



Club Alpino Italiano

Sezione di Ascoli Piceno



Monte di Mezzo

Intersezionale con il CAI di Gorizia



Pagina Facebook della
Commissione Escursionismo



DATA ESCURSIONE: 2 maggio 2026



ORA PARTENZA: 07:45



RITROVO: Via Recanati, Ascoli Piceno



PUNTO DI PARTENZA: Strada regionale 577, 2km dopo Campotosto (AQ)



DISLIVELLO: ↑ ↓ 950m



DISTANZA: 14,5 km



DIFFICOLTÀ TECNICA: E



DURATA (soste escluse): 5:00 ore



TIPO DI ESCURSIONE: Andata e ritorno



ACCOMPAGNATORI: Pierluigi Baiocchi (328 7867176), Paola Romanucci.



EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO: Abbigliamento da alta montagna adatto alla stagione e alla quota, scarponi con suola ben marcata, guscio antipioggia e antivento, bastoncini telescopici, **ghette**, pila frontale, occhiali da sole, crema solare, guanti, cappello, berretto, acqua, viveri secondo personali esigenze, macchina fotografica, zaino. Portare con sé un ricambio completo da lasciare in auto e da poter utilizzare una volta rientrati dall'escursione.

- Escursione riservata ai **SOCI CAI**;
- Si prega di rispettare il regolamento della commissione escursionismo visionabile [cliccando qui](#) o scansionando il qrcode a lato;
- L'escursione potrà essere annullata qualora le condizioni meteorologiche non lo consentano. Gli accompagnatori si riservano di variare le date, i percorsi e/o il programma dell'uscita anche in fase di svolgimento;
- Gli accompagnatori si riservano di escludere escursionisti non adeguatamente attrezzati e non rispettosi del regolamento;
- L'attività escursionistica è un'azione che presenta dei rischi e chi la pratica se ne assume la piena responsabilità. Le Sezioni del CAI adottano tutte le misure precauzionali affinché nei vari ambienti si operi con il maggior grado di sicurezza possibile.



IL RISCHIO È SEMPRE PRESENTE E MAI AZZERABILE

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI venerdì dalle ore 18,30 alle 20,00 oppure telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il nostro sito www.caiascoli.it

DESCRIZIONE ITINERARIO

L'inizio del sentiero 300 (SI P13) si trova sulla strada regionale che costeggia il lago. Procedendo in direzione est si entra progressivamente nel bosco di faggi fino ad arrivare alla grande radura denominata "*// Coppo*".

Riprendendo a salire lungo la faggeta, attualmente oggetto di diradamento manutentivo, si arriva alla cresta che ci porterà alla vetta, passando prima dal Peschio Menicone e poi dal Colle del Vento, toponimo che, come vedremo, non ha bisogno di essere spiegato.

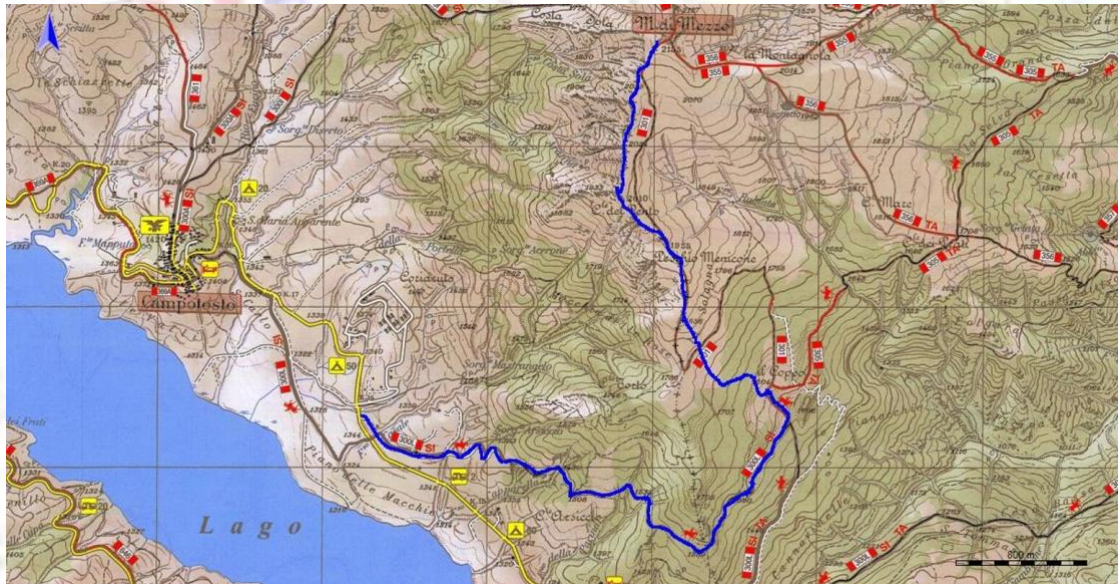
D'altra parte, giunti alla vetta, sarà chiara anche l'origine del nome del monte: esso infatti, pur facendo parte del gruppo della Laga, si trova "*in mezzo*", tra quest'ultima e il Gran Sasso, e costituisce un punto di osservazione eccezionale per i giganti d'Abruzzo.

Dopo una sosta contemplativa di cotanto panorama, torneremo indietro lungo lo stesso itinerario.

Lago di Campotosto



Il Lago di Campotosto è una grande opera idroelettrica nata tra gli anni Trenta e Quaranta. Prima qui c'erano torbiere e pascoli umidi, poi, con tre dighe — Rio Fucino, Sella Pedicate e Poggio Cancelli — l'acqua fu raccolta per alimentare le centrali del Vomano. Il bacino, a oltre 1.300 metri, copre circa 1.400 ettari e arriva a oltre 200 milioni di metri cubi d'acqua. Riceve il Rio Fucino e molte acque che scendono dai Monti della Laga e dal Gran Sasso.



Carta 1:25000 Monti della Laga – CAI di Teramo – Ed. SELCA



Profilo altimetrico

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI venerdì dalle ore 18,30 alle 20,00 oppure telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il nostro sito www.caiascoli.it