



Majella
giovani

Weekend con escursioni e pernottamenti
in rifugi di montagna

21-22 Luglio (+18 anni)

Pernotto al Rifugio Di Marco
Caramanico Terme (PE)
Escursione nella Valle dell'Orfento
ed all'Eremo di San Giovanni

www.parcomajella.it





Weekend con escursioni e pernottamenti in rifugi di montagna 21-22 Luglio 2018 (+18 anni)

Programma dettagliato

Sabato 21 luglio 2018

Ore 9:00

Incontro con le guide presso il Centro di Visita del Parco Nazionale della Majella "Valle dell'Orfento".

A seguire

Presentazione delle attività e breve introduzione al territorio presso il Museo naturalistico ed archeologico "Paolo Barrasso".

Ore 9:30

Partenza per l'escursione nella Valle dell'Orfento.

La Valle dell'Orfento è sicuramente una delle valli più spettacolari del Parco Nazionale della Majella. Qui il fiume ha scavato un profondo vallone caratterizzato da fitti boschi e da ambienti di grande valore naturalistico e paesaggistico. Nella sua parte più bassa la valle si stringe fino a formare una profonda gola dove il fiume scorre al di sotto di pareti rocciose verticali, tra una vegetazione lussureggiante e fragorose cascate.

Itinerario

Si parte da Caramanico Terme percorrendo il versante destro del vallone sul Sentiero dello Spirito, raggiungendo l'Eremo di Sant'Onofrio e risalendo poi tutta la Rava dell'Avellana. Fin qui il tracciato è costituito da sentiero a tratti roccioso e poi di sottobosco. Giunti al bivio con il B1 si prosegue su quest'ultimo, giungendo fino al Rifugio "Di Marco" ai Prati della Majelletta.

Dettagli tecnici:

Dislivello: m + 1200 / - _

Durata: 8 ore circa (+ brevi soste)

Tipologia: EE- Escursionisti Esperti

Difficoltà: impegnativo

Ore 19:00

Arrivo al Rifugio "Di Marco" e sistemazione per la notte.

In serata

Cena e pernottamento con sacchi a pelo presso il rifugio.

Domenica 22 Luglio 2018

Ore 7:00

Risveglio e colazione.

Ore 8:00

Partenza dal rifugio "Di Marco" e discesa verso l'Eremo di San Giovanni prima e Deontra di Caramanico poi.

Questo itinerario consente di ammirare uno dei più bei panorami del Parco Nazionale della Majella, quello sulla Valle dell'Orfento da Pianagrande, e di visitare uno degli eremi più suggestivi d'Abruzzo: San Giovanni all'Orfento.

Pranzo al sacco lungo l'itinerario.

Itinerario

Discesa quasi interamente su praterie per il sentiero B1 che scende dal Rifugio "Di Marco" fino a Deontra, tranne che per un breve tratto di discesa verso l'Eremo di San Giovanni, dove il sentiero attraversa il bosco.

Dettagli tecnici:

Dislivello: m + _ / m - 950

Durata: 5 ore circa (comprese le soste)

Tipologia: E - Escursionisti

Difficoltà: medio/impegnativo

Ore 14:00

Rientro a Caramanico Terme, saluti e partenza.

Da non dimenticare...

Si ricorda che, per il corretto svolgimento delle attività sopra descritte, è necessario:

- abbigliamento comodo, a strati;
- giacca antivento;
- pantaloni lunghi;
- scarpe da trekking;
- bastoncini da trekking;
- zaino con spallacci larghi 45/50 litri (adatto al trasporto di acqua, viveri, attrezzatura e sacco a pelo);
- borraccia con acqua e alimenti energetici (frutta secca, cioccolato fondente, frutta fresca);
- K-way o mantella per la pioggia;
- guanti e cappello (sia per il sole che per il vento);
- crema solare;
- materassino e sacco a pelo;
- lampada frontale;
- prodotti per igiene personale (salviette, asciugamano microfibra, tutto ciò che occorre per notti in rifugi).

N. B. Il trekking proposto non è adatto a persone non allenate o con problemi all'apparato muscolo-scheletrico e cardio-respiratorio. Nel caso in cui le condizioni fisiche dei partecipanti o l'abbigliamento non fossero consoni, le guide si riservano la possibilità di annullare l'attività o escludere dalla stessa coloro i quali non siano in grado di affrontare il programma descritto.

Il programma potrebbe subire variazioni in caso di avverse condizioni meteo.