



Data Escursione: dal **01-10-2023** al **01-10-2023**

Tabella Tecnica

Proposta da :	NOITREK APS Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	650 m
Ore :	5 ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	14 km

Descrizione In questa escursione andremo alla scoperta del Monte Etra 1818m che si trova di fronte al più conosciuto e frequentato Monte Tino o Serra di Celano, che si trova nel Parco Nazionale Velino Sirente. Questa bellissima escursione ad anello permette di effettuare la salita alla sua cima estremamente panoramica in un giro completo che vi farà osservare i due versanti, uno sulle Gole di Celano e l'altro sul Monte Sirente che gli sta proprio di fronte. Partendo dalla Val d'Arano nei pressi di Ovindoli, ricca di pascoli, percorreremo la vecchia Via Romana che collegava i due versanti della Piana del Fucino con Avezzano e la Piana delle Rocche nel versante aquilano. Arrivati alla base della ripida cresta sud ovest la affronteremo direttamente integralmente fino alla vetta con un divertente passaggio di primo grado facile e dalla vetta dopo meritata sosta pranzo scenderemo per la cresta opposta a nord fino ad arrivare sui pascoli sottostanti alla bocchetta di Prato di Popolo da dove ad anello per una strada sterrata torneremo al punto di partenza. Caratteristiche tecniche: Lunghezza: 14 km Dislivello: 650 metri Durata: 5 ore Difficoltà: E escursionistico non adatto per principianti Tipologia escursione: anello Appuntamento sul posto: Rifugio Val d'Arano, Ovindoli, ore 9 Per informazioni e prenotazioni: wa.me/+393473215279 Giuliano Della Posta guida AEV L'accompagnatore si riserva il diritto di annullare o modificare l'itinerario proposto a sua discrezione, per garantire la sicurezza o in base alle condizioni del meteo del sentiero e dei partecipanti. Chi non possiede la tessera (che si potrà fare il giorno stesso dell'escursione) dovrà indicare nel messaggio Whatsapp anche luogo e data di nascita. Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento FederTrek (tessera FederTrek euro 15 ove non presente, durata 365gg dalla sottoscrizione), se in possesso di tessera FederTrek: adulti euro 15+contributo di partecipazione euro 10, minorenni euro 5+contributo di partecipazione euro 10. Per la sottoscrizione o rinnovo della tessera scarica il modulo al seguente link: <https://www.noitrek.it/tesseramento/>. Per tutte le altre escursioni visitare il sito internet www.noitrek.it. **CONTRIBUTO DI PARTECIPAZIONE:** L'organizzazione dell'evento ed il relativo contributo di partecipazione, quale rimborso delle spese di gestione dell'evento, è stabilito dall'accompagnatore che ne determina l'importo in funzione dei diversi livelli di impegno e difficoltà delle escursioni. Contributo di partecipazione: € 15 **COSA PORTARE – ABBIGLIAMENTO:** Obbligatorio l'utilizzo di scarpe da trekking (NO Scarpe da ginnastica) Zaino adatto al trasporto del necessario per la giornata; Abbigliamento adatto ad una escursione e alla permanenza in montagna o in natura e di tutto quanto il partecipante ritenga aver bisogno. Necessario un capo impermeabile da indossare all'occorrenza come strato più esterno protettivo, felpa o pile, guanti e cappello, Obbligatoria una torcia frontale e bastoncini. Raccomandato almeno 1,5 litri d'acqua, pranzo al sacco e snack energetici (frutta secca, cioccolata, barrette). Portate sali minerali da sciogliere in acqua da usare per evitare affaticamento fisico e crampi. Qualora gli accompagnatori giudicassero non adeguato l'equipaggiamento posseduto dall'escursionista potranno escluderlo dall'attività per ragioni di sicurezza. Contributo di partecipazione euro 15. Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento (tessera FederTrek euro 15 ove non presente, durata 365 gg dalla sottoscrizione). Per chi deve sottoscrivere la tessera: adulti, tessera + contributo di partecipazione, totale euro 25 mentre per i minorenni, tessera + contributo di partecipazione, totale euro 10. Per la sottoscrizione o rinnovo della tessera scarica il modulo al seguente link: <https://www.noitrek.it/tesseramento/> **ELENCO COMPLETO DELLE ESCURSIONI:** Visita il sito: www.noitrek.it Seguici su Telegram: <https://t.me/joinchat/WNnU7RPz-Z7-5AeX> Metti "mi piace" alla nostra pagina ufficiale: <https://www.facebook.com/Noitrek> Iscriviti al gruppo della nostra comunità: <https://www.facebook.com/groups/467008183834051/> **CHI VUOLE RICEVERE LA NOSTRA NEWSLETTER PUÒ ISCRIVERSI** – Alla nostra mailing list tramite questo link: <https://www.noitrek.it/newsletter/> Ovviamente l'equipaggiamento descritto da portare è generico che varia in base alle stagioni quindi regolarsi in base alle quote da raggiungere e le località. Importante è portarsi i propri farmaci personali per chi ne ha bisogno e anche antidolorifici da usare in caso di necessità. Le guide non sono autorizzate a somministrare alcun tipo di farmaco per via delle possibili intolleranze personali.

Accompagnatore1: AEV Della Posta Giuliano

Cell: 3473215279

Accompagnatore2:

Cell:

Informazioni:

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.