

CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ESPERIA

www.caiesperia.it

Intersezionale Rieti - Esperia

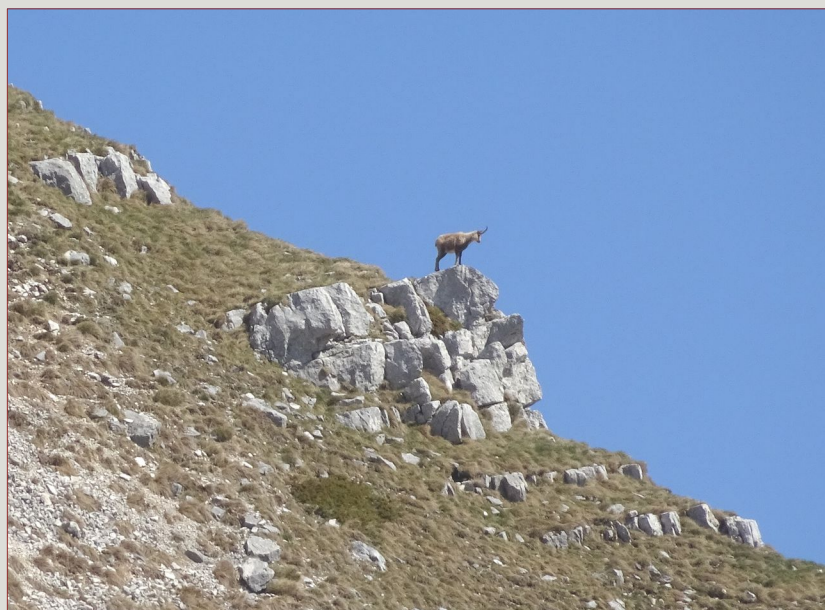


TUTELA AMBIENTE MONTANO.ESCURSIONISMO.ALPINISMO.SCIALPINISMO.ARRAMPICATA.SPELEOLOGIA.SENTIERISTICA.AREA SOCIALE

Domenica, 27 settembre 2026

ESCURSIONISMO PER ESPERTI

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise Monti Marsicani Monte La Meta



ORGANIZZAZIONE

CAI Sezione Esperia

Prenotazioni entro venerdì ore 20.00

Posti disponibili: Per tutti coloro che intendono svolgere l'attività

COSTI

Per i non soci leggere il regolamento

RITROVI

FORMIA: - ore 06,30
Via Spavontola

SAN VITTORE: - ore 07,20
Rotatoria San Vittore

VALLE FIORITA: - ore 08,45
Pianoro le Forme

ESCURSIONE

Tipologia: Anello

Difficoltà: EE

Dislivello (m): 950

Quota minima (m): 1400

Quota massima (m): 2242

Tempi (h): 6

Lunghezza (km): 13

Riferimenti Sentieri: L1 - M1

Mappa: Carta Escursionistica n. 11

Parco d'Abruzzo: Marsicani Ed. IL LUPO

COSA SERVE

Abbigliamento a strati, scarponi, giacca a vento, equipaggiamento per la pioggia, cappello, guanti, bastoncini, cappello. Cambio da lasciare in auto.

AVVICINAMENTO

Auto proprie

INFORMAZIONI E

ISCRIZIONE OBBLIGATORIA

Lucio TORTOLANI, Tel. 340 2358240

Email: lucio.victorio@libero.it

Ferdinando D'URSO, Tel. 338 2328487

Email: nandodurso@live.it

Antonio LECCE, Tel. 373 5061720

antonio.lecce@libero.it

Descrizione

Percorso ad anello pensato per osservare i cervi, i cui maschi in questo periodo corteggiano le femmine, uscendo dai boschi emettendo bramiti molto potenti e rendendosi visibili a distanze minime. Escursione di media difficoltà fino a Passo dei Monaci (mt 1967 slm) che diventa più impegnativa fino a Monte Meta (mt 2242 slm).

Dalla località "Le Forme" (1400 mt), in Valle Fiorita, ci avvieremo in direzione del rifugio "Campitelli" superando una piccola collina, attraverseremo una radura e ad un bivio imboccheremo a sx il **sentiero L1** che inizia con una carrareccia immersa nella faggeta diventando poi un sentiero vero e proprio di circa 3 km con salita costante. Alla fine del bosco ci incammineremo lungo "l'Altopiano dei Biscuri", area carsica con un grande prato appenninico e una visuale molto bella su monte "La Meta" ed "il Gendarme". Alla nostra sinistra una dorsale che culmina con il monte "Miele" (1942 mt). Il cammino continua in leggera salita e ci porterà su una pietraia dove dovremo fare attenzione e dove sicuramente saremo osservati da famiglie di camosci che stanziano in quei luoghi. Infatti questo sentiero non è accessibile da fine luglio a metà settembre per tutela del camoscio, se non accompagnati da guide del PNALM. Superato questo tratto siamo arrivati a "Passo dei Monaci" (1967 mt). Sin qui avremo percorso poco più di 6 km con un dislivello di circa 700 mt. La difficoltà di questo primo tratto è di categoria E. A questo punto ci sarà la possibilità per i più esperti ed allenati di ascendere il monte "La Meta", affrontando un ulteriore dislivello di circa 270 mt in poco più di mezz'ora. Dopo la consumazione del pranzo a sacco ci si ritrova tutti a passo dei Monaci per prendere la via del ritorno chiudendo l'anello con il **sentiero M1**. Su un sentiero leggermente più difficoltoso, a mezzacosta, attraverseremo tratti detritici e ghiaiosi e dopo un paio di chilometri ci inoltreremo di nuovo nella faggeta arrivando alla località "le Forme" da cui siamo partiti.

AVVICINAMENTO:

◇ **Da CASSINO:** Casilina Sud direzione rotonda San Vittore. Dalla rotonda (Stella dei Popoli Italici) si procede verso Venafrò SS6, poi Colli al Volturno poi seguire indicazioni per Pizzone e infine Valle Fiorita. A Valle Fiorita prendere verso sinistra per località "le Forme".

◇ **Da FORMIA:** SR 630 verso Cassino, prendere A1 direzione Napoli, uscire a San Vittore del Lazio e seguire direzione come "avvicinamento DA CASSINO"

REGOLAMENTO

I tempi di percorrenza sono orientativi e calcolati senza le soste - L'Accompagnatore di escursione si riserva di modificare in tutto o in parte l'itinerario in considerazione delle condizioni meteorologiche - L'Accompagnatore, per la propria responsabilità, si riserva di escludere dall'escursione le persone (soci e non) che non abbiano preventivamente prenotato e/o non siano adeguatamente attrezzati e/o allenati - I partecipanti sollevano l'Accompagnatore e la Sezione da qualsiasi responsabilità per qualsiasi incidente o inconveniente dovuti alla propria personale imperizia o alla mancata osservanza delle regole dell'andare in montagna - Si richiede buona preparazione fisica e senso di responsabilità a ciascuno dei partecipanti - I non soci, devono far attivare dal Segretario (recapito in blu a piè pagina) obbligatoriamente l'assicurazione. La stessa può essere attivata versando in contanti la quota di partecipazione pari a € 13,00 al giorno a persona (€ 8,95 quota assicurativa infortuni + 4,05 Soccorso Alpino) oppure tramite bonifico bancario - IBAN IT10T0200874030000101721690 - inviando copia + modello privacy (scaricabile dal sito) compilato e firmato. Le condizioni di assicurazione sono visionabili nel sito www.cai.it/associazione-3/assicurazione/