



**MAINARDE: Cappello del Prete (m. 2013), Coste dell'Altare (m. 2075),
Cima a Mare (m. 2014) e Monte a Mare (m. 2160)
Cime over 2000 e foliage nelle splendide Mainarde**



Data Escursione: dal **22-10-2023** al **22-10-2023**

Tabella Tecnica

Proposta da :	BLUE AND GREEN-ROMA
Tipologia :	
Dislivello :	1150 m
Ore :	9 ore
Difficoltà :	EE
Lunghezza :	20 km

Descrizione ESCURSIONE ORGANIZZATA DALL'ASSOCIAZIONE "BLUE AND GREEN ROMA".

Alla conquista di due cime over 2000 poco conosciute nelle Mainarde con partenza dai Prati di Mezzo.

Da Prati di Mezzo (m 1408), si segue lungamente il sentiero del Parco N2 che, in direzione Est, lasciando a destra i versanti Nord dei monti Forcellone, Predicopeglia e Cavallo, supera la sella (m 1844) che dà accesso alla valle Venafrana e, ivi disceso, risale al Passo della Tagliola (m 1762, ore 3.00).

Dal passo, puntando a Nord e poi a Nord-Ovest senza via obbligata, si raggiungono facilmente, per l'ampia dorsale principale delle Mainarde, il Cappello del Prete (m 2013, ore 0.40), le Coste dell'Altare (m 2075, ore 0.40) e il Monte a Mare (m 2160, ore 0.40).

Pochi metri prima di quest'ultima vetta si deve affrontare, completamente fuori sentiero su ripida pietraia, la discesa a Cima a Mare (m 2014, ore 0.25) che richiede piede sicuro e assenza di vertigini (tratto EE).

Quindi, risaliti a Monte a Mare (ore 0.35), si può scendere senza via obbligata per le dolci vallette prative delle Mainarde (direzione Sud-Ovest) ai Prati di Mezzo (m 1408, ore 1.30 dal M. a Mare).

Alternativamente si può proseguire in direzione Nord-Ovest, lambendo la cima della Metuccia, fino al Passo dei Monaci (m 1967) e scendere ai Prati Mezzo per il sentiero del Parco N1 (considerare in tal caso circa 3km di sviluppo e 1 ora in più).

Difficoltà: EE

Dislivello: 1150 m.

Durata: 9-10 ore

Lunghezza: circa 20 km

Appuntamento: h 8:00 al parcheggio di Prati di Mezzo (<https://maps.app.goo.gl/3vr52jg1fi92nUGo7>) Altri appuntamenti a Roma da concordare telefonicamente.

*** Possibilità di pernottare in agriturismo per chi volesse partecipare anche all'escursione del giorno precedente nel PNALM (Serra Cappella Nord e Sud), o volesse evitare la levataccia da Roma, contattando gli accompagnatori***

Accompagnano: AEV Riccardo Porretta (377 9585959) e AEV Giorgio Giua (335 7800614)

Cosa portare:

scarponcini da trekking e abbigliamento a "cipolla" (senza dimenticare giacca a vento e felpa), berretto, guanti, crema protettiva, occhiali da sole, borraccia, pranzo al sacco, bastoncini telescopici.

Per partecipare è necessaria la tessera FederTrek in corso di validità; l'iscrizione può essere fatta il giorno stesso dell'escursione (tessera FederTrek € 15,00 - minori di anni 18 € 10,00)
Quota giornaliera € 10,00

Il viaggio si effettuerà in auto private e le spese divise tra l'equipaggio secondo le regole dell'Associazione.

Accompagnatore1: AEV Porretta Riccardo

Cell: 377 9585959

Accompagnatore2: AEV Giua Giorgio

Cell: 3357800614

Informazioni: POSSIBILITA' DI PERNOTTARE SUL POSTO CONTATTANDO GLI ACCOMPAGNATORI.

Nota: Si ricorda ai partecipanti che è obbligatoria l'esibizione della tessera FederTrek e la trascrizione del numero da parte degli accompagnatori. L'attività proposta può subire cambiamenti a discrezione degli accompagnatori per ragioni sicurezza e di opportunità per il gruppo, pertanto ogni tesserato è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori, seguendo le loro indicazioni. In caso contrario, verrà meno il rapporto di affidamento e, quindi, l'eventuale responsabilità verso chi sceglie percorsi o modalità differenti da quelle indicate.

