



ALTOSANGROESCORSIONI

**Alla scoperta delle montagne
di Abruzzo e Molise**

PRESENTA



“Autunno in montagna 2016”

*con giornate dedicate alla scoperta del mondo dei funghi,
all'avvistamento dei camosci in amore e in combattimento, degli uccelli
migratori, passeggiate nei boschi con tanti colori, pic-nic all'aperto e pranzi in
agriturismo e.....tanto altro ancora.....!!!!*

**Con
Istruttore – Maestro di Escursionismo - Micologo
Accompagnatore di media montagna**

Natura Sport Cultura

In tutte le escursioni sarà illustrato il percorso nell'aspetto ambientalistico e storico, attraverso l'osservazione della flora, della fauna, del paesaggio circostante e degli insediamenti umani.

Info e contatti

- <http://altosangroescursioni.jimdo.com>
- lspada.escursioni@gmail.com
- Tel. 3388942095

Altosangroescursioni

	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
OTTOBRE	Sab 15	Bosco Schiapparo M. Spaccata M. Pratello	9.00	15.00	7	400	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 16	M.Miglio Mura Megalitiche Sannite Eremo S. Amico	9.00	13.00	5	250	F	S. Pietro Avellana (IS)	Rotonda Ospedale civile Castel di Sangro
	Sab 22	Valle Cupa Riserva Nat. Chiarano	9.00	14.00	7	500	F	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 23	Arem. Bosco Ardicara C. ella Monna	9.00	14.00	6	250	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Sab 29	Tartari Biscurri (camosci in amore)	9.00	16.00	8	700	M	Alfedena	SP Marsicana Bivio Casa Cantoniera Alfedena
	Dom 30	Lago vivo M. Serrone	9.00	16.00	9	600	M	Barrea	SP Marsicana Bivio Casa Cantoniera Alfedena
	Lun 31	Grotta Verde	14.00	17.00	4	100	F	Castel di Sangro	Staz. Serv. TotalErg SS17 Castel diSangro
NOVEMBRE	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
	Mar 1	Ris. Nat. Alto Gizio M. Genzana (2170)	9.00	16.00	9	500	F	Rocca Pia	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Mer 2	Pantaniello di Montenero Valcocchiara	9.00	13.00	4	200	F	Alfedena	Piazzetta Aufidena
	Sab 5	M. Amaro (1862) (camosci in amore)	8.30	16.00	8	700	M	Opi	SP Marsicana Bivio Casa Cant. Alfedena
	Dom 6	Ris. Nat. MAB MontediMezzo Tempio Italico Vastogirardi	9.00	14.00	5	200	F	S. Pietro Avellana	Rotonda Ospedale Civile Castel di Sangro
	Sab 12	Tre Confini Valle Fredda Bosco Ardicara	9.00	15.00	10	600	M	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 13	La Montagnola Fonte Stalluccia 4 Strade	9.00	13.00	5	150	F	Alfedena	SP Marsicana Bivio Casa Cantoniera Alfedena
	Sab 19	M. Curio Passo dello Scalone	8.30	15.00	8	500	M	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 20	F.te Tassete Pantano Montenero (S.I.C.)	9.00	13.00	5	250	F	Montenero Valcocchiara (IS)	SS17 Bivio Ponte Zittola (C. di Sangro)
	Sab 26	Lago Pantaniello (S.I.C.)	9.00	16.00	8	300	F	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Dom 27	Abetina di Rosello Cascate Rio Verde	9.00	13.00	6	300	F	Rosello (CH)	Rotonda Ospedale Civile C.di Sangro	
DICEMBRE	Data	Località	Part.	Rientro	Km	Mt. Disl.	Diff.	Partenza	Appuntamento
	Sab 3	Rionero Sannitico M. Curvale Montenero Valcocchiara (traversata)	9.00	16.00	8	300	F	Rionero Sannitico	SS17 Bivio Ponte Zittola C.di Sangro
	Dom 4	Barrea Colle Baratto Alfedena (Tratturo)	9.00	13.00	7	300	F	Alfedena	SP Marsicana Bivio Casa Cantoniera Alfedena
	Gio 8	Scontrone M. Rotondo Barrea (traversata)	9.00	16.00	10	800	M	Scontrone	Bivio SP per Scontrone
	Ven 9	Eremo Madonna dell'Eremita Bosco Scodanibbio	14.00	17.00	5	200	F	Castel di Sangro	Rotonda Ospedale Civile Castel di Sangro
	Sab 10	Serra Sparvera (1998)	9.00	15.30	8	500	M	Rivisondoli	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
	Dom 11	Passeggiata Lungo il Fiume Sangro	9.00	13.00	4	0	F	Castel di Sangro	DistribCarbTotalErgSS17C.di Sangro
	Sab 17	Aremogna Arazzecca (1830)	9.00	14.00	6	350	M	Roccaraso	Staz. Serv. AgipEni SS17 Roccaraso
Dom 18	Monte Pagano (1284)	9.00	13.00	5	250	F	Castel di Sangro	Rotonda Ospedale civile Castel di Sangro	

Equipaggiamento consigliato

- Scarponcini da trekking
- Bastoncini telescopici
- Zaino
- Viveri e bevande
- T-shirt traspirante (anche di ricambio)
- K-way e giacca a vento
- Cappello
- Occhiali da sole
- Crema solare
- Binocolo e fotocamera

Legenda difficoltà: F = Facile – M = Media – I = Impegnativa

- <http://altosangroescursioni.jimdo.com>

- lspada.escursioni@gmail.com

- Tel. 3388942095

E all'arrivo della prima neve... nuove avventure nei boschi dell'Alto Sangro e Altopiano delle 5 Miglia con le CIASPOLE.....!