



LA MUVRÀ
PUGLIA
SEZIONE DI BARI
VIA GARRUBA, 22
70122 BARI
☎ 349/0983208

08 NOVEMBRE 2009

Parco del Sirente-Velino

“ Monte Velino (mt. 2487 s.l.m.) “

Organizzatori: Massimiliano Ingaldo - 349/0983208 - lamuvrapuglia@yahoo.it

Raduno e partenza: sabato 07 alle h. 15.00 presso il Supermercato GS di Largo 2 giugno.

Partenza alle h. 15.10.

Quota di adesione: € 30,00 per i soci ed € 55,00 per i non soci. Comprensiva di pernottamento e cena.

Percorso di avvicinamento:

Autostrada A14 - dir. Pescara, seguendo A25/E80 per Roma. Uscita Magliano dei Marsi. Seguire dall'abitato di Magliano per Rosciolo dei Marsi. Circa 425 km. Pedaggio, sola andata, € 24,50.

Tempo di avvicinamento: h. 3.50 ca.

Grado difficoltà: E+ (Escursione molto panoramica. Non difficile tecnicamente, ma impegnativa per il dislivello)

Tempo complessivo di percorrenza: h. 7 circa

Dislivello complessivo: m. 1.460 ca.

Descrizione itinerario escursionistico:

SENTIERO 3 - MONTE VELINO m 2487 (Via normale). Dal parcheggio di S. Maria in Valle Porclaneta m 1020, salendo per carrareccia, si raggiunge Passo Le Forche m 1221; piegare a destra e risalire il Vallone di Sevice fino all'omonimo fontanile perenne m 1975 (ore 3,00), proseguire fino alla Selletta dei Cavalli, dalla quale, piegando a sinistra, si trova a pochi metri il Rifugio Capanna di Sevice m 2119 (ore 3,20). Continuando, il sentiero giunge alla parte sommatiale delle Tre Sorelle (panorama grandioso) e, dopo aver rasentato le verticali pareti N-E della Val di Teve, ed affrontato il cono finale, si arriva alla vetta del Monte Velino m 2487 (ore 4,15).

(Possibilità di raggiungere Passo Le Forche m 1221 con mezzi fuoristrada).

Ritorno:

per il medesimo percorso dell'andata.

Lo sapevate che...:

All'interno del Parco del Sirente-Velino è presente un'area di maggiore pregio naturalistico, cuore del Parco stesso: l' Area Naturalistica Orientata Monte Velino, istituita nel 1987 con un'estensione di 3550 ettari e che si innalza dai 987 metri s.l.m. fino ai 2400 metri s.l.m. delle cime gemelle del M. Velino (2487m) e del M. Cafornia (2424m).

Le sei regole per l'escursionista:

1. Per le tue escursioni in montagna, scegli itinerari in funzione delle tue capacità fisiche e tecniche, documentandoti adeguatamente sulla zona da visitare. Se cammini in gruppo prevedi tempi di percorrenza in relazione agli escursionisti più lenti.
2. Provedi ad un abbigliamento ed equipaggiamento consono all'impegno ed alla lunghezza dell'escursione e porta nello zaino l'occorrente per eventuali situazioni di emergenza, assieme ad una minima dotazione di pronto soccorso.
3. Di preferenza non intraprendere da solo un'escursione in montagna e in ogni caso lascia detto a qualcuno l'itinerario che prevedi di percorrere, riavvisando del tuo ritorno.
4. Informati sulle previsioni meteo e osserva costantemente lo sviluppo del tempo.
5. Nel dubbio torna indietro. A volte è meglio rinunciare che arrischiare l'insidia del maltempo o voler superare difficoltà di grado superiore alle proprie forze, capacità, attrezzature. Studia preventivamente itinerari alternativi di rientro.
6. Riporta a valle i tuoi rifiuti. Rispetta la flora e la fauna. Evita di uscire inutilmente dal sentiero e di fare scorciatoie. Rispetta le culture e le tradizioni locali ricordandoti che sei ospite delle genti di montagna.

INFORMAZIONI GENERALI

N.B.: I non soci dovranno necessariamente contattare i capi-gita per le informazioni e le eventuali adesioni all'escursione e versare la quota di partecipazione prevista nel programma.

Attrezzatura di base obbligatoria: zaino, scarponi impermeabili, borraccia, giacca a vento, mantella per la pioggia, cappello, crema solare, maglione in pile e ricambio completo.

Il viaggio avviene con i mezzi propri. Il programma può subire variazioni in funzione delle condizioni meteorologiche. I capi-gita si riservano di accettare o meno le adesioni all'escursione.

Per iscrizioni ed eventuali ulteriori informazioni, oltre a contattare direttamente i capi-gita, rivolgersi direttamente nella sede della Sezione di Bari c/o l'Associazione Cult. Ardita-Mente, in Via Garruba n. 22 (vicinanze Facoltà di Giurisprudenza/Lingue) ovvero su Facebook!