AgipEni SS17 Roccaraso
	Gio 3	Aremogna Bosco Arazzecca	15.00	18.30	6	200	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Ven 4	Staz. Rivis. Fonte Santamico	9.00	13.30	6	200	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Ven 4	Aremogna Passo delle Crocelle	14.00	17.30	4	200	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 5	Pietransieri Piana del Re (PNM)	14.00	17.00	4	200	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 6	Fontana Chiarano Riserva Naturale	9.00	13.00	5	150	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 6	Aremogna Pizzalto	17.00	20.00	4	200	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Lun 7	M. Zurrone M. Roccalta	14.00	17.00	3	200	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Mer 9	Altop. 5 Miglia Stazzo Pantaniello	14.00	17.00	4	150	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Ven 11	Anello di Punta Rossa.	14.00	17.30	4	150	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Dom 20	Bosco Schiapparo	9.00	13.00	6	300	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Lun 21	Roccaraso Colle Bellisario	14.00	17.00	3	100	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Lun 21	Sotto la Luna Piena	20.30	23.00	4	150	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Mer 23	Piana del Re (PNM)	14.00	17.30	4	200	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Ven 25	Anello del Bosco S. Antonio PNM	14.00	17.00	4	100	F	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Sab 26	Punta Rossa	14.00	17.00	4	200	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Dom 27	Anello di M. Zurrone M. Roccalta	9.00	13.00	4	100	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Lun 28	Pizzalto M. Pratello (traversata)	14.00	17.00	3	300	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Mer 30	Aremogna Cresta della Monna	14.00	18.00	4	200	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	

FEBBRAIO	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
	Ven 1	Valle Fura Rifugio La Posta	14.00	17.00	3	50	F	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 2	Rivisondoli Stazzo Pantaniello	14.00	17.00	4	200	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 3	Prato Gentile M. Campo	9.00	14.00	5	200	F	Capracotta	Rotonda Ospedale C. di Sangro
	Lun 4	Rivisondoli La Pineta	14.00	17.00	3	150	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 6	Roccaraso Punta Rossa	14.00	17.00	3	100	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Ven 8	Riserva Nat. Montagna Spaccata	14.00	17.00	4	100	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 9	Altop.5 Miglia Colle Martinello	14.00	17.00	5	200	F	Roccapia	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 10	Madonna del Casale Toppe Vurgo	9.00	15.30	7	500	M	Rocca Pia	Staz.ServAgipEniSS17R
	Lun 11	Campitelli Fonte Stalluccia	14.00	17.00	4	50	F	Alfedena.	Bivio SP83 Marsicana Casa Cant.
Mer 13	M. Zurrone M. Roccalta	14.00	17.00	4	150	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Ven 15	Grotta Verde	14.00	17.00	4	150	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Sab 16	Pineta di Punta Rossa	14.00	17.00	3	100	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Dom 17	Aremogna M. Morrone	9.00	13.00	6	300	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Lun 18	Rivisondoli M. Calvario PNM	16.00	20.00	4	350	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Mer 20	Aremogna M. Pizzalto	16.00	20.00	4	200	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Ven 22	Fonte Tassete Montenero Valcocchiara	14.00	17.30	4	50	F	Alfedena	Piazzetta Aufidena	
Sab 23	Aremogna Colle della Monna	14.00	17.30	4	200	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Dom 24	Staz. Rivisondoli F.te Santamico	9.00	13.30	4	250	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Lun 25	Toppe del Tesoro Tre Confini	14.00	18.00	5	300	F	Roccaraso	Staz. Telecabina Aremogna	
Mer 27	Aremogna Bosco Arazzecca	14.00	17.30	6	250	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	

MARZO	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
	Ven 1	Aia Forca Sorgenti del Rio Torto	14.00	17.30	6	200	F	Alfedena	Bivio SP83MarsicanaCasaCantoniera
	Sab 2	Valle S. Ilario	14.00	17.00	4	200	F	Castel di Sangro	Staz. Serv. TotalErg SS17 C. di Sangro
	Dom 3	Bosco Schiapparo M. Pratello	9.00	14.00	8	300	M	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Lun 4	Aremogna Stazzo Acqua Puzza	9.00	14.00	7	300	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	

Lun 4	Il Poggio Grotta Verde	16.00	19.00	4	150	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Mar 5	Pietransieri Piana del Re	14.00	17.00	5	150	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Mer 6	M.Zurrone M.Roccalta	14.00	17.00	4	200	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Gio 7	Aremogna Le Gravare	14.00	17.00	3	150	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Ven 8	Ris Nat Reg AltoGizioO. Pelosello	14.00	18.00	6	300	F	Rocca Pia	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Sab 9	Colle Bellisario	14.00	17.00	3	100	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Dom 10	Lago Pantaniello (1818)Ris.Reg.	9.00	14.30	10	400	M	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Lun 11	Rivisondoli Fonte Lami	14.00	17.00	4	200	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Mer 13	Altop.5 Miglia Colle Martinello	14.00	17.00	3	150	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Ven 15	Colle Portella Stazzo Casciata	14.00	17.00	3	100	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Sab 16	Bosco S.Antonio M.Pizzalto PNM	9.00	14.00	8	600	M	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Dom 17	Eremo Madonna dell'Altare	9.00	14.00	8	600	F	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Lun 18	Ris. Nat. Reg. Montagna Spaccata	14.00	17.00	4	20	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Mer 20	Anello del bosco S.Antonio PNM	14.00	17.00	3	100	F	Pescocostanzo	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Ven 22	Aremogna Cresta della Monna	14.00	18.30	6	300	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Sab 23	Campitelli Valle dei Biscurri PNA	9.00	15.00	6	400	M	Alfedena	Bivio SP83 Marsicana Casa Cant.	
Dom 24	Piana del Re PN Maiella	9.00	13.00	4	250	F	Pietransieri	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Lun 25	Grotta Verde	14.00	17.00	3	100	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Mer 27	Campitelli Valle Fiorita	14.00	17.30	4	100	F	Alfedena	Bivio SP83MarsicanaCasaCantoniera	
Ven 29	Pineta di Punta Rossa	14.00	17.00	3	10	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Sab 30	Valle Puledrara M. Secine PNM	9.00	15.00	6	400	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
Dom 31	Aremogna Passo delle Crocelle	9.00	14.00	5	300	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso	
APRILE	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
	Lun 1	Camp. Alpini Aremogna	14.00	17.30	6	200	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 3	Fontana Chiarano Ris.Nat,Reg.	14.00	17.30	4	100	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Ven 5	Altop. 5 Miglia Colle Martinello	14.00	17.00	4	150	F	Rocca Pia	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 6	Lago Pantaniello (1818) S.L.C.	9.00	16.00	8	500	M	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 7	Toppe del Tesoro Tre Confini	9.00	15.00	6	300	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 13	Capracotta M.Caprarò	9.00	16.00	8	300	F	Capracotta (IS)	Rotonda Ospedale Civile C.di Sangro
	Dom 14	Anello di M. Pagano (1293)	9.00	13.00	5	300	F	C.di Sangro	Rotonda Ospedale Civile C.di Sangro

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



Le escursioni saranno effettuate compatibilmente alle condizioni ambientali.

A seguire.....

Programma Primaveraile “Fiori, Funghi, Cascate, ed altri fenomeni carsici

Tel. 3388942095