



Club Alpino Italiano Sezione di Lanciano



Programma Escursioni e Ciclo Mtb 2025

GENNAIO

12/1 - P.N.A.L.M. - Lago Vivo da Barrea

Itinerario: Partenza dal curvone nei pressi di Barrea 1140 m per il sent. K6, poi si abbandona la carrareccia e si prosegue per il vallone per il sent. K4 in direzione del Lago Vivo fino ad arrivare alla fonte degli Uccelli 1600 m. Il ritorno è per la stessa via.

- **Difficoltà:** EAI-F **Dislivello:** 520 mt **Lunghezza:** 9 km **Tempo:** 5 h
- **Accompagnatori:** Victor Giusti (EAI), Antonio Francia

26/1 - P.N. Gran Sasso-Laga - Monte Girella da loc.tà Tre Caciare di San Giacomo

Itinerario: Partenza dalla loc.tà Tre Caciare di San Giacomo 1430m per il sent. 405, poi si risale il Fosso del Vallone fino a raggiungere un laghetto loc.tà Il Lago 1624 m, poi da lì si procede per il sent. 413 fino a raggiunge la cima del Monte Girella 1814 m. Dalla cima in discesa si procede per il sent. 402 in direzione del Monte Piselli 1676 m e infine si torna passando nei pressi del piccolo impianto sciistico in loc.tà Tre Caciare 1430 m.

- **Difficoltà:** EAI-F **Dislivello:** 600 mt **Lunghezza:** 9 km **Tempo:** 5 h
- **Accompagnatori:** Gianluca Lurisci (EAI), Anna Di Felicianantonio

FEBBRAIO

2-9/2 - SETTIMANA BIANCA 2025 – CAMPITELLO DI FASSA

Programma da definire (referente Marcella Simoncini-Pierfranco Ferrara)

09/2 - P.N. della Maiella - Guado di Coccia e Serra Campanile da loc.tà Sant'Antonio di Palena

Itinerario: Partenza da loc.tà Sant'Antonio di Palena 1150 m per il sent. L in direzione di Fonte Quelle 1393 m, poi si procede per il Vado di Coccia 1674 m e infine si raggiunge il punto più elevato di Serra Campanile 1762 m. Ritorno per la stessa via.

- **Difficoltà:** EAI-F **Dislivello:** 630 mt **Lunghezza:** 9 km **Tempo:** 5 h
- **Accompagnatori:** Gianluca Lurisci (EAI), Fabio Sireni

23/2 - Monte Campo da Prato Gentile

Itinerario: Da Prato Gentile si aggira in senso antiorario il Monte Ciglione e poi, costeggiando in direzione Sud la strada asfaltata che conduce a Capracotta, si arriva a Fonte Santa Lucia. Da qui si sale sul versante orientale di Monte Campo fino a giungere in vetta (mt 1746); si percorre di seguito il crinale che collega M. Campo a M. San Nicola fino al Guado Spaccato. Dal passo si scende sul versante Nord della montagna e, attraversando il meraviglioso bosco degli Abeti Soprani, si ritorna al punto di partenza.

- **Difficoltà:** EAI-F **Dislivello:** 390 mt **Lunghezza:** 7,5 km **Tempo:** 4 h
- **Accompagnatori:** Rodolfo Giancristofaro (TAM), Gianfranco Cavasinni (AC)

MARZO

09/3 - P.N. della Maiella – Blockhaus da Fonte Tettone (Ciaspolata)

Itinerario: Da fonte Tettone 1650 m costeggiando le piste da sci si sale sulla destra con affacci sul mare fino al rifugio Pomilio 1893 m. Proseguiremo sul crinale affiancando e talvolta seguendo l'itinerario Montanelli fino a raggiungere la cappella Madonna della neve 2060 m e poi saliremo a sinistra per l'erta finale fino ai resti del fortino del Blockhaus 2140. Rientro per la stessa via.

- **Difficoltà:** EAI-F **Dislivello:** 500 mt **Lunghezza:** 10 km **Tempo:** 5 h
- **Accompagnatori:** Massimiliano Iacobitti, Fabio Sireni

30/3 - TAM - "SCIUSCILLETTE" ALLA FOCE DI ROCCA SAN GIOVANNI

Itinerario: Traversata da Lanciano alla costa dei Trabocchi. Partenza dal piazzale del quartiere Santa Rita, per villa Stanazzo, il Fosso Giorgio risalita nel territorio di San Giacomo poi discesa al mulino vecchio di contrada Pungichitti per la valle Cupa si giunge a Foce di Rocca San Giovanni.

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** 150 mt **Lunghezza:** 15 km **Tempo:** 4'30 h
- **Accompagnatori:** Rodolfo Giancristofaro (TAM), Assunta Colacioppo (TAM)

APRILE

06/4 - Altipiani Maggiori d'Abruzzo - Monte Curio dalla Montagna Spaccata

Itinerario: Dall'area picnic "Imposto" della Montagna Spaccata si procede su carrareccia in direzione Lago Pantaniello; in prossimità della Fonte Chiarano si sale a destra fino al valico tra le due vette omonime. Da qui, in direzione Sud, si arriva in cima al Monte Curio (mt 1877); per il ritorno si scende nella Valle di Chiarano, si attraversano le sue caratteristiche Bocche e si arriva all'Imposto.

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** 550 mt **Lunghezza:** 12 km **Tempo:** 5 h
- **Accompagnatori:** Gianfranco Cavasinni (AC), Martina Ines Melizzi



Club Alpino Italiano Sezione di Lanciano



Programma Escursioni e Ciclo Mtb 2025

13/4 - Cicloescursionismo: – Pedalando sulla Via Verde della Costa dei Trabocchi

Itinerario: La cicloescursione inizia dal piazzale della stazione ferroviaria di San Vito Marina e si sviluppa sul tracciato della ciclovia della Costa dei Trabocchi in direzione Sud; si attraversano le località costiere di Rocca San Giovanni, Fossacesia, Torino di Sangro, Casalbordino Vasto e San Salvo. Il Ritorno da San Salvo Marina a Marina di San Vito è previsto tramite il servizio ferroviario regionale.

- **Difficoltà:** TC/TC **Dislivello:** +/-130 mt circa **Lunghezza:** 45 Km
- **Accompagnatori:** Gianfranco Cavasinni (AC), Stefania Di Felicianonio (AC)

25-27/4 - TAM: TRE GIORNI IN SALENTO

Itinerario:

25/04 - Visita di Polignano a mare e Lecce, pernottamento ad Otranto.

26/04 - Itinerario tra Cesarea Terme e Castro.

27/04 - Itinerario dalla cava di bauxite di Otranto a punta Palascia.

- **Difficoltà:** T **Dislivello:** mt **Lunghezza:** km **Tempo:** h
- **Accompagnatori:** Assunta Colacioppo (TAM), Catia Manfrè (TAM), Alessandro Tenaglia

MAGGIO

01/5 - Cicloescursionismo – Monte Foltrone “Campi - Roiano - Rifugio delle Aquile – Ioanella”

Itinerario: La cicloescursione si svolge alle pendici del Monte

- **Difficoltà:** MC/BC **Dislivello:** 1000 mt **Lunghezza:** 35 km
- **Accompagnatori:** Stefania Di Felicianonio (AC), Gabriele Di Leonardo

04/5 - P.N. della Maiella - Monte Mileto e Morrone di Pacentro da Passo S. Leonardo

Itinerario: Percorso ad anello con partenza da Passo San Leonardo 1282 mt per il sent. Q4 fino ad arrivare a Monte Mileto 1920 mt. Si prosegue in direzione Ovest per le cime Valle Dentro 1732 mt e Morrone di Pacentro 1800 mt. Da qui si prende il sent. Q5 passando per il Rifugio Diana e Tamara 1770 mt e l'omonima stele 1784 mt fino al Rifugio Capoposto 1801 mt. Si prende il sent. Q3 prima e successivamente il sent. Q4 che in discesa ci riporta al punto di partenza.

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** 1050 mt **Lunghezza:** 15 km **Tempo:** 6/7 h
- **Accompagnatori:** Fabio Sireni (ASE), Gianluca Lurisci (AE)

10-11/5 - Cicloescursionismo - Due giorni sulle montagne di Villavallelonga

Primo giorno: Grande anello della Vallelonga

Itinerario: Villavallelonga, versante Est del M. Annamunna, la Valle di Amplero, la Valle del Fossato di Rosa, Madonna della Lanna, i Prati 'Angro, Rifugio dell'Aceretta, Fonte Astuni, Fonte Astanio, Villavallelonga

- **Difficoltà:** MC/MC **Dislivello:** 820 mt **Lunghezza:** 38 km
- **Accompagnatori:** Gianfranco Cavasinni (AC), Stefania Di Felicianonio (AC)

Secondo giorno: Gli altipiani di S. Elia - Serra Lunga – Monte Alto

Itinerario: Rif. S. Elia, San Leonardo, Tre Confini, crinale di Serra Lunga, Colle Colubrica, Forchetta Morrea, Vado della Fonte, Colle Alto, Valle Canale, Collelongo.

- **Difficoltà:** MC/BC **Dislivello:** +770-1400mt **Lunghezza:** 34 km
- **Accompagnatori:** Gianfranco Cavasinni (AC), Stefania Di Felicianonio (AC)

18/5 - P.N. Gran Sasso-Laga - Pizzo di Moscio da Ceppo

Itinerario: Partenza dal piazzale di Ceppo 1350 m, dopo 2h si esce dal bosco a quota 1800 m nei pressi dell'effimero lago dell'Orso, si percorre la cresta per 1h fino alla Storna 2150 m base della prominenza finale che si aggira verso sudest in circa 1h fino in cima a Pizzo di Moscio 2411 m. Rientro per la stessa via.

- **Difficoltà:** EE **Dislivello:** 1050 mt **Lunghezza:** 16 km **Tempo:** 7 h
- **Accompagnatori:** Guerino Di Giulio, Gianfelice Rosato

TAM: P.N. Gran Sasso-Laga - Cascata della Morricana da Ceppo

Itinerario: Dal valico del Ceppo (Rocca S.Maria,Te), h.1334 m, seguendo le indicazioni per la cascata, attraverso una sterrata da percorrere in piano per tutti i 6km della sua lunghezza, ci si addentra nel bosco Martese, al di sopra della valle Castellana. Si raggiunge il letto del Fosso della Morricana e risalendo brevemente l'alveo del torrente ci si trova di fronte alla Cascata, h.1.560 m.

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** 350 mt **Lunghezza:** 15 km **Tempo:** 6 h
- **Accompagnatori:** Alessandro Tenaglia, Anna Di Felicianonio

25/5 - Cicloescursionismo - Anello degli altipiani tra Santo Stefano di Sessanio e Castel del Monte

Itinerario: Santo Stefano di Sessanio, Rocca Calascio, Colle San Marco, Castel del Monte, sent.265 fino a Colle della Capanna, sent.263 fino a Colle del Vento, Pozzo delle Mogli, Valle Traetta, Valle Orticara, S.Maria ai Carboni, Piano Locce, Santo Stefano di Sessanio.

- **Difficoltà:** MC/MC **Dislivello:** 995 mt **Lunghezza:** 40 km
- **Accompagnatori:** Gianfranco Cavasinni (AC), Stefania Di Felicianonio (AC)



Club Alpino Italiano Sezione di Lanciano



Programma Escursioni e Ciclo Mtb 2025

CORO: P.N. Gran Sasso-Laga – Traversata da Fossa di Paganica a Santo Stefano di Sessanio SI-P10 (Trekking in coro)

Itinerario: Traversata dalla loc.ta' di Fossa Paganica per i laghetti di Barisciano e Passadena, fino a raggiungere il borgo di Santo Stefano di Sessanio passando per i ruderi della Grangia Cistercense di Santa Maria del Monte.

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** +200 – 740 mt **Lunghezza:** 12 km **Tempo:** 5 h
- **Accompagnatori:** Gianluca Iurisci (AE), Filippo Scacciavillani

GIUGNO

30/5-06/6 – TAM - Settimana in Croazia

Itinerario: Programma da definire

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** mt **Lunghezza:** km **Tempo:** h
- **Accompagnatori:** da definire

08/06 – Giornata CAI-Federparchi “In Cammino nei Parchi 2025” – Da definire

Itinerario: Da definire

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** mt **Lunghezza:** km **Tempo:** h
- **Accompagnatori:** da definire

15/06 - TAM: - P.N. Gran Sasso-Laga - La Montagna si Tinge di Rosa

Itinerario: Da definire

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** mt **Lunghezza:** km **Tempo:** h
- **Accompagnatori:** Rodolfo Giancristofaro (TAM), Catia Manfrè (TAM)

Cicloescursionismo – “Anello Roccafluvione, Croce Casale, Ficocchia, Ronciglione”

Itinerario: La cicloescursione si svolge nell'alta Valle del Tronto (area Monte Ceresa).

- **Difficoltà:** MC/BC **Dislivello:** 1130 mt **Lunghezza:** 37 km
- **Accompagnatori:** Gianfranco Cavasinni (AC), Stefania Di Felicianonio (AC)

22/6 - Giornata Sentiero Italia CAI Interregionale ABRUZZO-MOLISE – San Pietro Avellana-Castel di Sangro SI-Q12

Itinerario: Da definire.

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** mt **Lunghezza:** Km **Tempo:** h
- **Accompagnatori:** da definire

29/6 - P.N. Monti Sibillini – Traversata da Forca di Presta a Castelluccio di Norcia

Itinerario: Partenza da Forca di Presta 1534 m per il sent.101-E15 in direzione del Bivacco Zilioli 2240 m. Poi si prosegue per il sent. della Cresta del Redentore passando per le cime Punta di Prato Pulito 2373 mt, Cima del Lago 2422 e del Redentore 2448 m e Pizzo del Diavolo 2410. Poi per la dorsale si procede in discesa toccando le Cima dell'Osservatorio 2350 m, Quarto San Lorenzo 2247 e Cima di Forca Viola 2230m. Dalla cima nel tratto più ripido si raggiunge prima il valico di Forca Viola 1936 m e poi lungo la via Imperiale per la Capanna Ghezzi 1570 m fino a raggiungere la piana di Castelluccio di Norcia 1335 m.

- **Difficoltà:** EE **Dislivello:** +1100 mt – 1300mt **Lunghezza:** 15,5 Km **Tempo:** 8 h
- **Accompagnatori:** Gianluca Iurisci (AE), Marco Andreoli

TAM: P.N. Monti Sibillini - Rif. Zilioli eventuale Monte Vettore

Itinerario: Da forca di Presta 1534 mt per le coste particelle, il Vettoretto e il rifugio Zilioli 2240mt. presso la sella delle Ciaole. Possibilità di raggiungere la vetta principale del massiccio, monte Vettore 2476 mt. Discesa per la stessa via.

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** 700 mt **Lunghezza:** 10 km **Tempo:** 7 h
- **Accompagnatori:** Enzo Testa, Adenia Veri

LUGLIO

06/7 - TAM: P.N.A.L.M - Passo dei Monaci e Monte La Meta dal rifugio Campitelli (anello)

Itinerario: Partenza dell'accoglienza rifugio Campitelli 1420m. dapprima si risale il bosco dei Tartari per da cui se ne esce a circa 1700 m. nella conca dei Biscurri, da qui una mulattiera esposta porta al passo delicato Monaci 1960 m. dove chi vuole può raggiungere i 2236 m. della cima La Meta. Discesa per la val Pagana e la val Fiorita.

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** 600 mt **Lunghezza:** 14 km **Tempo:** 7 h
- **Accompagnatori:** Antonio Francia, Anna Laura Di Domenico



Club Alpino Italiano Sezione di Lanciano



Programma Escursioni e Ciclo Mtb 2025

13/7 - P.N.A.L.M - Traversata del Monte Marsicano da Opi (loc. Le Casette)

Itinerario: Partendo dalla località Le Casette 1120 m, si segue la sterrata verso nord fino ad intersecare il sentiero E6 e svoltare ad est seguendolo fino a raggiungere la vetta del Monte Marsicano 2245 m. Parcheggiando le auto sulla statale Marsicana 83 si può pensare di fare una traversata scendendo dopo il Marsicano alla cima della Calanga 2168 m sul sentiero F10, e successivamente passando lo Stazzo di Monte Forcone. Da qui a breve termina la traversata sulla statale 83 a pochi km dal punto di partenza.

- **Difficoltà:** EE **Dislivello:** 1150 mt **Lunghezza:** 9 km **Tempo:** 7 h
- **Accompagnatori:** Massimiliano Iacobitti, Marco Andreoli

20/7 - P.N. Gran Sasso-Laga - Pizzo Intermesoli da Campo Imperatore (Intersezionale CAI Gioia Del Colle)

Itinerario: Partenza da Campo Imperatore 2130 m, per il sent.100E verso Passo del Lupo, poi si prosegue per il Passo Portella 2231 m sent.102, poi si svolta a dx per sent.149 fino a raggiungere il Passo del Cefalone 2300 m. Dal passo, si procede per il sent.147 in direzione della Sella dei Grilli 2220 m. infine per il sent.145 nel tratto più duro si raggiunge la cima del Pizzo Intermesoli 2635 m. Il ritorno è per la stessa via fino al Passo Portella, poi si risale raggiungendo la Cima del Portella 2385 m e il Rif. Duca degli Abruzzi 2388 m.

Infine si scende per il sent. SI-100 fino a tornare a Campo Imperatore.

- **Difficoltà:** EE **Dislivello:** 1300 mt **Lunghezza:** 13 km **Tempo:** 7'30 h
- **Accompagnatori:** Gianluca Iurisci (AE), Gino Pollutri, Enrico Lo Russo (CAI Gioia Del Colle)

TAM: P.N. Gran Sasso-Laga - Anello del Monte Bolza

Itinerario: Solo 1904 m. per questa cima altamente panoramica, tutta la catena del Gran Sasso si staglia davanti alla sua cresta e la piana di Campo Imperatore è ai suoi piedi, di pregio anche la visuale su Castel del Monte e il suo territorio agropastorale. Inoltre il percorso per raggiungere la cima si svolge su sfiziosi passaggi tra rocce e cenge che rendono l'escursione molto interessante. Partenza dal ponte dello Scoppiaturo 1560 m poi per il guado di Montagna 1635 m. e il M. Bolza 1904 m. Discesa per la Costa Zorlana.

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** 500 mt **Lunghezza:** 11 Km **Tempo:** 6/7 h
- **Accompagnatori:** Rodolfo Giancristofaro (TAM), Martina Ines Melizzi

27/7 - P.N. della Maiella - Festa al Rifugio Macchia di Taranta

Itinerario: Programma da definire

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** +450 -150 mt **Lunghezza:** 10 km **Tempo:** 5 h
- **Accompagnatori:** da definire

AGOSTO

03/8 - P.N.R. Sirente-Velino - Anello Orientale del Sirente dallo Chalet del Sirente (Intersezionale CAI Maiella Chieti)

Itinerario: Percorso ad anello con partenza dallo Chalet del Sirente 1191 mt per il sent. 15 in direzione Valle Lupara fino ad arrivare in cresta 2222 mt. Si prosegue in direzione Est per il sent. 13B passando per le cime La Castellina 2277 mt, Monte di Canale 2251 mt e Monte San Nicola 2012 mt. Da qui si torna leggermente indietro per procedere in discesa fino al Rifugio Fonte di Canale 1395 mt e da qui fare ritorno al punto di partenza.

- **Difficoltà:** EE **Dislivello:** 1270 mt **Lunghezza:** 16 Km **Tempo:** 8 h
- **Accompagnatori:** Fabio Sireni (ASE), Cristiano Iurisci (AE), Giorgio Micoli (ASE-CAI Maiella Chieti)

TAM: P.N.R. Sirente-Velino - Rifugio la Vecchia da Rovere

Itinerario: Partenza dal bel borgo di Rovere 1350 mt. per la Costa, il rifugio Mandra Murata e il panoramico rifugio la Vecchia 1879mt, il piccolo rifugio è un gioiello tenuto in gran conto dalla comunità roccolana. Discesa per la stessa via di salita.

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** 530 mt **Lunghezza:** 11 Km **Tempo:** 7 h
- **Accompagnatori:** Catia Manfrè (TAM), Alessandro Tenaglia

24/08 - TAM: P.N. Gran Sasso-Laga - Anello della Cresta della Portella (Picco Confalonieri e cima Portella)

Itinerario: Picco Confalonieri 2422m.cima della Portella 2385 m. Sono le due vette più frequentate dell'appennino e il suo percorso è una divertente cavalcata di cresta. Maestosa la panoramica verso il Corno Grande. Partenza dall'Osservatorio Astronomico 2131m.per sella di

M. Aquila 2335m. Cima Confalonieri 2422m.rif.Duca degli Abruzzi e cima Portella 2385m.

- **Difficoltà:** E **dislivello** 300 metri **lunghezza:** 10 km **durata:** 4/5 h
- **Accompagnatori:** Assunta Colacicco (TAM), Anna Di Felicianonio

30-31/8 - Cicloescursionismo – Due giorni sugli altopiani dei Monti Simbruini da Camporotondo

Itinerario: Programma da definire

- **Difficoltà:** **Dislivello:** mt **Lunghezza:** km
- **Accompagnatori:** Eugenio Iachini, Raffaele Angelucci

SETTEMBRE

07/9 – P.N. Gran Sasso-Laga - Anello del Gravone e Via dei Gelati da Rigopiano

Itinerario: Partenza da q. 1215 m (Curva del Gravone). Si risale il fondo del vallone per 500 m fino al primo salto (passo di III) superato il quale si perviene al nevaio del Gravone (1870 m), quindi su terreno esposto e ripido (passi di I°) si raggiunge il nevaio superiore (2020 m) in vista della Forchetta di Penne e del Dente del Lupo; ora si devia a sx a percorrere la "via dei Gelati" che termina al valico Fonte Fredda (1995 m)



Club Alpino Italiano

Sezione di Lanciano

Programma



Escursioni e Ciclo Mtb 2025

tra il M. Coppe e M. Siella. Ora si scende al Rif. la Torricella (1770m) e con ripide svolte su sterrata si raggiunge la località Rigopiano (1200 m).

- **Difficoltà:** EE* **Dislivello:** 1200 mt **Lunghezza:** 13 Km **Tempo:** 8 h

Passi di I° e breve tratto attrezzato con passo di III

- **Accompagnatori:** Cristiano Iurisci (AE), Marco Andreoli

TAM: P.N. Gran Sasso-Laga - Fondo della Salsa e Castelli

Itinerario: A 4 km da Castelli, sulla strada per Rigopiano, inizia il sent. 245 per il Fondo della Salsa, su carrareccia e poi sentiero si giunge nella parte inferiore della grande parete nord del Camicia, al Fondo della Salsa.

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** 350 mt **Lunghezza:** 8 Km **Tempo:** 4 h
- **Accompagnatori:** Adenia Veri, Alessandro Tenaglia

14/9 - Cicloescursionismo – Altipiani Maggiori d’Abruzzo: Anello Piano delle Cinque Miglia, M. Pratello,

Roccaraso **Itinerario:** Altopiano delle 5 Miglia, Imposto, Valle Chiarano, Piano Polverino, M. Pratello, Valle del Macchione, Piano Aremogna, Valle S. Rocco, Roccaraso, Rivisondoli, Piano delle 5 Miglia.

- **Difficoltà:** MC/BC **Dislivello:** 1045 mt **Lunghezza:** 38,5 km
- **Accompagnatori:** Gianfranco Cavasinni (AC), Eugenio Iachini

21/9 – P.N. della Maiella – Anello di Macirenelle dalla Grotta Sant’Angelo

Itinerario: Grotta Sant’Angelo – Cima Macirenelle – Vallone di Palombaro – Grotta Sant’Angelo.

- **Difficoltà:** EE **Dislivello:** 1300 mt **Lunghezza:** 12 Km **Tempo:** 7 h
- **Accompagnatori:** Victor Giusti (AE), Giulia Giammarino

28/09 - TAM: P.N.R. Sirente-Velino - GOLE DI CELANO E AIELLI

Itinerario: La gita si svolge in due parti: la prima comincia dalla Valle D’Arano (mt 1.330 - comune di Ovindoli) per poi, in discesa, svolgersi all’interno della gola fino ad arrivare a Celano (mt 900). La seconda invece ci porterà a visitare il paesino di Aielli, famoso per i suoi murali. Le gole (da poco riaperte, dopo ben 10 anni di chiusura dovuta al terremoto) in alcuni tratti sono alte più di 100 metri e sono talmente selvagge che al loro interno si ha l’impressione di trovarsi nella preistoria.

- **Difficoltà:** E **dislivello** 430 metri **lunghezza:** 9 km **durata:** 4 h
- **Accompagnatori:** Antonio Francia, Martina Ines Melizzi

OTTOBRE

03/10 - TAM: Quinta tappa del "Tratturo Magno" da Vacri a Lanciano

Itinerario: Traversata sulle colline frentane con partenza da Vacri lungo il "Tratturo Magno" fino a raggiungere la città frentana di Lanciano.

- **Difficoltà:** E **dislivello** 700 metri **lunghezza:** 24 km **durata:** 7 h
- **Accompagnatori:** Vincenzo Caporale, Rodolfo Giancristofaro (TAM), Antonio Francia

05/10 - P.N. della Maiella - Anello Fiume Avella – Pennapiedimonte

Itinerario: Ponte Fiume Avella – Cascata Macarone della Pila – Sentiero G1 - Pennapiedimonte – Ponte Fiume Avella

- **Difficoltà:** EE **Dislivello:** 1000 mt **Lunghezza:** 10 Km **Tempo:** 6 h
- **Accompagnatori:** Victor Giusti (AE), Giulia Giammarino

12/10 – Cicloescursionismo - Maiella settentrionale: Anello del Colle Tondo e di Montepiano da Pretoro

Itinerario: Pretoro, Colle Tondo, Fonte Cese, Aia della Forca, San Liberatore a Maiella, sorgenti del F. Alento, Serramonacesca, Madonna della Neve, Montepiano, Pretoro.

- **Difficoltà:** MC/MC **Dislivello:** 1085 mt **Lunghezza:** 33 km
- **Accompagnatori:** Gianfranco Cavasinni (AC), Stefania Di Felicianantonio (AC)

TAM: P.N. della Maiella – Balzolo - Rifugio Pischioli- Cantone Mingo- Valle Uprano

Itinerario: Da Balzolo (710m), si raggiunge il Rifugio Pischioli (1135 m). Si continua per il sentiero fino ad arrivare all’Ara dei Preti, (1250 m). Da qui si prosegue fino ad arrivare al "Cantone Minco di Domenico", poi si giunge in Valle Uprano (1318 m) dove vi è la Grotta.

Ritorno per la stessa via.

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** 600 mt **Lunghezza:** 10 Km **Tempo:** 4 h
- **Accompagnatori:** Adenia Veri, Catia Manfrè (TAM)

19/10 – P.N.R. Sirente-Velino – Traversata dagli impianti della Magnola alla Stele di Forme

Itinerario: Partendo dal piazzale Magnola, 1450 mt, si risale sul sentiero 9B, in prossimità del Rifugio Telespazio 1970 mt, si lascia l’area delle piste da sci per proseguire sul crinale fino a raggiungere la vetta del Monte Magnola, 2220 mt. Qui inizia la discesa sul sentiero 9 passando per il rifugio Panei e successivamente continuando per la panoramica Costa della Sentina fino a chiudere il giro alla Stele di Giuseppe e Pino 1133 mt.

- **Difficoltà:** EE **Dislivello:** +850 – 1120 mt **Lunghezza:** 11 Km **Tempo:** 6 h
- **Accompagnatori:** Massimiliano Iacobitti, Guerino Di Giulio



Club Alpino Italiano Sezione di Lanciano



Programma Escursioni e Ciclo Mtb 2025

26/10 - TAM: P.N.A.L.M. - TRAVERSATA DEL MONTE MARCOLANO DA PASSO DEL DIAVOLO

Itinerario: Da passo del Diavolo 1400m.sul sent.T1, si cammina su una carrarecchia che poi ad un bivio diventa sent. R4. Si attraversa la faggeta della Cicerana, proseguendo su due suggestive radure dove non è raro sorprendere animali rari del parco e poi giunti ad un valico fuori dal bosco si continua fino a toccare la cima di M. Marcolano 1940 m. discesa per Madonna della Lanna nel territorio di Villavallelonga..

- **Difficoltà:** E **Dislivello** 650 metri **lunghezza:** 14 km **durata:** 7 h
- **Accompagnatori:** Enzo Testa, Anna Laura Di Domenico

NOVEMBRE

31/10-02/11 - P.N. Appennino Lucano-Val d'Agri - Monte Sirino e Maratea

Itinerario: Da definire.

- **Difficoltà:** E **Dislivello:** mt **Lunghezza:** Km **Tempo:** h
- **Accompagnatori:** da definire

16/11 – Anello per le Lame di Pennadomo (M. Moresco)

Itinerario: Partenza da curva presso il bivio Lago di Bomba, q. 315 m. Si sale al Monte Moresco (665m) quindi si percorre la cresta rocciosa e boscosa delle "pale delle Lisce di Monte Moresco" fino alla più bassa (580m) che precipita con una parete (le lisce) sia verso il lago che verso il paese di Pennadomo. Su sentiero parzialmente attrezzato si scende ai piedi del Resegone che si aggira fino a scendere al Torrente S. Leo e poi a risalire a Pennadomo e infine a chiudere l'anello.

- **Difficoltà:** E/EE* **Dislivello:** 600 mt **Lunghezza:** 9 Km **Tempo:** 6 h
*Brevi tratti attrezzati/esposto
- **Accompagnatori:** Cristiano Lurisci (AE), Gianluca Lurisci (AE)

USCITE INFRASETTIMANALI – La Commissione si impegna ad organizzare delle uscite infrasettimanali da Maggio a Novembre (una al mese) che verranno definite e presentate nel corso dell'anno.

30/11 - Pranzo Sociale

Programma da definire