



Club Alpino Italiano  
Sezione di Ascoli  
Piceno  
Via Serafino Cellini, 10

[www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it)

Tel. 073645158



[www.facebook.com/CommissioneEscursionismoAscoliPiceno](https://www.facebook.com/CommissioneEscursionismoAscoliPiceno)

## **I SENTIERI DELL'ACQUA E DEL VENTO** **FINE SETTIMANA nel PARCO NAZIONALE d'ABRUZZO** **MONTE AMARO e ANELLO del MONTE SAN NICOLA** **dalla ex segheria di Opi (Val Fondillo)**

<b>DATE ESCURSIONI</b>	<b>18 e 19 giugno 2016</b>
<b>ORA PARTENZA</b>	<b>6:30</b>
<b>RITROVO</b>	"Lu Battente", Piazzale della FORD (100 m a destra sulla strada per Folignano)
<b>IMPEGNO FISICO</b>	1° giorno (M. AMARO): 815 m di dislivello 2° giorno (ANELLO DEL M. S. NICOLA): 840 m di dislivello
<b>DIFFICOLTA' TECNICA</b>	M. AMARO (E), ANELLO DEL M. S. NICOLA (E)
<b>DURATA (soste escluse)</b>	4.30-5.30 ore (M. AMARO); 5-6 ore (ANELLO DEL M. S. NICOLA)
<b>ACCOMPAGNATORI</b>	Maurizio Calibani (348-7433387) - Tonino Palmisano (338-8068206) - Graziano Raponi (338-8587319) - Nicola Angelini (377-1734491) - Filippo Giantomassi (347-3665350)
<b>EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO</b>	Scarponi da montagna, occhiali da sole, crema solare, bastoncini, guanti, cappello, giacca a vento, acqua e viveri secondo personali esigenze, zaino e macchina fotografica.

**Percorso stradale:** superstrada Ascoli-mare, A14, A25 uscita Pratola Peligna-Sulmona-Roccaraso-Alfedena- Barrea-Villetta Barrea- bivio a sinistra per la Val Fondillo (fra il Km 51 e 52 della strada S.S. Marsicana); dopo 300 m si parcheggia nel piazzale presso un bar.

Pernottamento, colazione e pranzo dopo l'escursione del 19: HOTEL DEGLI OLMI a Villetta Barrea, tel. 0864-89159; costo della mezza pensione per i soci CAI (cena e pernottamento del 18, in camere doppie, colazione del 19): 45 €; costo della pensione intera (comprendente il pranzo dopo l'escursione del 19): 55 €. Il costo per i non soci CAI viene aumentato di 22 € per le spese delle escursioni e l'assicurazione per due giorni. La camera tripla costa 5 € in meno, la singola 15 € in più.

Le spese per il viaggio saranno ripartite fra i componenti di ogni auto.

## RELAZIONE

### Sabato 18 giugno

**Monte Amaro dalla ex segheria di Opi per la Val Fondillo e la cresta ovest -  
Discesa per lo stesso itinerario**



La cima del M. Amaro e la zona di riserva integrale

Interessante escursione che vi consentirà di raggiungere una cima sopra la verdissima **Val Fondillo**, il cui interesse principale è dato da un formidabile panorama sul vicino e possente **Marsicano**, al di là della **Valle del Sangro** e soprattutto, sulla zona più aspra e selvaggia del Parco, quella della riserva integrale comprendente il **Balzo della Chiesa** e i **Tre Mortari**, che emergono rocciosi dagli immensi boschi sottostanti. Un'abbuffata di verde unita alla concreta possibilità di un incontro ravvicinato con i camosci.

**Dislivello:** 815 m

**Tempo salita:** 2.15-2.45 ore

**Tempo discesa:** 1.45-2.15 ore

**Difficoltà:** E

**Segnaletica:** sentieri F2, F1

**Cartografia:** Parco d'Abruzzo, carta escursionistica, 1:25000, ITER; carta escursionistica, 1:25000, Monti Marsicani - Mainarde Valle del Giovenco Monti della Meta, Ed. Il Lupo

Percorrendo la S.S. Marsicana (n.83) tra il bivio per Opi e Villetta Barrea si raggiunge, fra il Km 51 e il Km 52, il bivio per la **Val Fondillo**.

Lasciata la statale, si attraversa il **Sangro** mediante un ponte, si entra nella Val Fondillo e si parcheggia dopo 300 m dal bivio nel piazzale (a pagamento tra aprile e novembre) accanto ad un bar ed alla **Foresteria del Parco (1084 m)**. Si continua sulla sterrata con divieto di

accesso per le auto (segnavia F2) che, oltrepassata la vicinissima ex **Segheria di Opi** (oggi Museo della Montagna e dell'Uomo), lascia a destra il **Tratturo Regio** (TR, cartello). Giunti al ripiano della **Grotta Fondillo (1097 m)** si lascia il fondovalle e si prende a sinistra il sentiero F1 che attraversa il ponticello sul T. Fondillo. Raggiunto un prato, subito dopo il sentiero piega a sinistra, costeggia il torrente in leggera discesa, poi risale. Ad un bivio ci si tiene a destra sul sentiero che s'inerpica (segni) a svolte nella faggeta, poi piega verso destra e raggiunge la cresta in un punto panoramico. Sempre immersi nel bosco, si sale a svolte a sinistra della cresta, raggiungendola in più punti. Giunti ad una radura il sentiero obliqua sul versante a destra della cresta, costeggia alla base una lunga fascia rocciosa, esce dal bosco e raggiunge una sella erbosa (1690 m, 1.45 ore; poco in basso a sinistra e al limite del bosco, ruderi de "lo Stazzo"). Si continua ora sulla cresta, tenendosi poi alla sua destra e si raggiunge per roccette l'antecima (1850 m). Si scende ancora tra roccette alla sella sottostante e si risale la cresta rocciosa prima a sinistra, poi sul filo, fino alla cima del **Monte Amaro di Opi (1862 m, 0.30 ore)**. Per la discesa occorrono 1.50 ore.

### **Domenica 19 giugno**

## **Anello del Monte San Nicola dalla ex segheria di Opi per la Val Fondillo, la Valle Sfranatarata e il Valico Inguagnera - Discesa per la Valle Fredda**

Con questo anello di grande interesse si raggiunge una cima sull'aspra e rocciosa dorsale (**Serra delle Gravare**) che separa la **Valle del Sagittario** da quella della **Melfa**. La **Val Fondillo** e la **Valle Fredda** sono fra le più piacevoli del Parco, con le loro ridenti e panoramiche radure in basso e in alto i verdissimi boschi, ricchi di faggi secolari, nei quali ci si immerge. Dalla Serra delle Gravare potrete godervi eccezionali panorami sugli immensi boschi della Val Fondillo e della riserva integrale.



**Sulla cresta SE del Monte San Nicola**

**Dislivello:** 840 m

**Tempo salita:** 2.30-3 ore

**Tempo discesa:** 2-2.30 ore

**Difficoltà:** E

**Segnaletica:** F2, F5, F6, F4, TR (non segnato un breve tratto di cresta prima e dopo il M.S.Nicola)

**Cartografia:** Parco d'Abruzzo, carta escursionistica, 1:25000, ITER; carta escursionistica, 1:25000, Monti Marsicani - Mainarde Valle del Giovenco Monti della Meta, Ed. Il Lupo

Percorrendo la S.S. Marsicana (n.83) tra il bivio per Opi e Villetta Barrea si raggiunge, fra il Km 51 e il Km 52, il bivio per la **Val Fondillo**.

Lasciata la statale, si attraversa il **Sangro** mediante un ponte, si entra nella Val Fondillo e si parcheggia dopo 300 m dal bivio nel piazzale (a pagamento tra aprile e novembre) accanto ad un bar ed alla **Foresteria del Parco (1084 m)**. Si continua sulla sterrata con divieto di accesso per le auto (segnavia F2) che, oltrepassata la vicinissima ex **Segheria di Opi** (oggi Museo della Montagna e dell'Uomo), lascia a destra il **Tratturo Regio** (TR, cartello, lo si percorrerà al ritorno) ed a sinistra quello per il M. Amaro sul ripiano della **Grotta Fondillo (1097 m)**. Si prosegue in piano sul fondovalle costeggiando sulla destra il **T. Fondillo**, a tratti, con belle vedute sulla Serra delle Gravare e, alle spalle, sul M. Marsicano. Trascurata la deviazione a sinistra che conduce alla riserva integrale nella **Valle Cacciagrande**, subito dopo una radura con un rifugio si giunge ad un bivio (**1201 m, Fonte dell'Acqua Sfranatarà, freschissima e abbondante**). Si lascia il sentiero che percorre la Val Fondillo e si piega a destra su una sterrata sassosa che s'inoltra in un vallone nella faggeta, oltrepassa alcune radure e termina a q. 1260 m circa. Si prosegue su sentiero che dopo 50 m (lasciare a destra un fosso con segno giallo) piega a sinistra. Seguendo sempre il sentiero segnato e trascurando le deviazioni prive di segni, si risale il bosco con magnifici esemplari di faggi. Dopo un tratto pianeggiante ed uno con segni giallo-rossi si giunge ad un bivio (1638 m, 1.50 ore), dove si lascia il sentiero F5 e si segue quello di destra (F6) che, pianeggiante all'inizio, sale obliquando ripidamente sul pendio; oltrepassata una piccola sella, si superano tratti in discesa ed altri pianeggianti, si esce dal bosco e si sale al **Valico Inguagnera (1804 m)** situato sulla dorsale. Tenendosi sul versante laziale si continua sui larghi dossi della cresta sud-est del **M. S. Nicola** (eccezionali ed insoliti i panorami sul settore più selvaggio del Parco, dai **Tre Mortari-Camosciara sino al Petroso-Altare**), raggiungendo brevemente la cima del **Monte San Nicola** contrassegnata da un ometto di pietre (**1900 m, 0.45 ore**).

### **Discesa**

Ci si abbassa sulla comoda cresta nord-ovest (tenersi sempre sul versante laziale) sino ad una sella con (ometto di pietre con segno "F", 1865 m) dalla quale si scende a destra nella **Valle Fredda** (segni bianco-rossi sui massi) su un sentiero che poco sotto piega leggermente verso destra, si abbassa con alcune svolte e raggiunge il bosco sottostante. Vi si inoltra piegando decisamente a destra e, ad una radura con massi, a sinistra. Percorsa la radura e un corridoio erboso tra gli alberi, si rientra nella faggeta, si scende in una valletta e si continua costeggiando faggi secolari.

Obliquando verso sinistra su un ripido pendio, si raggiunge una grande **radura (1430 m circa)** con splendidi esemplari di faggi, dove inizia una sterrata che si percorre sul fondo della Valle Fredda. Ad un quadrivio si prosegue sulla sterrata con segni F4, lasciando a sinistra una deviazione che conduce alla vicina strada asfaltata per **Forca d'Acero** e, a destra, un'altra. Si oltrepassa un'altra grande radura con un **rifugio del Comune di Opi (lo Stazzo)** e si prosegue tenendosi a sinistra ad un bivio tra 2 radure. Più in basso, dopo un tratto sassoso, ad un altro bivio si segue il panoramico sentiero a destra ed al bivio successivo quello a sinistra. Dopo avere costeggiato una stalla ci si immette sul noto sentiero della **Val Fondillo** che in pochi minuti conduce al punto di partenza ( 2 ore).

