

	<h1>In montagna con il Cai</h1>		
	<p>Club Alpino Italiano Sezione Gran Sasso d'Italia - Teramo -</p>		
Sezione C.A.I. di TERAMO		www.caiteramo.it	
Titolo Escursione: "I 5 borghi della Laga"			Data: 2 Aprile 2017
N. itinerario: 455-456-451-452-453	Montagna: Monte Capitone	Massiccio Montuoso: Gruppo Monti Gemelli	
Descrizione itinerario: L'escursione prevede la visita a 5 borghi della Laga nel Comune di Valle Castellana. Alcuni sono abbandonati, altri abitati solo occasionalmente, altri ancora stanno per riprendere vita dopo un lungo periodo in cui l'abbandono sembrava essere il loro solo destino possibile. Attraversando questi borghi avremo anche la possibilità di sbirciare dentro le case, per capire lo stile di vita di quelle persone così diverso dal nostro. Il recente terremoto ci offre, purtroppo, un vero <i>spaccato</i> di quelle abitazioni con componenti e funzionalità che oggi ci appaiono incomprensibili. Si parte dalla chiesa diroccata di Valloni (quota 680 mt.), si sale fino a Colle Vicidio (quota 817 mt.) per poi scendere a Vignatico (quota 600 mt.). Qui, gli amici del B&B "LE VIGNE DEL RE" ci offriranno una piccola colazione. Quindi si sale fino a Collegrato (quota 780 mt.), paese quasi completamente devastato dagli eventi sismici recenti. Si percorre un ripido sentiero che conduce in breve alla cresta con vista panoramica sul lago di Talvacchia presso il Colle Vucine e successivamente al Monte Capitone (quota 1007 mt.). Per comodo sentiero si prosegue verso Laturo (quota 620 mt.) e successivamente verso Valzo (quota 804 mt.). L'escursione termina presso la chiesa di S. Filippo e Giacomo (quota 749 mt.) nei pressi di Olmeto dove avremo lasciato le auto nella mattinata.			
Luogo di partenza: Valloni di Valle Castellana		Ora ritrovo: 7.00 Ora partenza: 7.15	Mezzo di trasporto: Auto proprie
Dislivello: S: mt. 730 D: mt. 660	Lunghezza: Km. 18,00		
Durata: 5 h.	Difficoltà: facile	Note: Itinerario molto semplice, impegnativo solo per la lunghezza.	
Tipo segnaletica:	r.b.r. <input checked="" type="checkbox"/>	r.g.r. <input type="checkbox"/>	Altro <input type="checkbox"/> Assente <input type="checkbox"/>
Segnaletica realizzata da: Segnali presenti solo occasionalmente per brevi tratti			
Natura del percorso: Sentieri e strade sterrate			
Accompagnatori: ASE Daniele Piccioni Franco Di Michele		Tel.: 347 188 2718 348 9206 953	Mail: francodimi@libero.it