



**Club Alpino Italiano**  
**Sezione di Ascoli Piceno**  
**Via Serafino Cellini**



[www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it) -

---

**Ciclo "Quattro uscite quattro cime"**  
**Anello del Monte Meta**  
**- Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise-**

**DATA ESCURSIONE:** 21 Settembre 2008 con partenza sabato 20 Settembre  
ore 16.00

**ORA PARTENZA:** ore 16.00 del 20 settembre 2008 con auto propria

**RITROVO:** Via Recanati (di fronte mercato coperto piazza  
Immacolata)

**IMPEGNO** LUNGHEZZA COMPLESSIVA 17 km. circa  
**FISICO:** DISLIVELLO COMPLESSIVO 1300 m.circa

**DIFFICOLTA'**  
**TECNICA:** EE ( percorso in cresta talora disagiata)

**DURATA:** 7-8 h circa (soste escluse)

**ACCOMPAGNATORI:** Carpani Valeria & D'Uva Enrico

**Premessa**

Si tratta della seconda delle quattro escursioni che toccheranno le vette di diversi gruppi montuosi. Questa è la volta del Monte Meta, nel Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio, Molise. L'escursione del 21 Settembre sarà effettuata in uno degli scenari naturali più suggestivi del Parco: il gruppo della Meta che comprende oltre l'omonima cima (2242 m.), il Monte Tartaro, il Monte Metuccia, il Monte a Mare e il Monte Mare. Il percorso si snoderà principalmente tra ricche e suggestive faggete, pianori carsici di origine glaciale e boschi dove vivono orsi bruni marsicani e lupi appenninici.

Sulle creste, in prossimità della Meta, sarà facile avvistare cervi e camosci d'abruzzo che qui vivono in stabili branchi di circa 70-80 esemplari. L'escursione vera e propria sarà effettuata la domenica con partenza alle ore 08.00 dal piazzale antistante il Rifugio Campitelli.

**Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito [www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it)**

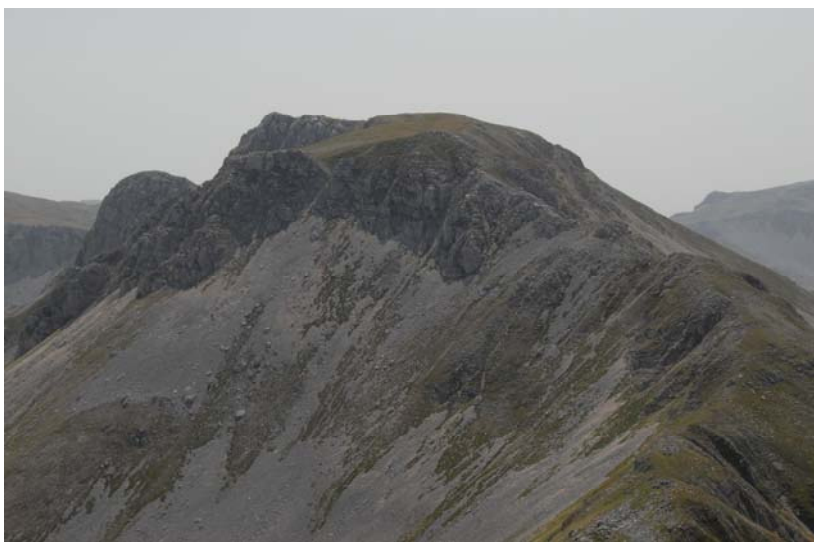


**Club Alpino Italiano**  
**Sezione di Ascoli Piceno**  
**Via Serafino Cellini**



[www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it) -

---



## **LA META DAL MONTE TARTARO**

- **Descrizione itinerario stradale per coloro che intendessero partecipare alla sola escursione del 21-09-08**

Dall'autostrada A14 si prende l'innesto della A25 verso Roma, procedendo sino all'uscita di Pratola Peligna. Da qui si seguono le indicazioni per Roccaraso e quindi per Castel di Sangro. Proseguire sul rettilineo in direzione Napoli e all'altezza di Ponte Zittola seguire le indicazioni per Alfedena. Attraversato l'intero paese, svoltare sulla sinistra seguendo l'indicazione "Campitelli" (Attenzione alla strada, che pur asfaltata presenta grosse e numerose buche!). **n.b. il viaggio è di 200 km circa.**

Superare sulla destra il bivio per il Lago della Montagna Spaccata e proseguire ancora per circa 5 Km giungendo al parcheggio antistante il Rif. Campitelli.(ore 7.30)



**Club Alpino Italiano**  
**Sezione di Ascoli Piceno**  
**Via Serafino Cellini**



[www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it) -

---

## **VEDUTA NOTTURNA DEL LAGO DI BARREA**



- **Descrizione itinerario stradale per coloro che intendessero aderire all'intero programma sociale (con pernotta a Barrea)**

Dall'autostrada A14, all'altezza di Pescara, si prende l'innesto della A25 verso Roma, procedendo sino all'uscita di Pratola Peligna. Da qui si seguono le indicazioni per Roccaraso e quindi per Castel di Sangro. Proseguire sul rettilineo in direzione Napoli e all'altezza di Ponte Zittola seguire le indicazioni per Alfedena. Dopo 10 Km si giunge a Barrea. Se avrete tempo e voglia è possibile effettuare una passeggiata intorno al lago e/o un'uscita in pedalò.

Pernottamento previsto all'"Ostello degli Elfi" comprensivo di colazione e cena alla Trattoria "Per i vicoli".

- **Soci CAI € 35 - Non soci € 45. Come consuetudine le spese autostradali e di viaggio andranno ripartite fra i partecipanti a seconda della composizione delle autovetture costo (0.18 €/km).**



**Club Alpino Italiano**  
**Sezione di Ascoli Piceno**  
**Via Serafino Cellini**



[www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it) -

---

## **Descrizione itinerario escursionistico**

L'escursione sarà effettuata domenica mattina con partenza alle ore 08.00 dal piazzale antistante il Rifugio Campitelli (m. 1445). Ci si incammina, in discesa, in una secolare faggeta seguendo il sentiero L2. In circa mezz'ora si giunge al Rio Torto (m. 1219) che si guada per poi incamminarsi, in salita, sul sentiero K3 che si trova immediatamente a sinistra. Si percorre così dapprima la V. Porcile e poi Valle Lunga sino a giungere ad un ampio pianoro carsico dominato a ds. dal M. Petroso (m. 2249) e dal M. Altare (m. 2174) (entrambi riserve integrali) e alla nostra sn dal M. Tartaro.

Attraversato il pianoro si intercetta il sentiero che sale sino in cresta e si prosegue sino alla vetta del M. Tartaro. Dopo ripidi saliscendi fra pietraie, sempre seguendo la cresta, si raggiunge finalmente la nostra agognata meta : il M. Meta (m. 2242).

Dalla vetta si può idealmente ripercorrere l'intero tracciato di salita! Nelle giornate limpide il panorama lascia senza fiato: dal Vesuvio al Cratere di Roccamonfina, le coste laziali di Gaeta, i Monti Aurunci, l'Abbazia di Montecassino, l'Isola di Ponza.

In direzione SE ci sono le caratteristiche bastionate rocciose del Monte la Metuccia. Una meritata sosta e poi di nuovo in marcia per tracce sulla ripida discesa che porta al famoso "Passo dei Monaci" (m. 1967) da dove si prende la Val Pagana (sentiero M1). Si perde quota e ci si incammina nel rigoglioso bosco della Val Pagana, famosa per la bellezza dei suoi paesaggi e per la ricchezza della fauna che vi abita.



**CAMOSCIO INCONTRATO  
SULLA CIMA DEL MONTE  
META**



Il tortuoso sentiero si insinua in una faggeta fino a giungere all'opera di presa recintata "le Forme", superata la quale, si seguirà una traccia sulla sn a m. 1480 circa che condurrà sino al pianoro di partenza.

### ***NOTIZIE STORICHE***

*Nel passato nei pressi di passi di notevole importanza, come quello "dei Monaci" era sovente trovare punti militari per il controllo delle mercanzie e per proteggere i viandanti e commercianti che non avevano altre vie di comunicazione per passare da una valle all'altra.*

*Il Passo dei Monaci era di fondamentale importanza per gli scambi commerciali tra Lazio ed Abruzzo. I pastori abruzzesi scendevano nelle piane laziali per la vendita di capi di bestiame, formaggi, salumi e pelli.*

