

## Programma del Raduno 2015

PERIODO: 8/9/10/11 OTTOBRE 2015

LUOGO: PESCIASSEROLI CLUB PRIMULA RESIDENCE HOTEL completamente immerso nel verde della natura incontaminata del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

### Giovedì 8 Ottobre:

Dalle ore 14.00 Arrivo partecipanti nel pomeriggio. Accredito con ritiro voucher escursioni c/o Info Point Bikelife e registrazione Ospitalità c/o Ricevimento Hotel

Possibilità di escursioni in MTB libere nei dintorni di Pescasseroli (su richiesta disponibilità di accompagnatori non inclusi nel pacchetto)

Dalle ore 14.30 disponibilità del Centro Benessere "Salus per Aer" con solarium, idromassaggio, saune, palestra, (massaggi su prenotazione ed extra pacchetto);

Dalle Ore 14.30 disponibilità del mini club per bambini e ragazzi dai 3 ai 12 anni con l'Equipe Jolly Animation

Ore 20.00 c/o Sala Ristorante Hotel: Cena

Ore 22.00 c/o Discoteca/Teatro: Discoteca e show a cura dell'Equipe Jolly Animation

### Venerdì 9 Ottobre:

Ore 07.30/09.30 Colazione

Ore 08.30 c/o locale officina: Ritiro Bike noleggiate, settaggio bike

Ore 09.30 Partenza per escursione in MTB con incontro all'ingresso della struttura e briefing con accompagnatori (percorso BC/OC)

Dalle Ore 10.00 disponibilità del mini club per bambini e ragazzi dai 3 ai 12 anni con l'Equipe Jolly Animation

Dalle ore 10.00 disponibilità del Centro Benessere "Salus per Aer" con solarium, idromassaggio, saune, palestra, (massaggi su prenotazione ed extra pacchetto);

Ore 10.00 Escursione in Trekking a cura degli Accompagnatori di Escursionismo

Ore 13.00 Possibilità di Pranzare nel ristorante dell'Hotel (su prenotazione ed extra pacchetto)

Ore 14.30 Rientro previsto escursione in Trekking

Ore 15.00 Tornei, Animazione e Giochi a cura dell'Equipe Jolly Animation

Ore 17.00 Rientro previsto escursione in MTB

Ore 19.30 c/o American Bar: Aperitivo di Benvenuto

Ore 20.00 c/o Sala Ristorante Hotel: Cena

Ore 21.30 c/o Sala Meeting: Saluti da parte del Direttivo

Ore 21.30 c/o Discoteca/Teatro: Discoteca e show a cura dell'Equipe Jolly Animation

### Sabato 10 Ottobre:

Ore 07.30/09.30 Colazione

Ore 08.30 c/o locale officina: Ritiro Bike noleggiate, settaggio bike

Ore 09.30 Partenza per escursione in MTB con incontro all'ingresso della struttura e briefing con accompagnatori (MC/BC)

Dalle Ore 10.00 disponibilità del mini club per bambini e ragazzi dai 3 ai 12 anni con l'Equipe Jolly Animation

Dalle ore 10.00 disponibilità del Centro Benessere "Salus per Aer" con solarium, idromassaggio, saune, palestra, (massaggi su prenotazione ed extra pacchetto);

Ore 10.00 Escursione in Trekking a cura degli Accompagnatori di Escursionismo

Ore 13.00 Possibilità di Pranzare nel ristorante dell'Hotel (su prenotazione ed extra pacchetto)

Ore 14.30 Rientro previsto escursione in Trekking

Ore 15.00 Tornei, Animazione e Giochi a cura dell'Equipe Jolly Animation

Ore 17.00 Rientro previsto escursione in MTB

Ore 18.00 Convegno (da confermare)

Ore 19.30 c/o American Bar: Gioco Aperitivo

Ore 20.00 c/o Sala Ristorante Hotel: Cena

Ore 21.30 c/o Discoteca/Teatro: Discoteca e show a cura dell'Equipe Jolly Animation

### Domenica 11 Ottobre:

Ore 07.30/09.30 Colazione

Ore 08.30 c/o locale officina: Ritiro Bike noleggiate, settaggio bike

Ore 09.30/13.00 Partenza per escursione in MTB con incontro all'ingresso della struttura e briefing con accompagnatori (doppio percorso MC e TC)

Dalle Ore 10.00 disponibilità del mini club per bambini e ragazzi dai 3 ai 12 anni con l'Equipe Jolly Animation

Dalle ore 10.00 disponibilità del Centro Benessere "Salus per Aer" con solarium, idromassaggio, saune, palestra, (massaggi su prenotazione ed extra pacchetto);

Ore 10.00/13.00 Escursione in Trekking a cura degli Accompagnatori CAI

Ore 13.30 Garden Party di Arrivederci nel giardino dell'Hotel

Al termine del pranzo, rilascio delle camere e partenza

#### Percorsi

##### Giovedì

A chi raggiunge il luogo del raduno giovedì, non essendo prevista nessuna escursione, verranno fornite tracce GPS di varie difficoltà o tutte le indicazioni necessarie.

##### Venerdì

#### LA VIA DEI LUPI PESCISSEROLI/VILLAVALLELONGA

Lunghezza: 43 km

Dislivello: 1050 m

Difficoltà tecnica: OC/OC

Quota min/max: 1160/1830 msm

Partenza: Pescasseroli (AQ) (1160 msm)

Il sentiero costituisce un collegamento tra i più importanti Parchi ed aree protette dell'Italia Centrale, una via ideale attraverso cui i lupi, le volpi, gli animali delle foreste in genere e gli escursionisti dal piede instancabile possano scorazzare da una parte all'altra attraversando montagne, boschi, cime innevate o assolate possibilmente incontrando centri abitati e strade soltanto per necessità inderogabili, almeno per gli umani. L'itinerario consente di ripercorrere quella che fino al 1883 fu una delle principali vie d'accesso che dal Fucino portavano nell'alta Val di Sangro: un percorso quindi di interesse storico, ma anche un'occasione per scoprire una delle zone del Parco meno interessate dai grandi flussi turistici e di grande bellezza per la dolcezza dei panorami. Giunti alla chiesetta della Madonna della Lanna, si imbecca una strada sterrata ampia ed agevole; la pendenza è lieve e solo in alcuni brevi tratti si pedala all'ombra dei faggi; per lo più si procede in ampie radure erbose, circondate da foreste, che rendono il paesaggio incantevole. Dopo aver raggiunto il Rifugio dei Prati d'Angro, inizia il tratto più impegnativo dell'escursione: il percorso si snoda su un sentiero che si addentra nel bosco e costeggia in più tratti il corso del torrente Rosa. La pendenza si fa ora più ripida, il bosco diviene una faggeta e si raggiunge un pianoro dove sgorga un'antica fonte (Fonte dell'Aceretta); più avanti il bosco inizia a diradarsi e gli ultimi tornanti del sentiero divengono piuttosto ripidi, richiedendo un certo impegno. Finalmente si giunge al Valico dell'Aceretta (m. 1686) dove si apre il versante di Pescasseroli e sulla destra, in lontananza, il Rifugio di Iorio (m. 1830) sul Balzo dei Tre Confini. Si riprende per una ripida discesa che in breve conduce ad una radura (m. 1500) da dove inizia una sterrata che giunge a Pescasseroli.

##### Sabato

#### PESCISSEROLI/SAN SEBASTIANO DI BISEGNA/PRATOROSSO/OPI

Lunghezza: 40 km

Dislivello: 950 m

Difficoltà tecnica: MC/BC

Quota min/max: 1160/1790 msm

Partenza: Pescasseroli (AQ) (1160 msm)

Itinerario che si svolge in uno degli angoli più selvaggi e meno frequentati del Parco Nazionale d'Abruzzo, habitat privilegiato dall'Orso Bruno Marsicano che spesso si fa vedere tra i vicoli di San Sebastiano e Scanno, i due paesi situati sui due opposti versanti della dorsale montuosa della Montagna Grande sotto la quale passa questo bell'itinerario. Itinerario che si sviluppa ad anello nella zona del Parco compresa appunto tra Pescasseroli e San Sebastiano di Bisegna, che attraversa la selvaggia faggeta della Valle di Fonte d'Appia, il suggestivo pianoro erboso di Terraegna, la boscosa Valle di Pratorosso, il bel Piano del Templo per poi affacciarsi sulla Valle del Gioenco, porta di ingresso settentrionale del Parco. L'escursione in se non è mai eccessivamente faticosa in quanto le pendenze non sono mai elevate e i tratti in salita si alternano spesso a dei tratti di pianura e discesa che permettono di riprendere fiato. Molto lunga e divertente la discesa nella Valle di Prato Rosso fino a Pescasseroli.

##### PRATOROSSO/OPI

Lunghezza: 23,5 km

Dislivello: 600 m

Difficoltà tecnica: TC/MC

Quota min/max: 1160/1600 msm

Partenza: Pescasseroli (AQ) (1160 msm)

Nel cuore del Parco, lungo l'Alto Sangro, una delle escursioni più belle è senza dubbio l'itinerario che risale la Val Fondillo. All'imbocco della valle, si continua su una strada sterrata fino alla Vecchia Segheria, la catena montuosa che chiude la valle è la Serra delle Gravare, mentre sulla sinistra il Monte Amaro e alle spalle il Monte Marsicano. Il sentiero risale lungo il torrente Fondillo, ricco di trote, che versa le sue limpide acque nel Sangro. Notevole è anche la fauna della valle, caratterizzata dalla presenza dell'Orso bruno marsicano, che talvolta viene avvistato dagli escursionisti. Lungo il percorso si incontra la Grotta delle Fate, situata a metà strada per il Valico Passo dell'Orso. Scendendo per una scalinata fatta di lunghe radici di faggi si giunge alla grotta: una cavità bassa e lunga dalla quale sgorga un'acqua pura e trasparente. Riprendendo il cammino si arriva al sopra citato Passo dell'Orso. Questo valico è stato utilizzato per secoli dai pastori per raggiungere il Lazio ed è, da lunghissimo tempo, percorso dai

pellegrini che da Pescasseroli e da Opi si recano al famoso Santuario della Madonna di Canneto, nella valle omonima.

LA PARTENZA SARÀ UNICA, I DUE GRUPPI SI SEPARERANNO PER RICONGIUNGERSI ALL'ARRIVO.

Domenica  
LE FAGGETE DEL PARCO NAZIONALE D'ABRUZZO  
Lunghezza: 38 km  
Dislivello: 780 m  
Difficoltà tecnica: MC/BC  
Quota min/max: 1160/1600 msm  
Partenza: Pescasseroli (AQ) (1160 msm)

L'itinerario si sviluppa all'interno di una stupenda faggeta che credo sia la più bella tra quelle attraversate dai percorsi descritti in questa area. La bellezza è dovuta sia alla dimensione di alcuni tronchi sia al sottobosco privo di arbusti che dona un senso di ampiezza allo spazio delimitato dagli alberi. Da Pescasseroli si sale al Santuario di Monte Tranquillo, che offre una vista panoramica su alcune delle montagne del Parco, poi si attraversa la Macchiarvana, si raggiunge Forca d'Acero e si ritorna a Pescasseroli. Il fondo stradale è costituito prevalentemente da una carrareccia compatta e scorrevole la quale tuttavia è a tratti lastricata da grossi ciottoli piatti, fermamente ancorati ma in rilievo. Al ritorno una parte della discesa si effettua lungo un divertente single track, che naturalmente richiede maggior impegno tecnico a causa del fondo cosparso di sassi. Anche nelle giornate più calde l'ombra dei faggi rende l'itinerario piacevole. In inverno lo stesso percorso è un bellissimo itinerario di sci-escursionismo. L'orientamento è sempre elementare tranne che nell'attraversamento di Campo Lungo e Campo Rotondo dove è richiesta attenzione per non perdere la traccia sull'erba.

VARIANTE MACCHIARVANA  
Lunghezza: 22 km Dislivello: 580 m  
Difficoltà tecnica: TC/TC  
Quota min/max: 1160/1400 msm  
Partenza: Pescasseroli (AQ) (1160 msm) Giunti a Macchiarvana, il gruppo comincerà il rientro.

LA PARTENZA SARÀ UNICA, POI LUNGO IL PERCORSO I DUE GRUPPI SI SEPARERANNO PER RICONGIUNGERSI ALL'ARRIVO.

I PERCORSI POTRANNO SUBIRE VARIAZIONI IN BASE ALLE CONDIZIONI CLIMATICHE, STATO DI MANTENIMENTO DEI SENTIERI, PREPARAZIONE DEI PARTECIPANTI.  
LE ESCURSIONI SARANNO CONDOTTE DA ACCOMPAGNATORI MTB esperti dei luoghi.