Club Alpino Italiano
Sezioni di Ascoli Piceno e San Benedetto del Tronto

www.caiascoli.it
www.caisanbenedettodeltronto.it

www.facebook.com/CommissioneEscursionismoAscoliPiceno
https://www.facebook.com/caisanbenedettodeltronto/

Escursione invernale con le ciaspole… neve permettendo!
Monte di Mezzo da Campotosto

Escursione intersezionale: Ascoli Piceno e San Benedetto del Tronto

DATA ESCURSIONE	**Domenica 5 marzo 2017**
ORA PARTENZA e RITROVO	07,30 da Ascoli Piceno: Via Recanati (di fronte al mercato coperto) Ore 07,00 da SBT: parcheggio area "Tonic" (lato est della rotatoria all'ingresso sud di SBT)
MEZZO di TRASPORTO	Auto proprie
DISLIVELLO	800 m. circa
LUNGHEZZA A/R	11 km circa
DIFFICOLTA' TECNICA	EAI (Escursione in Ambiente Innevato)
DURATA	5 h. circa (soste escluse)
ACCOMPAGNATORI	**CAI Ascoli Piceno:** Dino Recchi - Mario Lupini **CAI San Benedetto del Tronto:** Luciano Egidi - Roberto Ficcadenti
EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO	Sono indispensabili scarponi da escursionismo invernale/trekking, ciaspole, bastoncini, ghette. Nello zaino è bene riporre una giacca a vento, una mantellina/pantalone impermeabili, guanti, cappello, occhiali da sole, crema protettiva, acqua/bevanda calda, viveri e macchina fotografica. Portare con sé un

	ricambio completo da lasciare in auto.

Per questa escursione si richiede un buon allenamento fisico. Attenersi sempre alle indicazioni fornite dagli accompagnatori, evitando di uscire dal tragitto prestabilito. In caso di necessità gli accompagnatori si riservano la facoltà di cambiare il percorso.

A fine escursione sosta facoltativa presso un ristorante della zona per terminare la giornata pasteggiando in allegria: menù a prezzo fisso 15,00 euro (pagamento anticipato in fase di iscrizione).

L'iscrizione si può effettuare presso le sedi CAI di Ascoli Piceno (Via Serafino Cellini, 10 - mercoledì o venerdì dalle ore 19,00 alle 20,00 - tel. 0736.45158) e San Benedetto del Tronto (Via Firenze 3 - Grottammare, nei giorni e negli orari di apertura).

Si ricorda che i NON SOCI devono recarsi presso le rispettive sezioni per pagare le quote relative alla partecipazione all'escursione e alla copertura assicurativa.

- **Il costo dell'iscrizione è di 4 euro per i soci CAI e di 9 euro per i non soci (San Benedetto) - 3 euro per i soci CAI e 11 euro per i non soci (Ascoli Piceno).**

Il trasferimento al luogo dell'escursione sarà a carico e responsabilità degli iscritti e le spese saranno, come consuetudine, divise tra i trasportati.

Descrizione e traccia del percorso

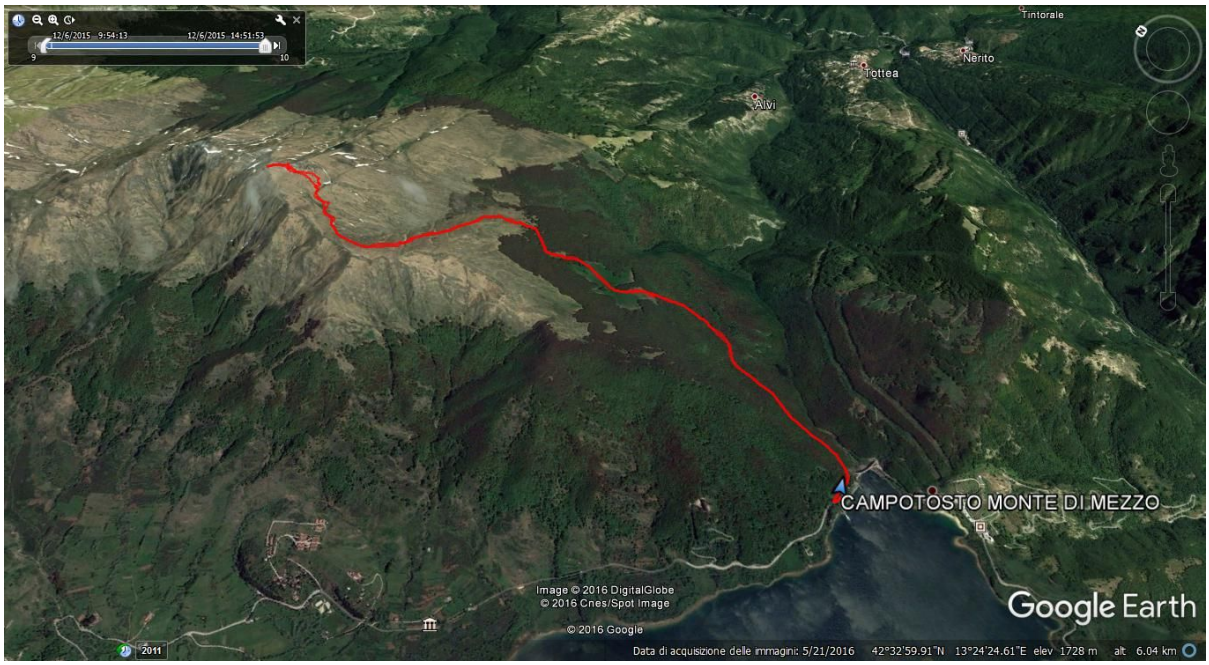
Il **Monte di Mezzo** è una delle cime più frequentate del gruppo dei **Monti della Laga**.

La catena dei **Monti della Laga** è il rilievo arenaceo più alto dell'Appennino e il quinto gruppo montuoso per altezza dell'Appennino continentale dopo Gran Sasso, Maiella, Velino-Sirente e Monti Sibillini. Il territorio rientra all'interno del **Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga**.

La catena corre lungo il confine tra l'Abruzzo, le Marche e il Lazio a cavallo tra le province dell'Aquila, Teramo, Ascoli Piceno e Rieti, per la lunghezza complessiva di circa 24 km.
È divisa a nord dai monti Sibillini mediante la valle del Tronto percorsa dalla via Salaria, e a sud dalla catena del Gran Sasso dalla suggestiva stretta valle del fiume Vomano che culmina a monte con il Passo delle Capannelle e con il Lago di Campotosto; oggi attraversata dalla Statale 80, un tempo era percorsa da un ramo dell'antica **Via Cecilia** di cui si sono trovate testimonianze.

La salita al **Monte di Mezzo** offre una serie di magnifici scorci sul **Lago di Campotosto** e il colpo d'occhio più bello è quello che si gode dal magnifico balcone della cima.

L'itinerario ha inizio poco dopo la diga del **Rio Fucino**, da dove si imbocca un largo sentiero che sale nel bosco (**1320 m**) e che costeggia in alto il Rio Fucino. Proseguendo poi per ripidi tornanti, il sentiero finisce per sbucare in un'ampia radura (**il Coppo, 1604 m**).

Dal Coppo si continua a salire, a sinistra nel bosco, fino a intercettare la cresta sud (il panorama sul Gran Sasso si fa sempre più ampio man mano che si sale) e ben presto si raggiunge la vetta del **Monte di Mezzo** (**2155 m**), da dove è possibile godere di un panorama mozzafiato!

La discesa è per lo stesso percorso dell'andata.