



**Programma**  
**Salariatrek 2019**  
**QUATTRO REGIONI SENZA CONFINI**



sezione di Antrodoco			<b>Intersezionale Sezione di</b>		<b>'SULBIATE</b>	
gg	DATA		<b>Tra natura &amp; storia</b>		DATI TECNICI	pernottamento
	GIUGNO		<b>da Amatrice a Cittaducale</b>			
1	Lun	3	Arrivo a Forca Canapina 1516m <b>PANTANI DI ACCUMOLI</b> <i>(con tempi compatibili - alternativa visita Cittareale)</i>		dsl: s/d 200m Tempo: 3 h <b>Difficoltà: T</b>	"Lu ceppo" CITTAREALE
2	Mar	4	<b>Monte POZZONI / Monte PRATO</b> da Cupaello di Cittareale I resti della casa dell'Imperatore Vespasiano, la Rocca di Cittareale, madonna di Capod'acqua alle sorgenti del Velino; Visita guidata a Cittareale, Museo;		dsl: s/d 900m Tempo: 6 h - <b>Difficoltà: E</b>	"Lu ceppo" CITTAREALE
3	Mer	5	<b>Monti della LAGA, PIZZO DI SEVO 2450m</b> da Macchie Piane, circa 30min. da Cupaello di Cittareale		dsl : s/d 800m Tempo: 6 h - <b>Difficoltà: E</b>	"Lu ceppo" CITTAREALE
4	Gio	6	<b>XX° Raduno INTERSEZIONALE SENORES</b> <b>Monti della LAGA: ANELLO CASCADE DELL'ORTANZA da Preta</b> (circa 30min. da Cupaello di Cittareale)		dsl: s/d 320m Tempo 4h <b>Difficoltà: T</b>	<b>TRANSFERT</b> Antrodoco Hostello e/o B&B
5	Ven	7	<b>LE TERME:</b> Da Cittaducale ad Antrodoco Piazza Centrale ore 9:00 e visita centro storico <b>PARTENZA</b> ore 10:00 - <b>Terme di Vespasiano</b> , Chiesa di San Vittorino, Paterno, <b>Terme di Tito</b> , Torre Civica di Castel Sant'Angelo, Ninfeo dei Flavi e Santa Maria Extramena		dsl s/d:300m Tempo:7 ore 18 Km <b>Difficoltà E</b>	Antrodoco Hostello e/o B&B
6	Sab	8	<b>Sottogruppo ALTOATERNI: MONTE GIANO 1820m</b> Gole di Antrodoco: via " <b>Cecilia</b> ", <b>Primi moti del Risorgimento Italiano, Chiesetta alpina a Monte Giano eremi di San Saliatore e Rottevecchia;</b>		dsl : 1150m Tempo:7 h 12Km <b>Difficoltà E/EE</b>	Antrodoco Hostello e/o B&B
6A	Sab	8	<b>Sottogruppo ALTOATERNI: MONTE GIANO 1820m</b> Trenotrekking per Rocca di Corno 900m Chiesetta alpina a Monte Giano eremi di San Saliatore e Rottevecchia;		dsl :+ 950m/-1350m Tempo:8h/ 20Km <b>Difficoltà E/EE</b>	
7	dom	9	<b>Gruppo VELINO: Monte NURIA 1888m E NURIETTA 1884m</b> Da Rifugio Borgovelino 1200m		dsl.900m Tempo 6 h .15Km <b>Difficoltà EE</b>	Antrodoco Hostello e/o B&B
8	Lun	10	PARTENZA			
	Materiale informativo	Guida salaria 150, "Quattro regioni senza confini"; Carta escursionistica:" Alta valle del Velino" della Sezione CAI di Antrodoco; Carta escursionistica : Sezione CAI Amatrice NB:Il programma puà essere sempre variate a seconda delle esigenze e condizioni meteo;				

