

|  |  |
| --- | --- |
| Data: | **19 marzo 2017** |
| Escursione: | **Parco Nazionale Maiella: Ciaspolata Sentiero del sole**  **Intersezionale con CAI di Castel di Sangro e Sulmona** |
| Referenti: | Proponente : Lino Picanza - cell. 349 452 5149 |
| Accompagnatore : Mauro D’Amico Sez. CAI di Castel di Sangro - cell. 339 623 0834 |
| Difficoltà: | Itinerari in ambiente innevato che richiedono l’utilizzo di racchette da neve con percorsi  **EAI +**  in zone boschive non impervie o su crinali aperti e poco esposti, con dislivelli e difficoltà  generalmente contenuti che garantiscano sicurezza di percorribilità. |

**DATI DEL PERCORSO**

|  |  |
| --- | --- |
| Località e quota di partenza: | **Pietransieri ( Fraz. Roccaraso) - 1359 s.l.m.** |
| Località e quota di arrivo: | **Idem** |
| Dislivello assoluto: | **350 m circa** |
| Dislivello complessivo: |  |
| Quota massima raggiunta: | **m 1.689** |
| Distanza: | **13 km circa** |
| Durata escursione: | **5 h circa soste escluse** |

**Breve descrizione del percorso:**

La camminata si svolge su un giro ad anello con partenza e arrivo da Pietransieri (fraz. di Roccaraso).  
Si parte in prossimità del campo sportivo di Pietransieri procedendo lungo i sentieri del Parco Nazionale della Maiella, in particolare il “Sentiero del Sole” che comprende i sentieri N2 fino alla Fonte Cernaia, per poi tornare indietro imboccando il sentiero N3 ed infine lungo la prima parte del sentiero N1 che termina a Pietransieri.   
Ci si avvia lungo il sentiero N 2 , che inizialmente si sviluppa in salita e dopo circa un ora di percorrenza si arriva su un piccolo altipiano denominato Piana Pacilli, esteso tra rose canine, peri selvatici e gruppi di aceri; successivamente dopo circa 50 minuti di cammino si arriva al rifugio di Casa della Madonna, piccolo ricovero in pietra a secco posto in una valletta erbosa (da dove si apre un panorama sulla Val di Sangro e sulle alture molisane).

Dopo altri 15 minuti circa, si attraversa una gola posta fra due pareti rocciose molto suggestiva, a destra il Colle delle Vacche 1615 m ed a sinistra la Serra Verticara 1741m. Importante sapere che sul Colle delle Vacche, dove è presente una grossa croce in ferro , si trovano i ruderi dell’antico borgo del Castello di Carceri (del 1100), distrutto dal terremoto del 1456.

Proseguendo sul sentiero, si arriva alla Fonte la Meta 1630 m; poco più avanti si incrocia il sentiero N 3 da dove incontreremo la Piana Mangini 1615 m - grande radura erbosa pianeggiante - e successivamente la Fonte Cernaia 1680 m, posta ai piedi della Pietra Cernaia 1785 (il nome deriva probabilmente dal latino cernere, ossia osservare , potrebbe significare “luogo di osservazione”).

Dopo la visita alle Pietre Cernaie riprendiamo il cammino per recarci alla Piana del Re 1626 m dove troviamo il rifugio Posta Grossa con la statua della Madonnina della Neve.

Andando avanti si sale su un ampio dosso erboso per poi iniziare la discesa verso Pietransieri dove l’escursione volge al termine.

**Equipaggiamento:**

Abbigliamento da escursionismo invernale: vestizione a cipolla dove i capi che compongono i vari strati (interno, medio ed esterno) siano di materiale tecnico come pile, softshell ecc., guscio impermeabile, scarponi invernali, calze tecniche, passamontagna, guanti, almeno un cambio di abbigliamento.

Telo termico, crema solare, occhiali da sole. Acqua: almeno 1,5 litri

**Indispensabili ciaspole e ghette (l’eventuale mancanza sarebbe motivo di esclusione)**

kit pronto soccorso per uso personale e scheda con farmaci per eventuali allergie **(in questo caso avvisare preventivamente il referente).**

|  |  |
| --- | --- |
| Per adesioni ed informazioni contattare i referenti entro | **Contattare il referente entro le ore 20 di venerdì 17 marzo 2017** |
| Appuntamento | **Isernia, Piazza Tedeschi ore 07,50** |
| Quota di Partecipazione: | ---------------- |
| Spostamenti: | **Con mezzi propri** |
| Partenza escursione: | **09,00 Pietransieri - Fraz. Roccaraso** |
| Rientro previsto: | **15:30 al punto di partenza** |
| Riunione pre - escursione: | **Venerdì 17 marzo 2017 dalle ore 19,00 alle ore 20,00 presso sede Cai Isernia.** |

L’adesione all’attività si concretizza confermando ai referenti la propria partecipazione entro i termini sopra indicati e intende l’accettazione senza condizioni del programma proposto, che l’aderente è a conoscenza delle caratteristiche e difficoltà dell’escursione, che ha abbigliamento e attrezzatura adeguati e sufficienti, che ha valutato che la stessa è conforme alle proprie capacità tecniche e attitudini fisiche e che non ha patologie tali da renderlo non idoneo all’attività proposta.

Pertanto I’aderente solleva i referenti/accompagnatori e la Sottosezione da ogni responsabilità per qualsiasi incidente o

inconveniente dovuti alla propria personale imperizia e alla mancata osservanza delle regole dell’andare in montagna.

I referenti/accompagnatori, per le proprie responsabilità, si riservano di escludere tutti coloro che non siano adeguatamente

attrezzati e allenati e che non siano in regola con l’iscrizione al CAI e quindi in regola con la relativa copertura assicura tiva prevista o che non abbiano comunicato la propria partecipazione nei termini indicati. Inoltre si riservano di variare in parte o del tutto il percorso o di annullare l’escursione a fronte di reale necessità oltre che per avverse condizioni climatiche.

Al solo fine propagandistico è ammessa la partecipazione a non soci CAI previo presa visione del regolamento, della difficoltà

dell’escursione, e sentito il parere dei referenti/accompagnatori. Per i non soci è obbligatorio il versamento **della quota assicurativa prevista entro le ore 20:00 del venerdì precedente l’escursione** da effettuarsi, salvo diversa indicazione, direttamente al referente. I non soci possono partecipare, nello stesso anno, massimo a due escursioni per sezione.

