



WEEKEND DI ESCURSIONI NELL'ALTA VALLE DEL SAGITTARIO

Il sentiero del Cuore a Scanno (AQ) e il Monte Genzana.

Un fine settimana agli inizi di ottobre per immergerci nelle bellezze del caratteristico borgo di Scanno e del suo omonimo lago, visto da altra angolazione attraverso il mitico "Sentiero del Cuore", il primo giorno, e per salire, l'indomani, su una delle cime che dominano il lago, il monte Genzana, con i suoi 2170 mt. di altitudine, dove la natura non sarà avara di proporci sorprese.

P R O G R A M M A

Sabato 5 ottobre 2024

Partenza con auto proprie: ore 08,00 da Formia Via Olivastro Spaventola – ore 08,30 da Cassino Area Varlese per raggiungere il paese di Scanno (AQ).

Escursione: *Sentiero del Cuore* (vedi scheda 1)

Subito dopo l'arrivo a Scanno (ore 10,30/11,00), lasciate le auto nel parcheggio dell'albergo, inizia l'escursione durante la quale si effettuerà la consumazione del pranzo a sacco. Al termine si fa ritorno in albergo per la sistemazione in camera. Pomeriggio libero per visita del borgo e discesa in lago. Cena e pernottato in albergo.

Domenica 6 ottobre 2024

Escursione: *Monte Genzana* (vedi scheda 2)

Dopo colazione, partenza dall'albergo per il paese di Frattura Nuova, distante pochi chilometri, dove inizia la nostra escursione. Ora di partenza escursione 08,30/08,45.

Al termine dell'escursione (prevista per le 16,00/16,30) si effettua il rientro per Cassino e Formia.

INFORMAZIONI

Ferdinando D'Urso tel. 3382328487 nandodurso@live.it

Maria Luisa Perrotta tel. 3450589346 perrotta.marialuisa@yahoo.it

C O S T I

La quota di partecipazione è di € 70,00 a persona ed è relativa all'alloggio presso l'albergo NILDE di Scanno via del Lago 101 (<https://www.hotelnilde.it/>) con trattamento di ½ pensione (pernottato, cena e colazione) con queste ipotesi:

2 camere doppie con letto matrimoniale;

2 camere triple (uso doppia matrimoniale);

2 camere singola, disponibili solo 2, con supplemento di € 10,00;

6 camere family (3 posti singoli cad.);

1 camera quadrupla (uso doppia matrimoniale).

I costi di viaggio in auto sono a carico dei partecipanti.



PRENOTAZIONI E PAGAMENTO

Le prenotazioni devono pervenire entro l'8/9/2024, con priorità per i soci CAI della Sezione di Esperia e dovranno essere effettuate come segue:

richiedere telefonicamente al Presidente (tel. 338 4621337) la disponibilità di posti;
eseguire il bonifico in unica soluzione.

Le prenotazioni saranno accettate in ordine temporale di accredito sul c/c della quota intera, fino al raggiungimento di n. **30 partecipanti**. Oltre saranno accettate con riserva e prese in considerazione in caso di rinuncia di partecipanti prenotati.

I pagamenti dovranno essere effettuati mediante bonifico, sul c/c della sezione CAI di Esperia alle seguenti coordinate bancarie: IT10T0200874030000101721690 - CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ESPERIA con la seguente causale: saldo escursione weekend a Scanno 2024.

Le somme versate non saranno restituite salvo sostituzione con altri partecipanti.

N.B. EQUIPAGGIAMENTO

Abbigliamento a strati da montagna, scarponi da montagna (obbligatori), bastoncini (utili), giacca a vento, equipaggiamento per la pioggia (meglio il goretex), occhiali da sole, cappellino, crema solare, guanti, un cambio da lasciare all'occorrenza in auto.

AVVERTENZE PER I PARTECIPANTI

- essere preparati fisicamente e tecnicamente, equipaggiati con abbigliamento ed attrezzature adeguate alle esigenze delle escursioni programmate;
- attenersi esclusivamente alle disposizioni che vengono impartite dagli accompagnatori o direttori di escursione;
- collaborare con gli accompagnatori o direttori per la buona riuscita dell'escursione. È necessario essere solidali con gli stessi ed offrire la massima collaborazione specie a fronte di sopravvenute difficoltà;
- la partecipazione alle escursioni del C.A.I. coerentemente alla loro natura, pone i partecipanti di fronte ai rischi e ai pericoli inerenti la pratica dell'escursionismo. Iscrivendosi e partecipando alle escursioni, si accettano tali rischi e dando il più ampio scarico dalle responsabilità agli accompagnatori e/o direttori di escursione, nonché alla Sezione;
- questo programma potrà subire variazioni per ragioni organizzative e/o meteorologiche.



Il sentiero del Cuore a Scanno

ZONA MONTUOSA / PARCO	CATEGORIA	DIFFICOLTÀ	QUOTA MINIMA	QUOTA MASSIMA
Riserva Naturale Alto Gizio	Escursionismo	T/E	m. 940	m. 1072
DURATA: 2 ore				
IMPEGNO	DISLIVELLO SALITA	DISLIVELLO DISCESA	DISTANZA A/R	
Facile	m. 254	m. 254	Km.4	

Il "Sentiero del Cuore" è così chiamato per via del favoloso punto panoramico che si raggiunge percorrendo il sentiero; da lì è possibile godere della suggestiva vista del lago a forma di cuore. Appena arrivati a Scanno in mattinata, si lascia la macchina nel parcheggio dell'Hotel Nilde dove saremo alloggiati per trascorrere la notte. Da qui risalendo via del Lago per un paio di centinaia di metri, raggiungeremo l'imbocco di via Di Rienzo e seguendo le indicazioni attraverso la segnaletica verticale del comune posta lungo l'itinerario, arriveremo dapprima all'eremo di Sant'Egidio e poi al punto panoramico da cui osserveremo il lago di Scanno a forma a cuore.

Rientro per lo stesso sentiero.

CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ESPERIA

www.caiesperia.it

SCHEDA 2



TUTELA AMBIENTE MONTANO. ESCURSIONISMO. ALPINISMO. SCIALPINISMO. ARRAMPICATA. SPELEOLOGIA. SENTIERISTICA. AREA SOCIALE



Monte Genzana

ZONA MONTUOSA/PARCO	CATEGORIA	DIFFICOLTÀ	QUOTA MINIMA	QUOTA MASSIMA
Riserva Naturale Regionale Genzana Alto Gizio	Escursionismo per Esperti	EE	m. 1300 Paese Frattura Nuova	m. 2170
DURATA: 6:30 ore				
IMPEGNO	DISLIVELLO SALITA	DISLIVELLO DISCESA	DISTANZA A/R	
Medio Alto	m. 1050	m. 1050	Km. 16	

La Riserva Naturale dell'Alto Gizio si trova incastonata tra il gruppo della Maiella ad Est, il Parco Nazionale d'Abruzzo Lazio e Molise a Sud (Monti della Meta e Mainarde), ad Ovest i vicini monti della Marsica, oltre i quali si stagliano i Simbruini e il Velino, mentre a Nord si riesce a vedere il Gruppo del Gran Sasso, è intuibile pertanto quale sia il panorama godibile dalla vetta del Genzana, senza tralasciare la vista aerea di Scanno con il suo lago e la valle di del fiume Tasso alle sue spalle.

L'itinerario si sviluppa attraverso un giro ad anello con partenza da Frattura Nuova, nella parte alta del paese, dirigendosi verso Frattura Vecchia seguendo un sentiero posto a monte della normale via di comunicazione. Giunti al vecchio paese, che fu distrutto il 13 gennaio del 1915 da un drammatico terremoto che interessò tutta la Marsica, dopo una sosta di rito, ci si avvia su una strada sterrata che costituisce il sentiero n. 11. Giunti ad un bivio, lasciato il sentiero che conduce al paese di Castrovalva, alla nostra dx parte il sentiero 12 che si inerpica in modo deciso e costante attraverso continue svolte, ci condurrà al monte Genzana (2170 metri). Non prima di essere passati per la fonte della Pietra Libertina e il rifugio del Monte Cona. Raggiunta la cima e dopo la meritata pausa pranzo, ci avviamo ad affrontare la via del ritorno chiudendo l'anello lungo i sentieri n. 33 e n.38 che ci condurranno al punto di partenza. L'escursione pur non presentando particolari difficoltà tecniche, richiede comunque un buon allenamento per la lunghezza e il dislivello complessivo. La particolarità di questa zona montuosa e in questo periodo, sta nel fatto che lungo il percorso è facile incontrare numerosi branchi di cervi e poter ascoltare l'inconfondibile bramito dei maschi in amore. Occorre pertanto, per chi ne è dotato, portarsi dietro l'inevitabile macchina fotografica. Al termine dell'escursione il rientro a casa con le proprie auto.