



CLUB ALPINO ITALIANO Sezione di Spoleto "Enzo Cori"

TREKKING "LA VIA DEI LUPI" - 3° anno

dal 29 maggio al 02 giugno 2026



L'anello all'interno del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise in 5 Tappe. Con questo trekking si esplorano, con diverse giornate, ben 4 Aree Protette Regionali che tutelano il pre-Appennino e l'Appennino Laziale ed Abruzzese, giungendo ad uno dei due Parchi Nazionali istituiti per primo agli inizi degli anni '20 del passato secolo!

Il nostro trekking quest'anno percorrerà solo 4 tappe dell'anello, da **Pescasseroli** a **San Donato Val di Comino**.

1° giorno 29/05: partenza nel pomeriggio per Pescasseroli

Arrivo, visita del paese, cena libera e pernottamento.

2° giorno 30/05 Pescasseroli - Passo Godi: 20,6 km - quota max 1982 m slm – dislivello +1095 -756

Tappa assai lunga, molto bella e varia di panorami. Si inizia attraversando il Torrente del Sangro, fiume principale del Parco, e da qui comincia la salita che porterà a superare i Colli Bassi e Alti, e ad incontrare praterie montane in quota. Oscillando tra altezze medie di 1900 m slm, con una serie di saliscendi si attraversano quattro passi e si costeggiano i versanti occidentali di Serra Campitello. Il paesaggio è composto da antiche forme glaciali, i circhi, che oggi ammiriamo come pareti concave delle cime più belle: Monte Ninna, Monte Forcone e, il più alto, Monte Marsicano, con la sua lunga cresta. Si esce definitivamente dal bosco e seguendo la sterrata che lambisce ampi ed estesi pascoli del Ferroio di Scanno si osserva la bella e continua dorsale della Serra dei Balzi che si sviluppa più a sud. Si arriva allo Stazzo di Ziomas con a sinistra la sua Serra di Ziomas e verso SE l'isolato e alto Monte Godi. Proseguendo sulla comoda strada bianca, si arriverà al fine tappa al Passo Godi.



3° giorno 31/05 Passo Godi – Civitella Alfedena: 15,9 km - quota max 1884 m slm – dislivello +599 -1023

Dal Passo Godi, dopo aver oltrepassato un ruscello, si inizia a salire con gradualità, entrando poco dopo nella faggeta e poi seguendo sinuosamente i lunghi versanti occidentali della dorsale montuosa di Serra di Rocca Chiarano, fino ad arrivare allo Stazzo dell'Affogata, tra le praterie di quota.

La discesa, molto lunga, attraverserà in diagonale due ampi pendii erbosi intervallati da una breve faggeta. Seguirà un'altra discesa più sostenuta superata con una serie di zig-zag, sempre in prevalenza in ambiente aperto. Nel successivo ampio prato il sentiero si appoggia e prosegue entrando per un bel pezzo nel bosco e poi



alternando chiarie e faggete fino al passaggio sul ponte che attraversa il caratteristico Lago di Barrea ed un'ultima breve salita. L'ingresso nell'amenissimo borgo di Civitella Alfedena mostra, oltre ad un pannello informativo del Parco dedicato al nostro animale, uno splendido murales dell'artista locale su di una casetta di servizio in cemento con dei messaggi da leggere.

4° giorno 01/06 Civitella Alfedena - Settefrati: 25 km - quota max 1991 slm – dislivello +1240 -1200 circa

Tappa lunga, con tratti molto differenti, bellissima per la sua varietà di panorami e ambienti! Un lungo percorso con un'inclinazione blanda, verso la Valle Iannanghera e in prossimità della stessa sorgente. Da qui con il sentiero si risale la lunga Valle e si raggiunge uno tra i valichi più incantevoli del Parco, Forca Resuni con il Rifugio omonimo. La discesa risulta molto impegnativa nella prima parte fino alla località dei Tre Confini. Da ammirare verso ovest le cime della Serra delle Gravare e verso sud la lunga, acclive, rocciosa e con un'infilata di picchi oltre i 2000 m, dei Monti della Meta. Passando fra varie radure si



intercetta sulla sinistra uno stradello che porta alla scultura che ricorda Papa Wojtyla che leggeva, durante una visita di questi luoghi, accanto ad una cascatella. Non avendo ospitalità a fine tappa 14 si proseguirà per altri 8 km verso il borgo di Settefrati camminando a quote che spesso superano anche i 2000 m con boschi dominati da una faggeta ombrosa senza soluzione di continuità.

5° giorno 02/06 Settefrati – San donato Val di Comino: 11 km - quota max 1175 slm – dislivello +624 -1021

Tra Settefrati e San Donato Val di Comino si incontrerà un'alternanza di boschi differenti, il percorso poi sale su strada carrabile e poi scende, poco prima di arrivare ad una fonte, zigzagando in una valle, lambendo i coltivi e giungere alla fine del nostro trekking.



QUOTA A PERSONA PER UN NUMERO DI 12 PARTECIPANTI:

€ 270,00 (duecentosettanta/00)

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-Pescasseroli e ritorno San donato Val di Comino - Spoleto con auto proprie; 4 notti - in camera assegnata che può essere doppia o matrimoniale o camerata con colazione (tranne la prima a Pescasseroli); cena con bevande escluse (è compresa solo l'acqua) nei ristoranti dei paesi di fine tappa, tranne la prima a Pescasseroli che sarà a scelta/cura personale di ognuno.

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 la colazione della prima mattina a Pescasseroli (30/05), i pranzi, la cena del primo giorno (29/05) ed eventualmente dell’ultimo giorno (02/06), le spese personali.

ATTREZZATURA: zaino giornaliero con tutto l’occorrente personale 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 si trasporterà in spalla ogni giorno (ognuno il suo) e che le tappe sono lunghe e impegnative, quindi occorre avere un buon allenamento.

ISCRIZIONI: venerdì 27 febbraio dalle 18.30 alle 19.30 presso la sede provvisoria della Sezione CAI di Spoleto in via Guglielmo Marconi, **dando anche comunicazione di eventuali allergie, intolleranze, ecc.**

Coloro che hanno partecipato alle scorse edizioni del trekking godranno della precedenza nelle iscrizioni ma dovranno comunicare la propria intenzione entro il 25 febbraio 2026 al referente sotto indicato.

ANTICIPO E SALDO: al momento della prenotazione dovrà essere versato l’importo di € 180,00 (centottanta/00). Il saldo in data da destinarsi, comunque prima della partenza.

La causale, per eventuale scelta di pagamento con bonifico da effettuare 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; comunque verrà effettuato al rientro dal trekking.



(Foto e testi tratti da <https://www.viadeilupi.eu>)

CONTATTI: Mirco Ricciarelli cell. 328/83 63 395