



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Spoleto "Enzo Cori"

TREKKING "LA VIA DEI LUPI" - 2° anno

dal 1 al 4 maggio 2025



L'ESSENZA della VIA DEI LUPI: 5 Aree Protette, tra cui il centenario Parco d'Abruzzo, Lazio e Molise, un Appennino 'magico' per la sua biodiversità, con borghi e faggete patrimonio dell'Unesco!

Un trekking per fare il pieno di Natura, unico in Italia, impegnativo ed indelebile!

Così si legge nel sito www.viadeilupi.eu/ dedicato a questo cammino composto da 14 tappe, da Tivoli fino a Civitella Alfedena, per una lunghezza complessiva di quasi 220 chilometri e alcune varianti.

Il nostro trekking anche quest'anno percorrerà 4 tappe: partirà da **Monte Livata**, punto di arrivo dello scorso anno, e proseguirà fino alla tappa 8 var. nord nel paese di **Filetino**, attraversando pittoreschi ed antichi borghi.

1° giorno: 9,5 km - quota max 1455 m slm – dislivello +219 -697

Questa tappa, molto suggestiva, attraversa il Parco dei **Monti Simbruini**, la **Piana di Fondi** e la **Piana di Frassigno**. Ci permetterà di ammirare faggete e boschi dove si alternano querce, frassini, carpini e di camminare ascoltando i suoni della natura fino al borgo di Jenne.



2° giorno: 13,9 km - quota max 1184 m slm – dislivello +901 -709



Risaliremo il paese di Jenne e proseguiremo fino alla **Valle del torrente Simbrivio**, primo affluente del Fiume Aniene. Da qui scenderemo fino all'impluvio per poi risalire nel versante opposto con vista sul pittoresco paesino di Villapietra. Continueremo con dei saliscendi avendo come sfondo la stupenda **catena dei Càntari**, le cui vette raggiungono i 2000 m (Monte Viglio, Monte Crepacuore, Peschio delle Ciavole e delle Cornacchie) e che è anello di collegamento tra la catena dei Monti Simbruini e la **catena degli Ernici**. L'arrivo è nell'incantevole Trevi nel Lazio.

3° giorno: 24 km - quota max 1876 m slm – dislivello +1376 -1539

In questa tappa, la più lunga e impegnativa dell'intero trekking, oltrepasseremo il crinale dei **Monti Càntari** e lasceremo sia la regione Lazio per la regione Abruzzo, sia il Parco dei **Monti Simbruini** per i **Monti Ernici** entrando nella suggestiva **Riserva di Zompo lo Schioppo**. Di notevole spettacolo è la imponente cascata che le dà il nome, così come di particolare interesse è l'eremo di Santa Maria del Càuto, seppur non proprio lungo il sentiero.



4° giorno: 18,7 km - quota max 1767 m slm – dislivello +1300 - 729 Ultima tappa con partenza da Morino. Cammineremo in mezzo a boschi, radure, su creste e crinali, ammireremo bei panorami che allietano gli occhi ma affronteremo anche pendenze impegnative cimentandoci in passaggi di primo e secondo grado su roccette, a cui prestare molta attenzione, per giungere alla meta finale: Filettino, grazioso paesino dell'alta valle dell'Aniene.



ATTREZZATURA: zaino giornaliero con tutto l'occorrente per i quattro giorni del trekking, scarponi da trekking con suola scolpita (non sono ammesse scarpe e/o scarponcini bassi durante le escursioni), abbigliamento di alta montagna, medicinali ad uso corrente personale.

Importante: si sottolinea che tutto il necessario dovremo trasportarlo in spalla ogni giorno e che le tappe sono lunghe e impegnative, quindi occorre aver un buon allenamento.

QUOTA A PERSONA PER UN NUMERO DI 17 PARTECIPANTI: € 270,00 (duecentosettanta/00)

P.S. In caso di mancato raggiungimento di tale numero si potranno ricalcolare costi, percorrenze e mezzi che verranno comunque comunicati per eventuale nuova accettazione.

LA QUOTA COMPRENDE: il viaggio di andata Spoleto-Livata e ritorno Filettino-Spoleto in autobus; 3 notti - in camera doppia o matrimoniale o camerata - con colazione; cena con bevande incluse nei ristoranti dei paesi di fine tappa. **Importante:** il pranzo è libero, a cura e spesa di ciascun partecipante (si può acquistare nei vari negozi che si incontreranno o prenotando il cestino nelle strutture che ci ospiteranno).

LA QUOTA NON COMPRENDE: tutto ciò che non è elencato ne "la quota comprende", in particolare i pranzi e la cena dell'ultimo giorno, le spese personali.

ISCRIZIONI: venerdì 31 gennaio dalle 18.00 alle 20.00 presso la sede provvisoria della Sezione CAI di Spoleto in via Martiri della Resistenza n. 43.

P.S. Coloro che hanno partecipato alla scorsa edizione del trekking godranno della precedenza e dovranno comunicare la propria intenzione entro il 30/01/2024.

ANTICIPO E SALDO (possibilmente bonifico, ma anche assegno o contanti):

Al momento della prenotazione dovrà essere versato l'importo di € 150,00. Il saldo, con le modalità sopra descritte, in data da destinarsi. La causale per i bonifici sul c/c del CAI di Spoleto, acceso presso la banca Intesa Sanpaolo, è: "Trekking la via dei lupi – nome e cognome" (di uno della famiglia dei partecipanti). Iban IT43 P030 6921 8111 0000 0003 243

In caso di rinuncia è previsto il solo rimborso dei costi non sostenuti o che non cagionino danno o costo supplementare al gruppo degli altri partecipanti. Il rimborso verrà effettuato al rientro dal trekking.

CONTATTI:

Mirco Ricciarelli cell. 328 8363395

