

## Parco Nazionale d'Abruzzo

### Trekking "Uomini e lupi"

Sei lupo o cristiano? questa era la domanda che veniva fatta d'inverno quando si sentivano dei rumori al di fuori dell'uscio di casa, quando fino al 1920-30 i lupi si avvicinavano ai paesini in cerca di qualcosa da mangiare.

In questo trekking conosceremo il Parco Nazionale d'Abruzzo attraverso uno dei suoi più importanti protagonisti, il Lupo appenninico, etologia, storia, aneddoti, problematiche e approfondimenti sul rapporto storico tra uomo ed animale selvatico.

Il Parco Nazionale d'Abruzzo un luogo dove è ancora possibile trovare un rapporto intimo ed ancestrale con la natura, un luogo in cui si trovano le foreste più antiche d'Europa, dove la convivenza tra l'uomo e l'animale selvatico è ancora possibile. Dove i ritmi rallentano ed i sapori ci spiegano meglio delle parole genti, tradizioni e consuetudini.



#### Primo giorno

Arrivo a Villetta Barrea nel pomeriggio incontro con la guida sistemazione in albergo presentazione del trekking e proiezione del film Uomini e lupi. Cena e pernottamento a Villetta Barrea

#### Secondo giorno

Escursione a Civitella Alfedena visita all'area faunistica del Lupo Appenninico osservazione e cenni di etologia del predatore, partenza per l'escursione alla Riserva Integrale della Camosciara, primo nucleo del Parco dal 1922, visita alle Cascate delle Ninfe e delle Tre Cannelle. Pranzo al sacco. Nel pomeriggio attraversando il Bosco di Deontra, arrivo a Villetta Barrea e visita del Museo della transumanza. Cena e pernottamento a Villetta Barrea

*Tappa 1: distanza 16 km - Durata 5h - Dislivello in salita 200m / in discesa 200m. Difficoltà Medio-Facile*

#### Terzo giorno

Escursione in Val di Rose tipico habitat di vita del Camoscio d'Abruzzo e del Cervo nobile. Si arriva al Passo Cavuto, punto panoramico su gran parte del Parco, si guadagna il Rifugio di Forca Resuni e di lì si ridiscende nella lunga ma bellissima Valle Jananghera, habitat del Cervo, fino a ritornare al punto di partenza ad Civitella Alfedena. Cena e pernottamento a Villetta Barrea.



# NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

professionisti per natura

*Tappa 2: distanza 16 km - Durata 5h - Dislivello in salita 900m / in discesa 900m. Difficoltà Medio-Impegnativo*

## **Quarto giorno**

Escursione al Lago Vivo in un altro tipico habitat del Cervo. Si risale il Vallone dell'Inferno fino ad arrivare alla caratteristica conca carsica del Lago Vivo (1561m), luogo di abbeveramento di animali selvatici, sosta per osservazione eventuale fauna e passando dalla Fonte degli Uccelli si costeggia il Monte Serrone con attraversamento delle "librerie", caratteristiche formazioni calcaree di li si procede nella faggeta e ci si avvia sulla strada del ritorno. Cena e pernottamento a Villetta Barrea.

*Tappa 3: distanza 16 km - Durata 5/5h - Dislivello in salita 500m / in discesa 500m. Difficoltà Medio-Impegnativo*

## **Quinto giorno**

Breve transfer in bus di linea fino ad Opi ed Escursione in Valle Fredda, passando per i pascoli d'altura della Macchiarvana, si attraversano le caratteristiche doline carsiche di Camporotondo e di li si ridiscende a Pescasseroli passando dalla splendida faggeta secolare dei Boschi della Difesa. Cena e pernottamento a Pescasseroli.

*Tappa 4: distanza 15 km - Durata 5h - Dislivello in salita 500m / in discesa 500m. Difficoltà Medio-Facile*

## **Sesto giorno**

Da Pescasseroli, dopo un breve avvicinamento in auto fino al passo del Diavolo, partenza per l'escursione al selvaggio Vallone di Lampazzo - habitat dell'Orso bruno marsicano - si devia per arrivare sull'Altopiano della Cicerana, estesissima zona di pascolo per animali selvatici e domestici e sistemazione nell'Ecorifugio della Cicerana. Dopo un ristoro, partenza per l'appostamento all'orso dove rimarremo fino all'imbrunire. Rientro al Rifugio cena e pernottamento.

*Tappa 5: distanza 16 km - Durata 5h - Dislivello in salita 300m / in discesa 0m. Difficoltà Medio-Facile*

## **Settimo giorno**

Colazione e partenza dal rifugio: guadagniamo dapprima lo "stazzo" del Lampazzo, vecchio insediamento dei pastori e scenario dell'eterna lotta tra uomo e animale selvatico lupo in primis. Da qui si prosegue fino ad arrivare a Fonte Puzza, sorgente carsica e luogo di abbeveramento di animali selvatici. Dopo una panoramica sosta di fronte al Massiccio del Monte Marcolano, ritorniamo sui nostri passi per un breve tratto e iniziamo una lunga discesa nella splendida faggeta del Vallone di Cavuto fino a tornare a Pescasseroli. Rientro in albergo cena e pernottamento.

*Tappa 6: distanza 15 km - Durata 5h - Dislivello in salita 300m / in discesa 600m. Difficoltà Medio-Facile*

## **Ottavo giorno**

Colazione e partenza



Via Montebello 118, 57126 Livorno - Tel. 050 866418

Dal 1985

[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

# NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*



## Scheda tecnica

<b>Durata:</b>	8 giorni / 7 notti
<b>Partenza:</b>	18 ottobre 2025
<b>Partecipanti:</b>	minimo 6 / massimo 12
<b>Quota partecipazione:</b>	Euro 850,00
<b>Supplemento singola:</b>	Euro 150,00 (se disponibile)
<b>Sistemazione:</b>	Albergo, Rifugio o Agriturismo

**La quota comprende:** 7 pernottamenti in albergo e rifugio in camere da 2 posti con servizi privati (ad eccezione della notte in rifugio); N. 7 cene; servizio Accompagnatore di Media Montagna Collegio Guide Alpine Abruzzo per tutta la durata del soggiorno; transfer bagagli; ingressi e visite guidate ai musei previsti da programma; Assicurazione medico-bagaglio.

**La quota non comprende:** i pranzi; trasporti per / da Pescasseroli; gli alcolici, le mance, gli extra e tutto quanto non incluso nella voce la quota comprende.

## Ritrovo

Appuntamento a Villetta Barrea, con modalità da definirsi con la guida che vi contatterà prima del trekking

## Equipaggiamento consigliato

Scarponi da trekking, giacca a vento (possibilmente in goretex) impermeabile con cappuccio e antivento, zaino, borraccia, torcia, ghette, cappello e guanti di lana o pile, occhiali da sole, pantaloni lunghi e "pile", crema protezione solare, macchina fotografica, binocolo.

N.B. la durata del percorso e la lunghezza potranno avere delle piccole variazioni in riferimento a particolari richieste o necessità del gruppo.



Dal 1985

Via Montebello 118, 57126 Livorno - Tel. 050 866418

[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)