

Parco Naturale Regionale del Sirente - Velino

Itinerari naturalistici

Poichè ancora non tutti gli itinerari sono dotati di segnaletica si consiglia di percorrerli accompagnati da guide del Parco soprattutto per coloro che non conoscono a fondo il territorio. E' in ogni caso necessario munirsi di idonee carte topografiche (Cartografia del Parco, I.G.M. Istituto Geografico Militare - C.A.I.: etc.).



La Neviera

Itinerario	Difficoltà	Interesse
 Anello di Valle d'Arano (1352 m s.l.m.)	Facile	
 Piani di Pezza (1468 m s.l.m.)	E Escursionistico	 
 Cresta dal Rifugio Sebastiani a Campo Felice (2102 m. s.l.m.)	EE Per escursionisti esperti	
 Grotte di Stiffe (m. 695)		  
 Fonte Canale e la Neviera (2.000 m)	EE Per escursionisti esperti	
 I prati del Sirente (1100 m)		  
 Le Gole di Celano	Media	    
 Itinerario naturalistico di Pescara		 

Norme Comportamentali

- rispetta la natura che ti circonda
- non abbandonare mai il sentiero
- rimani sempre in gruppo e segui le indicazioni della guida
- evita di fumare per non provocare rischio di incendi
- parla piano e non schiamazzare: ascolta i suoni della natura
- lascia sempre le montagne come vorresti trovarle
- dotati di idonee carte topografiche (Cartografia del Parco, I.G.M. Istituto Geografico Militare - C.A.I. - ecc.)

Piani di Pezza (1468 m s.l.m.)



- **Tempo di percorrenza:** 3 ore 30 minuti
- **Difficoltà:** E - Escursionistico
- **Dislivello:** 634 m
- **Segnavia:** segnato segnavia giallo - rosso parziale

I Piani di Pezza, raggiungibili da **Rocca di Mezzo** e da Rovere, sono collocati sulle pendici del versante Nord del Monte Velino.

Rappresentano un grande piano carsico di notevole impatto suggestivo, con ampi spazi verdi circondati da faggete con esemplari di alberi ultra centenari.

La strada per raggiungere i Piani, da poco asfaltata, è puntellata da aree verdi di ristoro con punti picnic.

Dai Piani di Pezza partono numerosi sentieri, il più noto dei quali è quello per raggiungere il Rifugio Sebastiani a quota 2102 m.

E' un'escursione piacevole e non impegnativa, adatta anche ai bambini, con un dislivello complessivo di 634 m. e con un tempo di percorrenza di 3h.30'.

Il Rifugio, di proprietà della sezione romana del CAI, fu inaugurato nel 1922 alla presenza del Principe di Piemonte e dedicato al Tenente Vincenzo Sebastiani. Posto tra il Costone e il Colle dell'Orso è aperto in maniera continuativa da Giugno a Settembre: durante gli altri mesi, rimane aperto su prenotazione nei fine settimana e nelle festività particolari.

Anello di Valle d'Arano (1352 m s.l.m.)



- **Tempo di percorrenza:** 3 ore
- **Difficoltà:** Facile
- **Dislivello:** 110 m
- **Segnavia:** segnato cartelli indicatori
- **Periodo consigliato:** da gennaio a dicembre

In prossimità di **Ovindoli** troviamo Valle d'Arano, una valle pensile, anticamente bacino lacustre, originata dal torrente La Foce che ha originato le Gole di Celano-Aielli, canyon naturale tra i più suggestivi dell'Italia centrale con pareti ripide ed alte anche decine di metri.

Nella valle si sviluppa un anello percorribile in tutte le stagioni dell'anno: molte le persone che lo attraversano a **piedi, a cavallo, in mountain bike**, con **ciaspole e sci da fondo**. Il tempo complessivo di percorrenza è di circa tre ore.

La valle si presta anche per trascorrere piacevoli momenti d'ozio immersi nel verde e nel silenzio della natura.

Grotte di Stiffe (m. 695)



- **Lunghezza:** 0,7 km
- **Dislivello:** 100 m
- **Quota massima:** 695 m

Risorsa naturale tra le più spettacolari del Parco Regionale Sirente-Velino e dell'intera provincia aquilana, le Grotte di Stiffe si trovano a 21 km dal capoluogo aquilano, sull'arteria 261 denominata "Subequana", che da San Demetrio né Vestini conduce a **Fontecchio**.

Esempio notevole di carsismo sotterraneo, le Grotte di Stiffe presentano una caratteristica particolare, che ne fa un unicum in Italia: si possono definire, infatti, tecnicamente una "risorgenza attiva", attraversate cioè da un fiume sotterraneo che accompagna il visitatore lungo i 700 metri di lunghezza della grotta e i 695 di altezza, e che fuoriesce dalla cavità. Nel caso di Stiffe, è l'Altopiano delle Rocche a fornire le acque, che raccolte in una rete di canali, finiscono poi con l'inabissarsi negli inghiottitoi di Rocca di Cambio-Terranera, di cui il principale è Pozzo Caldaio, situato ad oltre 2600 metri dall'imboccatura della cavità. Il torrente sotterraneo forma poi, all'interno della cavità, rapide e cascate spettacolari, cui si aggiungono le imponenti concrezioni, stalattiti e stalagmiti, che adornano il tragitto per arrivare alla "sala della cascata", la "sala delle concrezioni" e quella del "lago nero". Divenuto nel 1991 vero complesso turistico, esso comprende, oltre alle Grotte, anche un museo di speleologia, insieme a centri funzionali per le visite come punti di ristoro, aree picnic e camper, punti vendita per souvenir e giochi per bambini.

I prati del Sirente (1100 m)



A nord della dorsale appenninica del Monte Sirente (2348 m slm), si estende a 1100 m di quota un piccolo altipiano.

E' l'ampia distesa dei Prati del Sirente, una conca carsica di 3 Km situata al di sotto di ampie faggete che fanno da base alla montagna e che prospetta alla media Valle dell'Aterno e alla Valle Subequana.

Dalla parete nord-est al fondovalle dell'Aterno, si susseguono, infatti, tre grandi ripiani: Piano di Canale (1350m); duecento metri più a valle, la conca dei Prati del Sirente, con il tipico laghetto carsico; più in basso, le Piane di Iano, ai cui margini sorgono le Pagliare. Siamo nell'area morfologica del sistema degli altipiani: piccole pianure delimitate da rilievi montuosi e collegate tra loro da piccole incisioni vallive, caratterizzate dalla presenza di antichi laghetti nelle cui acque si specchiavano le vette del Monte Sirente e del Monte Velino.

Un ambiente di alta quota dove la pastorizia e il bosco sono stati a lungo le uniche attività per chi vi abitava e dove, ancora oggi, il bestiame pascola indisturbato nell'ampia distesa, abbeverandosi al laghetto nei mesi estivi e spostandosi nel "Fontanile" (1136 m) nei periodi di siccità.

Incastonato nell'altipiano carsico, si trova poi un laghetto di forma leggermente ellittica, localizzabile quasi all'estremo nord-ovest della piana, a circa 350 m dalla strada che collega **Secinaro a Rocca di Mezzo**.

Ritenuto da sempre prodotto della natura carsica del territorio, un'interessante ipotesi scientifica ne rivendicherebbe l'origine meteoritica.

Cresta dal Rifugio Sebastiani a Campo Felice (2102 m. s.l.m.)



- **Tempo di percorrenza:** 8 ore
- **Difficoltà:** EE - Per escursionisti esperti
- **Dislivello:** 552 m
- **Segnavia:** segnavia giallo - rosso parziale

Tra le innumerevoli escursioni che partono dall'Altopiano delle Rocche, segnaliamo anche quella che congiunge il Rifugio Sebastiani alla Piana di Campo Felice, nei pressi di **Rocca di Cambio**.

E' un'escursione interamente di cresta, molto impegnativa con scorci panoramici molto suggestivi.

Dal rifugio Sebastiani, seguendo la cresta si raggiunge la cima di Monte Rotondo da cui si scende fino ad arrivare alla base di partenza della seggiovia degli impianti di Campo Felice (1550 m.)

Il dislivello complessivo dell'escursione è di circa 500 m. ed il tempo di percorrenza è di 8 ore.

E' un itinerario che offre un panorama unico con cime oltre i 2000 metri e paesaggi naturalistici di rara bellezza.

L'ultimo tratto del percorso comprende parte delle piste della stazione sciistica di Campo Felice, che insieme a quella della Magnola rappresenta un altro aspetto delle attrattive turistiche del comprensorio del Parco Sirente Velino.

Itinerario naturalistico di Pescina



Pescina sorge a 750 metri dal livello del mare ed è sita all'imbocco della Valle del Giovenco, tra il Parco Nazionale d'Abruzzo e il Parco Sirente-Velino.

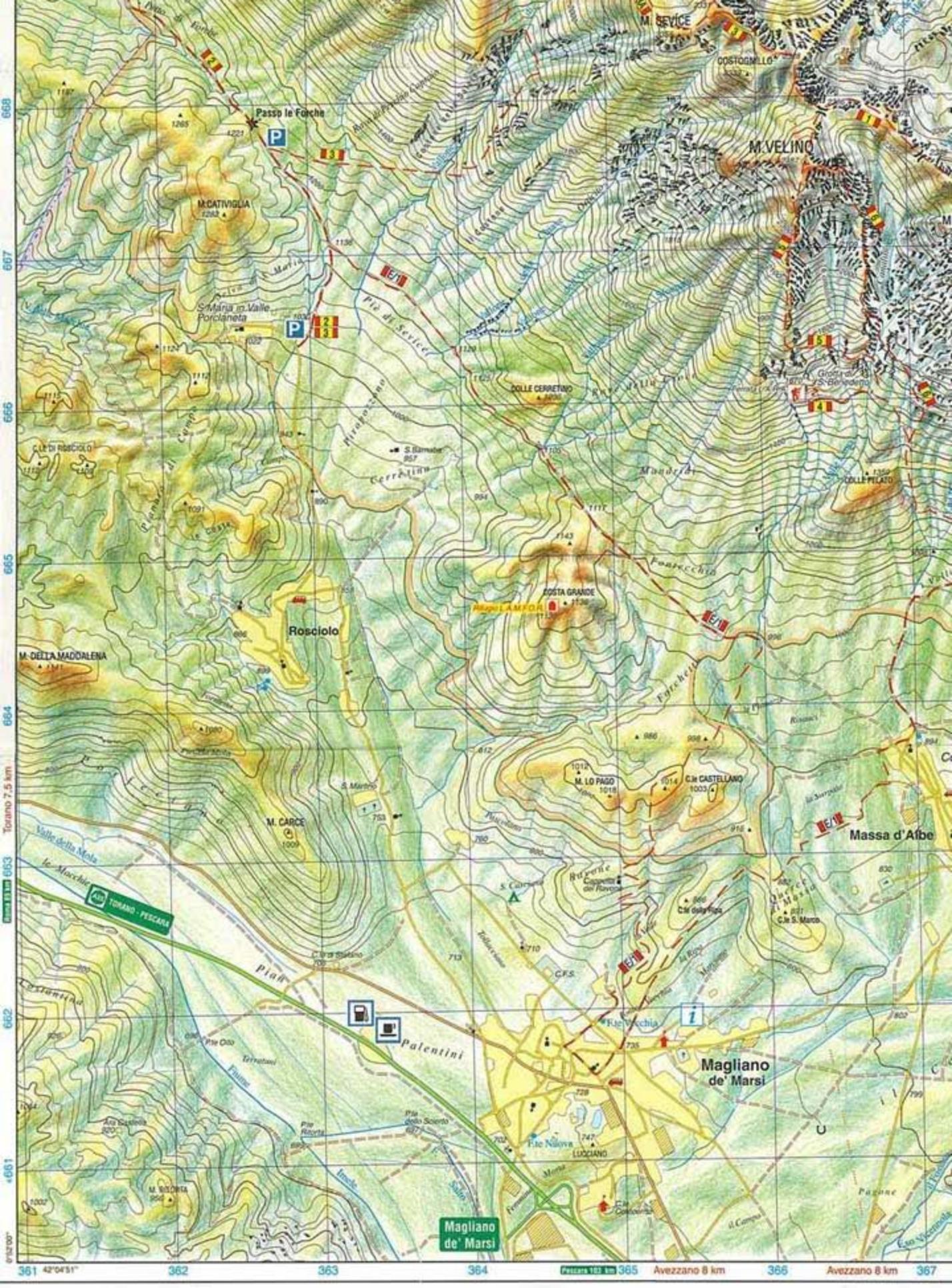
Pare che il nome derivi dal fatto che un tempo gli abitanti utilizzassero delle piscine riempite con le acque del fiume Giovenco per pescare le trote e cacciare le anatre.

Pescina è il comune principale della Valle del Giovenco di cui fanno parte anche la frazione di Venere, i comuni di Ortona dei Marsi, Bisegna e San Benedetto dei Marsi, anch'essi luoghi suggestivi per storia e scenario, facilmente raggiungibili da Pescina che vanta una posizione privilegiata all'interno della Valle.

Nel 2011 l'associazione Federtrek ha inoltre inaugurato il tratto di sentiero della Valle che verrà dedicato ad Ignazio Silone, tra Pescina e Ortona dei Marsi. Il fiume Giovenco bagna Pescina attraversandola da Nord a Sud, fino a gettarsi nei collettori della Piana del Fucino e poi sfociando nel bacino del Liri. La denominazione sembrerebbe derivare da Iuventio Sannita che fu sconfitto da Silla in una storica battaglia in riva alle acque di questo torrente che si colorò del sangue dei numerosi Sanniti caduti.

Specie autoctone del Giovenco sono il gambero d'acqua dolce (*Austropotamobius Pallipes Italicus*), l'Alborella e la Trota Fario. Per questo la cucina della trota è tipica della gastronomia locale e ad essa Pescina dedica un'importante sagra annuale. Pescina è comune del Parco Sirente Velino in posizione strategica a controllo della stretta valle che si apre nel Fucino.

Pescina è, inoltre, in zona di protezione esterna del Parco Nazionale d'Abruzzo e Molise (tra i 5 più belli d'Europa) di cui è la "prima porta" sull'A24-A25. E' a pochi km dalla capitale storica del Parco, Pescasseroli, facilmente raggiungibile passando per l'abitato della frazione di Venere o percorrendo le rive del Giovenco verso Ortona.



669
607
666
665
664
663
662
661
660

Torano 7,5 km
Pescara 103 km

361 42°04'51" 362 363 364 365 366 367
Pescara 103 km Avezzano 8 km Avezzano 8 km