



CLUB ALPINO ITALIANO  
Sezione di Foggia

**SCHEDA TECNICA ESCURSIONE**  
**MONTE CAMICIA E TREMOGGIA**  
PARCO NAZIONALE DEL  
GRAN SASSO E MONTI DELLA LAGA

**DOMENICA 29/30 GIUGNO 2024**



**Quota massima:** 2564 metri (Cima di Monte Camicia)

**Dislivello:** 1000 mt circa

**Durata A/R:** 7 ore circa (escluso soste)

**Difficoltà:** EE-Escursionistico Esperti

**Lunghezza:** circa 9 km

**Iscrizioni:** venerdì 28 giugno 2024, dalle ore 20:00 alle 21:00 sede CAI Foggia.

**Appuntamento:** inizio escursione ore 8:30 a Fonte Vetica

**Tempi di percorrenza stradale:** circa 4 ore partendo da Foggia fino a Fonte Vetica, attacco del sentiero escursionistico.

**Possibilità di pernottamento in tenda in autonomia, il giorno sabato 29 giugno presso,** Rifugio Racollo Campo Imperatore, costo € 10 per persona a notte. Disponibilità di servizi bagno (No docce). Prenotazione obbligatoria.

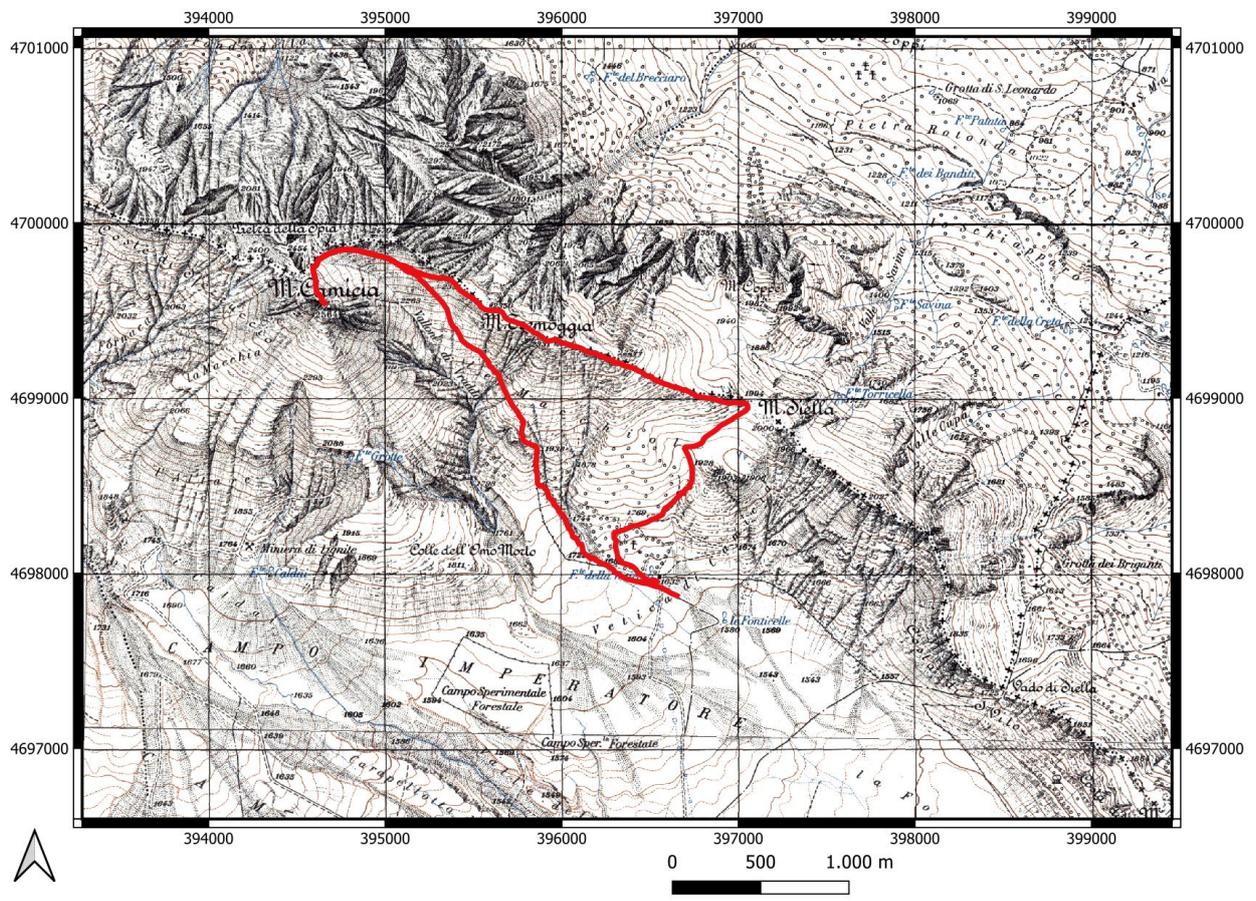
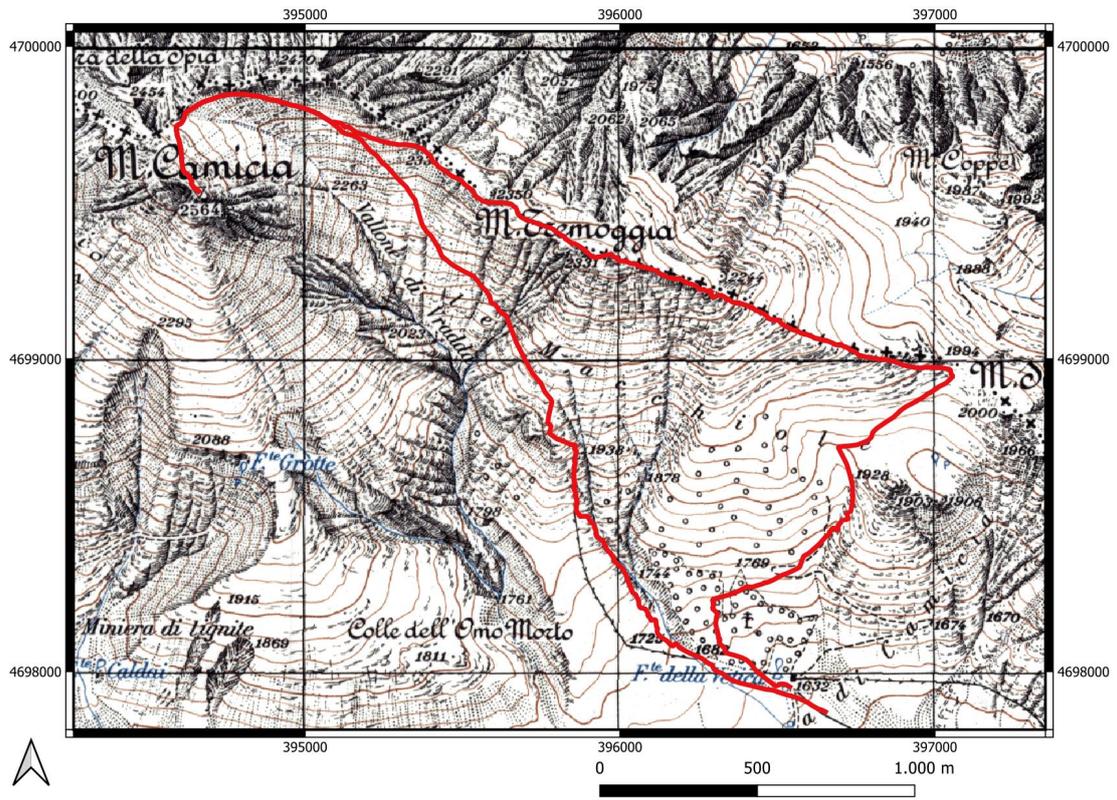
**Responsabili Escursione :** ASE Bonfitto Tommaso 347.3831575 e ASE Gaetano Ferrara 339.8804556.

**Descrizione del Territorio:**

Il panorama dal Monte Camicia è splendido da tutti i lati a est si vede l'Adriatico, ad ovest le spettacolari vette del Prena e di Corno Grande, a sud lo sguardo precipita sullo spettacolare Campo Imperatore per poi allontanarsi verso il gruppo del Velino-Sirente (sud est) e della Maiella (sud ovest). La varietà e la conformazione del terreno, arido e roccioso, con le spettacolari pareti che precipitano sul Teramano e la splendida guglia del Dente del



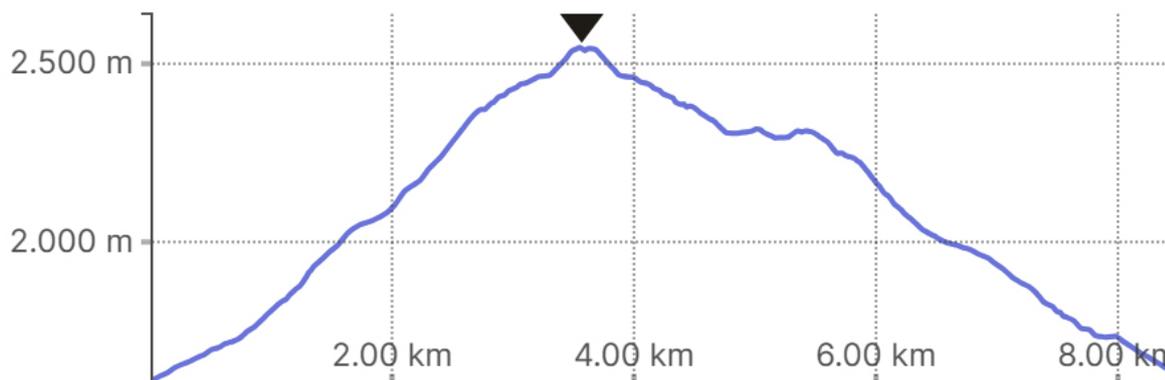
Lupo. Oltre alle splendide fioriture, tra le quali va annoverata quella di stelle alpine, la zona è molto frequentata dai camosci il cui avvistamento è sempre molto probabile ed è uno dei luoghi dove è più facile imbattersi nella splendida Vipera ursinii (nel caso ci si dovesse imbattere in qualche esemplare di questo splendido rettile, si raccomanda di non disturbarlo sia per evitare morsi, poco pericolosi, ma sgradevoli, sia e soprattutto per arrecare minor danno possibile a questo raro animale in via d'estinzione).



## Descrizione del percorso:

### AVVICINAMENTO E SALITA

Dal Rifugio Fonte Vetica (1632 m) si imbecca il sentiero 253 che attraversa la pineta in lieve salita e successivamente devia su un fosso con ripidi zigzag. Continuando a salire si superano larghe zone a roccette dove da lì ci si va a distendersi verso sinistra tenendosi alti rispetto il Vallone di Vradda. Giunto in prossimità della cresta il sentierino, inciso tra l'erba, si tiene parallelamente ad essa, volge verso sud e raggiunge la vetta del Monte Camicia (2564 m).



## Grafico altimetrico: Monte Camicia/Tremoggia

### LA DISCESA

Dalla cima del Monte Camicia si ripercorre il sentiero fin sotto la q. 2470. Si lascia il sentiero che scende a destra (il 253 percorso in salita) nel Vallone di Vradda, si devia, tenendosi alti, su quello di sinistra, N. 254 che a mezza costa raggiunge la cresta alla Sella del Tramoggia (2331 m), risale in breve il M. Tremoggia (2350 m). Si scende rapidamente la stretta cresta, che man mano si va ad allargare in prossimità della Fonte Fredda (1994m), che successivamente sul sentiero N. 252, tra roccia e prato ci riconduce al punto di partenza in prossimità del Rifugio Fonte Vetica.

**Per il giorno dell'escursione** pranzo a sacco e acqua quanto basta, si consiglia di portare almeno 2 litri non sempre è possibile rifornirsi lungo il percorso.

**Previsioni meteo:** comunicate il venerdì precedente la partenza in sede.

**Attrezzatura necessaria:** scarponcini da trekking (obbligatori), abbigliamento a strati da montagna, giacca a vento, bastoncini da trekking (consigliati).

**Per i non soci:** assicurazione obbligatoria € 13,00 in sede entro e non oltre il venerdì precedente l'escursione.

## **AVVERTENZE**

- a. I direttori di escursione si riservano di modificare in tutto o in parte l'itinerario in considerazione delle condizioni meteorologiche;
- b. gli accompagnatori per la loro responsabilità si riservano di escludere dalla propria escursione
- c. i partecipanti non adeguatamente attrezzati e allenati che potrebbero creare problemi a sé stessi e agli altri;
- d. condizioni fisiche: a ciascuno dei partecipanti viene richiesta ottima preparazione fisica e senso
- e. di responsabilità.
- f. Iscrizioni in sede CAI venerdì sera dalle ore 20:00 alle ore 21:00.