

ESCURSIONI



M.MARCOLANO (1944M)-R.GENOVESE (1940M) - PNLAM

SABATO 29 GIUGNO

Appuntamento:

**Appuntamento: ore 8:00 - Metro Anagnina - via Tuscolana- (Distributore Q8)
Per informazioni e prenotazione rivolgersi agli accompagnatori**

AEV Sammuri Fabio 329 3347487 - mail: fsammuri@yahoo.it;
<https://www.facebook.com/fabio.sammuri>

AV Landriani Rita 344 0471560 – mail: m.landriani@yahoo.it
<https://www.facebook.com/maria.landriani>

www.inforideeinmovimento.org

Quota di partecipazione euro 10 con “Tessera Ordinaria” FederTrek, da esibire alla partenza. La partecipazione all’escursione è confermata solo dopo un contatto telefonico o l’invio di una e-mail.



Partecipando a questa escursione contribuirai a sostenere l'Associazione ONLUS “Il Caprifoglio”, impegnata nello sviluppo di progetti solidali in Kenia e Uganda. Il programma può subire variazioni in funzione delle condizioni climatiche e ambientali.

ESCURSIONI

Percorso auto:

Dalla Strada dei Parchi, autostrada A24 Roma-L'Aquila-Teramo, giunti allo svincolo di Torano si percorre la A25 per Pescara e si esce al casello di Avezzano da dove si seguono le indicazioni per Luco dei Marsi, Trasacco, Collelungo, Villavallelonga (cartelli per l'Aceretta), Madonna della Lanna (quota 1100 m) qui si parcheggia.



Probabile fioritura del periodo tardo primaverile

Itinerario:

Grande circuito ad **ANELLO**.

La Vallelonga è un lungo corridoio stretto tra due file di alti monti, che collega il bacino del Fucino ai massicci più interni del Parco nazionale d'Abruzzo. Oltre che rappresentare un piccolo scrigno di bellezze naturalistiche, è anche base per numerose escursioni e interessantissime traversate, tra le quali l'anello del monte Marcolano è sicuramente tra le meno frequentate e più panoramiche, anche se riservata a un pubblico di escursionisti esperti e ben allenati. Il monte Marcolano (metri 1.944) caratterizza l'alta Vallelonga come una sorta di bastione proteso a difesa del passaggio obbligato verso i Prati d'Angro. Ma, superata la strettoia della Madonna della Lanna (metri 1.086), man mano che si incede mostra fianchi meno ripidi e più alpestri.

Premessa: Il Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise è uno dei più antichi e vasti parchi d'Italia e consente ai visitatori di immergersi in una natura quasi incontaminata



Partecipando a questa escursione contribuirai a sostenere l'Associazione ONLUS "Il Caprifoglio", impegnata nello sviluppo di progetti solidali in Kenia e Uganda. Il programma può subire variazioni in funzione delle condizioni climatiche e ambientali.

ESCURSIONI

dando la possibilità di avvistare la numerosa fauna selvatica che vive in esso. Il trekking che Vi propongo dà la possibilità di esplorare una delle meno frequentate zone del PNALM ma, comunque, di uguale bellezza, attraversando valli erbose, splendide faggete con piccoli e facili passaggi tra le rocce che vi porteranno sulla cresta tra Rocca Genovese e Monte Marcolano da dove lo sguardo potrà spaziare a 360° su numerose cime appenniniche over 2000.

Le due Cime che vi propongo non sono tra le più elevate del Parco (m.1940 e m.1944) ma, quasi tutto il percorso si svolge su sentieri comodi e facili e ben segnalati (comunque fare sempre attenzione ai bolli bianco rossi).



Verso la vetta di Rocca Genovese

Itinerario **circolare** tra i più rari e selvaggi, nel settore nord del Parco. Dalla Madonna della Lanna (Villavallelonga) si sale alla cima; si prosegue per la spettacolare cresta che collega il Marcolano alla Rocca Genovese; infine si scende per la magnifica faggeta del Vallone di Cervara, dove sono stati individuati i faggi più antichi dell'Appennino.

Ottima la visuale su Schienacavallo (1982 m), Monte di Valle Caprara (1998 m), Monte Lampazzo (1852 m), Monte delle Vitelle (1846 m), Tre Confini (1992 m), Monte Cornacchia (2003 m), Monte Serrone (1974 m), Balzo di Ciotto (1944 m), Balzo dei Tre Confini (1839 m), ed altri fino al "Cuore del Parco".

Partenza: Località Madonna della Lanna 1.100 m s.l.m

Difficoltà: E+

Dislivello: 840 / 900 m

Tempo di percorrenza: salita ore 3.00, discesa ore 3,0

Lunghezza: circa 15 Km



Partecipando a questa escursione contribuirai a sostenere l'Associazione ONLUS "Il Caprifoglio", impegnata nello sviluppo di progetti solidali in Kenia e Uganda. Il programma può subire variazioni in funzione delle condizioni climatiche e ambientali.

ESCURSIONI

Attrezzatura: Scarponi da Trekking, abbigliamento adeguato alla stagione con cambio. Pranzo al sacco. Accertarsi di portare acqua a sufficienza. Berretto, occhiali e crema per il Sole. Bastoncini.

Avvertenze:

I percorsi potranno essere modificati ad insindacabile giudizio dell'accompagnatore. Viste le quote e la tipologia della montagna, l'escursione verrà effettuata solo con condizioni meteo ottimali.

VERRANNO ESCLUSI DALL'ESCURSIONE I PARTECIPANTI CHE NON ABBIANO L'EQUIPAGGIAMENTO RICHIESTO. I PARTECIPANTI DEVONO ESSERE IN BUONE CONDIZIONI FISICHE, E NON AVER SUBITO DI RECENTE TRAUMI FISICI. Qualunque problema di salute, allergie, cardiopatie, etc etc. devono essere segnalate all'accompagnatore all'atto della prenotazione



Faggi secolari in Val Cervara



INFORIDEA
idee in movimento



Partecipando a questa escursione contribuirai a sostenere l'Associazione ONLUS "Il Caprifoglio", impegnata nello sviluppo di progetti solidali in Kenia e Uganda. Il programma può subire variazioni in funzione delle condizioni climatiche e ambientali.