



**SEZIONE CAI FOGGIA**  
**ESCURSIONE NEL PARCO NAZIONALE DELLA MAIELLA**  
**TREKKING NOTTURNO**



**9/10 AGOSTO**

**Notturna sul monte AMARO**

Esperienza unica e affascinante, tra cielo e terra con la luna che ci illuminerà il sentiero e se saremo fortunati potremo assistere allo sciame meteorico delle stelle cadenti e ammirare l'alba che sorge dal mare Adriatico al monte Amaro con il suo paesaggio lunare.

**INFO:**

**Dislivello in salita:** 1900 mt

**Dislivello in discesa:** 1700 mt

**Sviluppo** 30 km circa

**Tempo escursione andata** 8 ore (escluse soste)

**Tempo escursione discesa** 6 ore (escluso soste)

**Difficoltà :** EE

Si richiede una buona condizione fisica e attrezzatura adeguata ad un percorso con terreno tecnico, aree boschive, canyon, depositi glaciali, che percorsi in ambiente notturno richiedono una maggiore attenzione.

## DESCRIZIONE:

Saliremo dal versante Orientale di questo massiccio ellissoide, ed il secondo più alto dell'Appennino centrale.

## PUNTO DI PARTENZA

L'escursione partirà alle **17,30** dalla stazione di arrivo della funivia che porta alle **Grotte del Cavallone** che utilizzeremo per raggiungere l'attacco del sentiero a circa **1480 mt di altitudine**.

L'avvicinamento al punto di partenza avverrà lasciando le autovetture sulla strada che porta alla partenza della cabinovia a quota 760 mt in Pian di Valle, (in realtà una cestovia) per raggiungere una quota di 1388.

Qui prenderemo il sentiero n° 10B VAR per poi innestarci sul 10B/10C con le luci del giorno e poi giungere a notte inoltrata sul Monte Amaro. Durante il percorso notturno seguiremo il sentiero, sempre in salita, che ci porterà in direzione **dell'Altare dello Stincone (2413 mt)** percorrendo un sentiero di cresta che dopo essersi congiunto con le vie di salita provenienti da Fondo Maiella, punta in direzione **grotta Canosa** e raggiunge prima l'inconfondibile **Bivacco Pelino** e dopo pochi metri la cima del **Monte Amaro**.

L'andata richiede circa 7/8 ore di cammino e, pertanto, per chi vuole, sarà possibile riposare qualche ora prima dello spuntare dell'alba presso il bivacco (non gestito) dove ci sono dei tavolacci per allungarsi sperando non siano già occupati da altri escursionisti (circostanza probabile): **non si assicura, pertanto, la presenza di posti liberi** all'interno del bivacco.

Dopo aver ammirato l'alba e aver fatto colazione, torneremo per un tratto sui nostri passi per poi deviare verso **Cima di Grotta Canosa** (2580 mt) e, percorrendo il sentiero n° 9 di cresta andremo in direzione di Colle Incotto per scendere rapidamente verso **le Grotte del Cavallone** e quindi giungere alla stazione di arrivo della seggiovia dove termineremo l'escursione. Da qui sarà possibile, in base all'orario di arrivo e alle esigenze del singolo, decidere se visitare in autonomia **le Grotte del Cavallone**, oppure scendere direttamente al parcheggio dove avremo lasciato le autovetture il giorno precedente.

Come per la salita potremo utilizzare la seggiovia anche per la discesa: gli orari di apertura sono on line e l'orario di inizio e di fine dell'escursione sono stati stabiliti anche in funzione di questi orari.

L'escursione prevede un dislivello minimo complessivo in salita di circa **1900 mt** e in **discesa di 1800 mt** se si utilizza la seggiovia sia all'andata e sia al ritorno: **diversamente andranno aggiunti quasi settecento metri di dislivello nell'una e nell'altra direzione**. È richiesta ai partecipanti oltre ad una buona resistenza fisica in considerazione dei dislivelli (tenendo comunque presente che quello in salita sarà percorso in buona parte di notte, una altrettanto buona capacità di adattamento perché ove il bivacco (comunque spartano) fosse occupato, sarà necessario attendere l'alba all'aperto a temperature rigide

Al dislivello minimo occorre aggiungere quello occorrente per raggiungere le cime che si incontrano sul percorso o che sono in prossimità del sentiero: saranno gli accompagnatori a decidere se raggiungerle o meno in base alle condizioni del gruppo.

### - **Abbigliamento consigliato:**

a strati per l'escursionismo in alta montagna, con particolare attenzione alle ore notturne (cappello invernale o passamontagna, guanti, piumino, maglietta termica e calzini di ricambio in sostituzione di quelli bagnati in caso di pioggia); sacco a pelo limit 0°C; lampada frontale con batterie di ricambio. Considerati i dislivelli e le distanze da percorrere si consiglia vivamente l'utilizzo dei bastoncini da trekking.

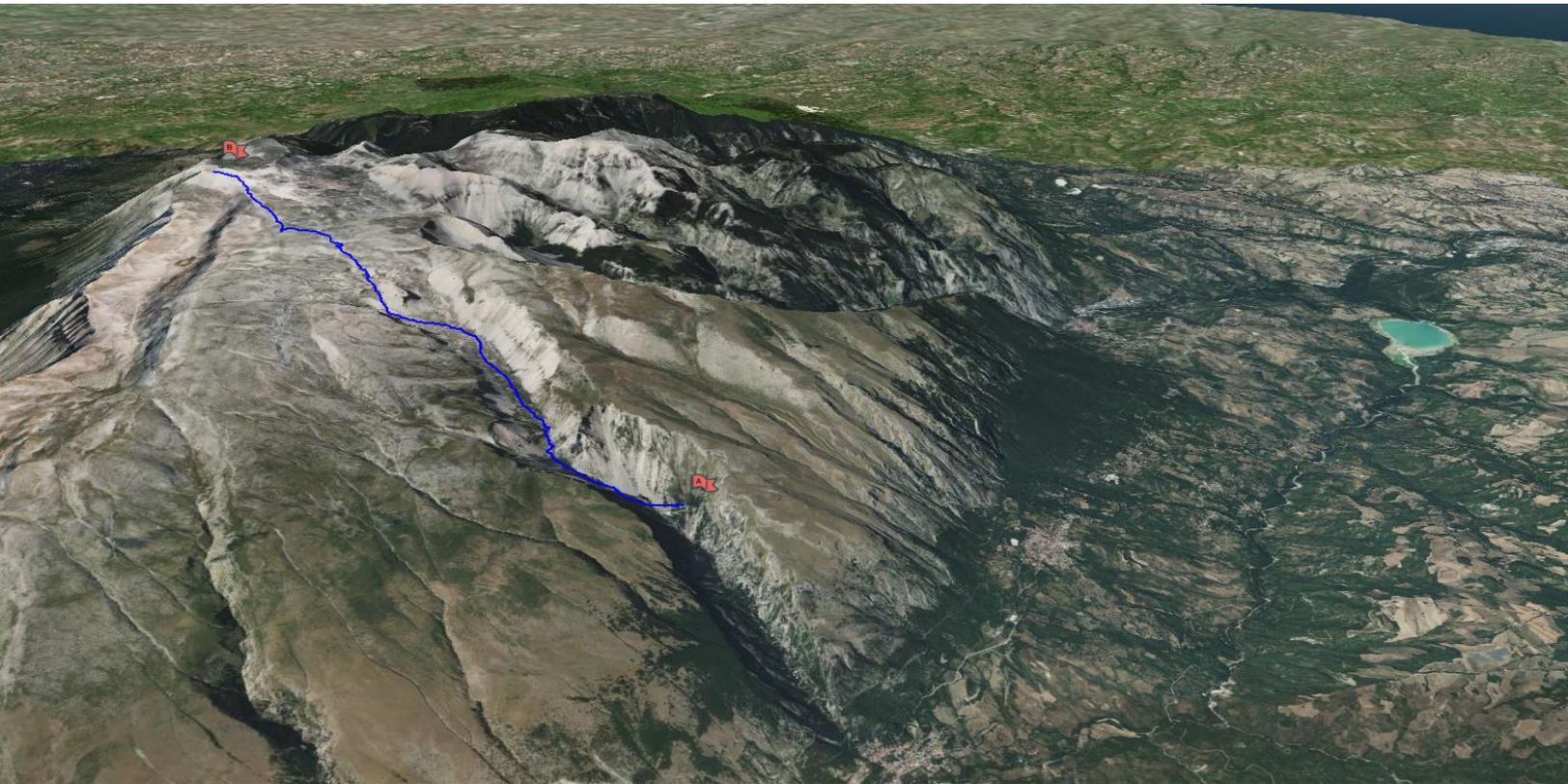
**Alimentazione:** due pasti principali (un pranzo e una cena) e una colazione; spuntini energetici, integratori salini (vivamente consigliati) e **almeno 4 litri di acqua**.

ISCRIZIONI :

**In sede entro e non oltre le ore 20:00 di martedì 02/08/2025**, ovvero contattando, entro le ore 20,00 dello stesso giorno, gli accompagnatori sui rispettivi recapiti telefonici.

Il punto di partenza dell'escursione si raggiungerà in autonomia con le modalità che saranno successivamente comunicate dagli accompagnatori sul **gruppo whatsapp** che sarà creato per questa escursione con i soci che avranno manifestato la loro adesione entro e non oltre la data innanzi indicata.

***Accompagnatori: Tonio Mansueto 360 831622 , Enzo di Cicco: 333 3108280***



ANDATA

RITORNO

