

Affiliati alla **FederTrek**

Escursione Parco del Velino/Sirente

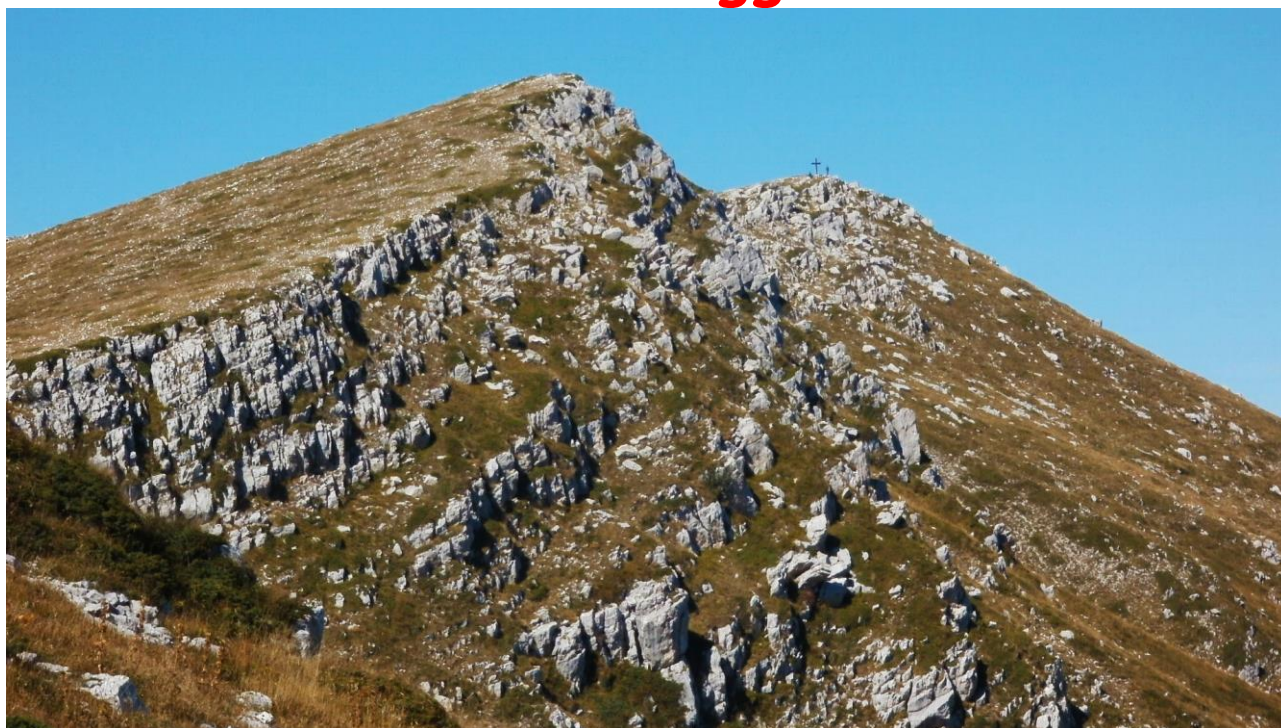
3 x 2000 e Grande Anello Totale

Monte Cagno (2165 m)

Monte Ocre (2202 m)

Monte Cefalone (2145m)

Sabato 26 Maggio 2017

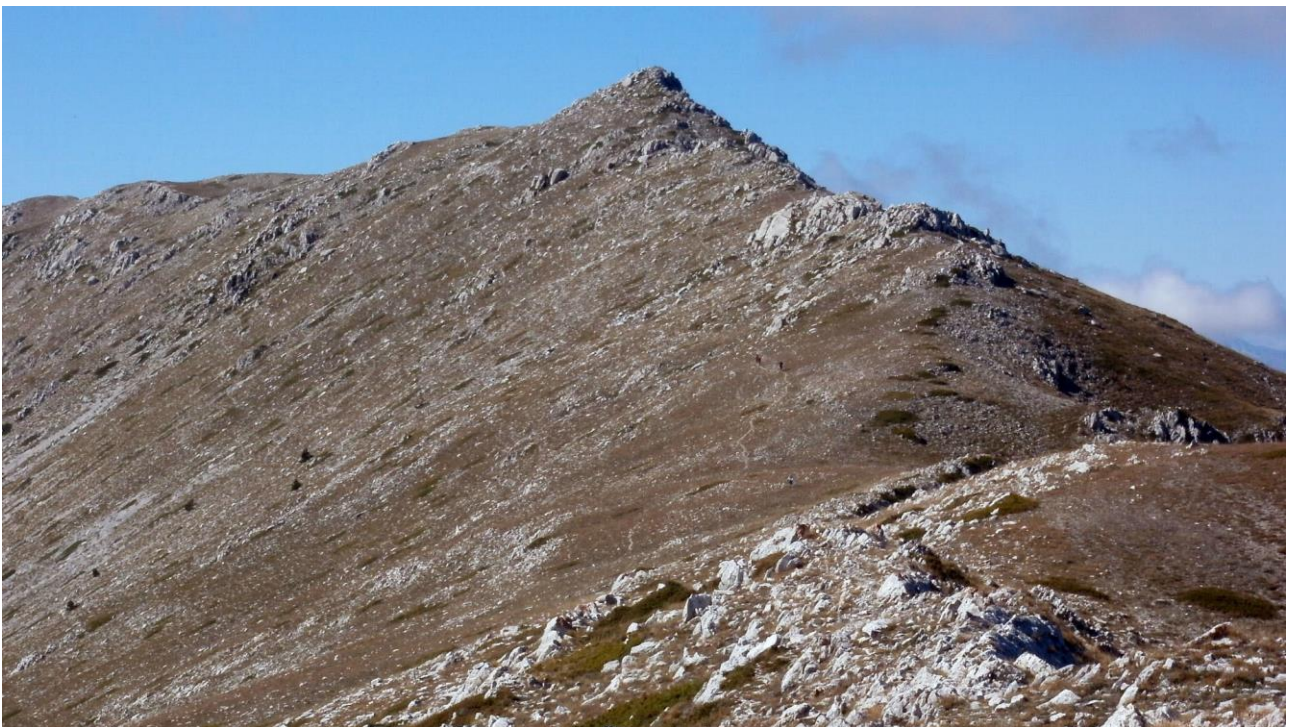


Vista della vetta del Monte Cagno

Il Gruppo Montuoso di Monte Ocre-Monte Cagno è una breve dorsale montuosa interna dell'Appennino centrale situata in Abruzzo in provincia dell'Aquila. Esso è mediamente disposto da nord-ovest verso sud-est, parallela quindi a molte altre dorsali appenniniche come quella limitrofa di Monte Orsello e sovrasta la Valle dell'Aterno in corrispondenza del capoluogo abruzzese L'Aquila e la parte bassa della Conca aquilana. Dal punto di vista geomorfologico e geografico separa la Conca Aquilana e la piana di Roio dalla vallata di Lucoli e la piana Campo Felice e raggiunge la quota altimetrica più elevata con il Monte Ocre (2202m) seguito da Monte Cagno (2156m) posto sulla stessa cresta montuosa a

sud-est e Monte Cefalone (2145m), mentre l'intera dorsale prende origine e consta di altre cime minori come Monte La Quartora (1643m) in direzione nord-ovest. La naturale prosecuzione geomorfologica verso sud-est della dorsale è di fatto il gruppo Sirente-Velino interrotto dall'Altopiano delle Rocche nel mezzo e verso l'interno la cresta del Serralunga, Monte Rotondo e Monte Magnola. L'aspetto tipico di questa dorsale è l'essere totalmente priva di vegetazione nel versante sud-ovest e quasi del tutto spoglia anche nel versante nord-est a maggior dislivello. La cima si raggiunge facilmente da Campo Felice e Rocca di

Cambio oppure salendo progressivamente dalla vallata di Lucoli o da Roio; da essa si può godere di una panoramica completa della Conca Aquilana, del sottostante capoluogo abruzzese, delle vicine cime del Monte Velino e Monte Sirente nonché dell'intera catena del Gran Sasso d'Italia.



L'aspetto "Lunare" del Monte Ocre

Il Velino-Sirente è dopo i Marsicani il gruppo appenninico con il maggior numero di montagne indipendenti che superano i 2.000 metri. Diversamente da molti degli altri gruppi dell'Appennino il Velino-Sirente non è formato da una sola catena montuosa, come il Gran Sasso, i Sibillini o la Maiella, ma è un'entità orografica più complessa, formata da varie piccole catene orientate in modo diverso, intersecandosi l'una con l'altra. Ciò, da un punto di vista paesaggistico, fa sì che l'escursionista che le percorre si senta nel mezzo di una regione dove le montagne si susseguono senza soluzione di continuità, trovandosi perciò solo raramente su creste o dorsali digradanti rapidamente verso basse campagne antropizzate. E' questo, a nostro personale avviso, un fatto che aumenta il piacere di sentirsi immersi nella natura, e che unito alla grande bellezza di questi monti ruvidi, anche se spesso ammantati di faggi, rende il Velino-Sirente un luogo ideale per l'escursionista avventuroso.



L'incombente Monte Sirente che domina la valle

Informazioni Generali:

quota partenza (m): 1370

quota vette (m): 2204 Monte Ocre – 2156 Monte Cagno - Monte Cefalone (2145m)

dislivello complessivo (m): 810 m (M. Cagno) – 930m (M. Ocre) - con il Cefalone 1050m

difficoltà: E per il solo Monte Cagno

: EE fino al Monte Ocre e Cefalone e intero Anello

esposizione prevalente: Sud

località partenza: Rocca di Cambio (Rocca di Cambio, AQ)

Percorso : “Anello” , ma con la possibilità di eseguirlo “parzialmente”, saltando il Cefalone.

Regione:  Abruzzo (L'Aquila)
Gruppo Appenninico : Parco Nazionale Velino - Sirente
Provincia: l'Aquila
Punto di partenza: Rocca di Cambio (1400 m) – Parcheggio nei pressi di un BB
"Narcisio blu".
Versante di salita: SW
Dislivello di salita: 810 / 930/ 1050 m

Difficoltà:  **E/EE**
Periodo consigliato: Tarda Primavera/ Estate / Autunno
Tipo di via: Via normale
Lunghezza : 16,max 18 Km

Si raccomanda l'uso dei Bastoncini, perché in alcuni tratti, il sentiero è sconnesso, Per lo stesso motivo, si raccomandano scarponi alti (per evitare "storte") con il "vibram" ben conservato.

Appuntamento: 7:45 - Metro Anagnina - via Tuscolana - (Distributore Q8)

AEV Sammuri Fabio 329 3347487

AV Landriani Rita 344 0471560

La partecipazione all'escursione è confermata SOLO dopo un contatto telefonico

Per informazioni e prenotazione rivolgersi agli accompagnatori:

Tessera FederTrek : da esibire alla partenza. Costo della escursione **10 €** per i tesserati

AVVERTENZA: L'escursione può subire variazioni a discrezione della guida.