

Un sentiero per l'Abruzzo

Paolo Piatti/Paolo Piatti

Località di partenza:

Regione Abruzzo, Provincia di L'Aquila,
Alfedena

Tipo di itinerario:

itinerari dei lettori

Difficoltà a piedi:

Escursionistica

Dislivello in salita (m):

850

Dislivello in discesa (m):

850

Quota massima raggiunta (m):

2236

Tempo (hh:mm):

6:00

Lunghezza (km):

14

Periodo consigliato:

Estivo

Cartografia:

Parco Nazionale d'Abruzzo - 1:50.000

Punti di appoggio:

Rifugio Campitelli

Uffici informazioni:

www.parcoabruzzo.it

Accesso al percorso e note:

Dal paese di Alfedena seguire la strada in direzione Barrea, dopo pochi km prendere a sinistra la strada provinciale di Pizzone, quindi seguire le indicazioni che Vi condurranno all'ampio piazzale del Rifugio Campitelli

Purtroppo l'Abruzzo è balzato sulle cronache della TV e dei giornali per i fatti del terremoto di aprile e non è conosciuto al grande pubblico per le sue risorse storiche, artistiche, geografiche e perché no culinarie come dovrebbe essere, vorrei con questo articolo promuovere questo territorio ad un pubblico più vasto, e così ...andiamo a camminare in Abruzzo. Da qualche anno frequento questa regione per la mia passione : il trekking, e devo dire che ogni volta che ne visito un angolo ne scopro sempre nuovi buoni motivi per tornarci. Agli inizi di giugno del 2008 ero ad Alfedena in provincia de L'Aquila, un paese di origine sannitica dove si possono ancora ammirare il castello e la torre normanna del X-XI secolo, appunto per effettuare alcune escursioni all'interno del Parco Nazionale d'Abruzzo e quella che qui di seguito Vi propongo offre caratteristiche ambientali e paesaggistiche degne di nota, si tratta di percorso ad anello dal Rifugio Campitelli sino alla vetta del monte La Meta . Dal paese di Alfedena seguire la strada in direzione Barrea, dopo pochi km

TREKKING

ITINERARI E VIAGGI NELLA NATURA



Trekking e ... non solo



www.trekking.it

prendere a sinistra la strada provinciale di Pizzone, quindi seguire le indicazioni che Vi condurranno all'ampio piazzale del Rifugio Campitelli (quota 1445), lasciata l'auto seguire il sentiero "L1" (vedi carta del Parco Nazionale d'Abruzzo 1:50000) che in leggera salita attraversa una faggeta, dove si potranno notare dei ruderi di rifugi utilizzati dai briganti che nel XVI secolo erano presenti in questa zona, si trattava perlopiù di pastori ridotti alla fame e che nei periodi più neri erano costretti appunto a scorribande e furti. Il sentiero prosegue con maggior pendenza e sbuca su un prato detto "Altopiano di Biscurri" (quota 1700 circa) da qui iniziamo a vedere la montagna "La Meta", dove frequentemente si può avvistare il "camoscio d'abruzzo" che si diversifica per le sue corna piuttosto sviluppate ed il colore del mantello, come tutti gli animali anche lui apprezzerà il Vostro silenzio ed i



movimenti gradualissimi.... Il sentiero prosegue costeggiando sulla destra le pareti della montagna sino ad arrivare al Passo dei Monaci (quota 1960) contrassegnato da una croce, qui si prende a destra (direzione nord) con una salita abbastanza decisa dove il sentiero è piuttosto a vista sino alla cima (quota 2236) da dove nelle giornate più limpide si può scorgere sia l'isola d'Ischia che il mare Adriatico ! Se avrete fortuna, potrete avvistare anche l'aquila reale che generalmente sorvola le vette e le creste delle montagne più alte cercando di avvistare piccoli mammiferi oppure qualche piccolo camoscio debole o ammalato e quindi facile preda. Il panorama sotto di Voi è caratterizzato da una serie di collinette l'una accanto all'altro e a me fece venire in mente qualche angolo del presepe, forse anche perché il paesaggio era cosparso di macchie di neve dove i camosci stavano al sole. Dalla vetta, per il sentiero di salita si torna al Passo dei Monaci dove si prende il sentiero "M1" che scendendo abbastanza gradatamente giunge dopo circa 5 km ad incontrare la strada asfaltata per Pizzone, che imboccata verso sinistra ci riporta in breve al parcheggio del Rifugio Campitelli. Altri animali presenti nel Parco, ma difficili da avvistare sono l'orso bruno marsicano di notevoli dimensioni e peso, oppure il lupo, ma non abbiate timore perché un'incontro ravvicinato è praticamente impossibile, eventualmente munitevi di un buon cannocchiale ! Suggerisco di effettuare il percorso nel periodo estivo indicando una difficoltà "E"; forse ancor più suggestivo in inverno con le racchette da neve, avendo cura di mettere nello zaino anche ramponi e piccozza (in questo periodo naturalmente la difficoltà è maggiore !). Dislivello in salita 850 metri e così pure in discesa, lunghezza 14 km. Tra un trekking e l'altro visitate anche i vari grandi e piccoli paesi dei dintorni, ricchi d'arte e cose buone da gustare come Barrea, Villetta Barrea, ed Opi dove potrete trovare sistemazioni alberghiere di massimo comfort a prezzi più che ragionevoli. Alcuni cibi da provare sono sicuramente la pizza frita (lunghe tortiglioni a spirale fritti, fatti con uova, farina, lievito, rosmarino, semi di anice, acqua e sale) che nel passato in occasione dei matrimoni veniva offerta a tutto il paese, la pecora preparata in tante maniere diverse, le diverse zuppe una delle quali non potrà mancare "la zuppa della sposa" fatta con brodo di carne, indivia, pezzetti di pane fritti, scamorza tagliata a dadini e polpettine di carne, e per finire i dolci di mandorle ed i torroncini perché va bene camminare

