



L'Associazione OUTDOOR REPORTERS organizza...

# Nelle terre selvagge

*Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise*

14 - 17 settembre 2023



*E' il periodo in cui i suoni e le immagini si fondono in un unico grande spettacolo della natura. Quattro giorni nel cuore selvaggio del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise durante la stagione degli amori e dei combattimenti dei cervi. Un'esperienza davvero unica per ascoltare i cervi maschi che emettono il suggestivo bramito e osservare i loro combattimenti per la conquista delle femmine. Usciremo negli orari più suggestivi del giorno, alle prime luci dell'alba e al tramonto, per ammirare la fauna selvatica più rara e preziosa e gli incantevoli paesaggi montani. Oltre al cervo, protagonista indiscusso di questo periodo, cercheremo di osservare e fotografare altri animali della preziosa natura italiana: la volpe, il capriolo, il lupo e le due eccellenze del Parco d'Abruzzo, il camoscio appenninico e l'orso bruno marsicano.*

# PROGRAMMA

## GIOVEDÌ 14 SETTEMBRE 2023

Ritrovo a Civitella Alfedena (AQ) intorno alle ore 16, sistemazione nelle camere dell'hotel e incontro con la guida e il fotografo professionista Gabriele Menis.

Partenza in escursione per "Pianezza", alla base del Monte Marsicano, per sfruttare la luce del tramonto ascoltando i potenti bramiti dei cervi ed avvistare qualche esemplare al culmine della fregola. Possibilità di avvistamento del lupo appenninico e dell'orso bruno marsicano. Rientro in albergo dopo il tramonto, cena e pernottamento.

*(Sentieri Parco F10 - Tempo di percorrenza: ore 2 a/r - Difficoltà: E [Escursionistico] - Dislivello: 300 m - Sviluppo totale: 3,00 km)*

## VENERDÌ 15 SETTEMBRE 2023

Al mattino, intorno alle 5.00, dopo la prima colazione, partenza in escursione per il "Monte Meta", luogo di straordinaria importanza per l'osservazione dei cervi in amore e del camoscio appenninico. Verranno effettuati appostamenti per ammirare e fotografare, con un po' di fortuna, combattimenti tra maschi e accoppiamenti. Pranzo al sacco. La discesa avverrà nel tardo pomeriggio su un altro percorso che porterà gli escursionisti ai mezzi per il rientro. Ritorno a Civitella Alfedena intorno alle ore 21.00, cena e pernottamento in hotel. Per gli interessati, in questa o nelle altre sere, sessione di fotografia paesaggistica notturna.

*(Sentieri Parco L1/M1 - Tempo di percorrenza: ore 6 a/r - Difficoltà: E [Escursionistico] - Dislivello: 800 m - Sviluppo totale: 13,00 km)*

## SABATO 16 SETTEMBRE 2023

Alle ore 5.00, dopo la prima colazione, partenza in escursione per la "Valle Lunga", tra le più belle escursioni di tutto il Parco Nazionale d'Abruzzo, regno del cervo e dell'aquila reale. L'itinerario si snoda tra foreste di faggio, radure e valli glaciali sino ad arrivare in cresta a quota 1900 metri. Pranzo al sacco. Rientro in hotel intorno alle ore 15.00. Dopo un po' di riposo, alle ore 17.30 trasferimento nelle vicinanze di Pescasseroli per un appostamento all'orso. Cena e pernottamento in hotel. Durante la giornata, quasi certo l'avvistamento di branchi di camoscio d'Abruzzo e cervo nobile, possibilità di avvistamento di aquila reale, lupo appenninico, orso bruno marsicano, capriolo, cinghiale, microfauna.

*(Sentieri Parco K6/K4/K5/K3 - Tempo di percorrenza: ore 7 a/r - Difficoltà: E [Escursionistico] - Dislivello: 800 m - Sviluppo totale: 16,00 km)*

## DOMENICA 17 SETTEMBRE 2023

All'alba prima colazione e partenza per una breve uscita per poter osservare gli animali e gli splendidi paesaggi alle prime luci del mattino. Intorno alle ore 8.30 trasferimento per una facile e breve escursione presso la Riserva Integrale della Camosciara. Sicuramente il luogo più importante e delicato di tutto il Parco Nazionale d'Abruzzo dal punto di vista ecologico, naturalistico e paesaggistico, la Camosciara è stato il primo nucleo protetto d'Italia ed è attualmente la Riserva Integrale più grande della nostra Nazione. E' il regno della natura selvaggia dove rocce, alberi, fiori ed animali sono lasciati alla libera e spontanea evoluzione. All'interno di essa vi si può accedere soltanto attraverso piccoli sentieri contrassegnati. La Riserva è particolarmente ricca di acque perchè costituita da rocce poco permeabili di natura dolomitica che contribuiscono con i loro giochi d'acqua e soprattutto con bellissime cascate a rendere il paesaggio splendido e vivo in qualsiasi periodo dell'anno. Pranzo al sacco. Nel primo pomeriggio rientro in albergo per una doccia, ritiro dei bagagli e fine del tour.

*(Sentieri Parco I2/G4 - Tempo di percorrenza: ore 3,5 a/r - Difficoltà: N [Naturalistico] - Dislivello: 200 m - Sviluppo totale: 5,00 km)*

N.B. Il programma potrebbe subire sostanziali variazioni, anche nell'ordine e nei luoghi di effettuazione delle attività, per questioni organizzative e/o climatiche imprescindibili dalla volontà dell'organizzazione.



**Quota di partecipazione: € 450**

**Posti disponibili: minimo 6, massimo 12**

**La quota comprende:**

- Soggiorno con sistemazione in albergo tre stelle per tre notti
- Trattamento di mezza pensione durante il soggiorno
- Il pranzo al sacco per le uscite del secondo, terzo e quarto giorno
- Le escursioni indicate nel programma con assistenza di una guida professionista
- Assistenza continua e workshop a cura del fotografo professionista Gabriele Menis, che sarà con il gruppo durante tutto il tour

**La quota non comprende:**

- Tutti i trasferimenti, che dovranno essere autonomi (vedi nota 1)
- Le bevande fuori dai pasti
- Eventuali spese ed extra personali
- Tutto ciò che non è espressamente indicato in "la quota comprende"

**Chiusura iscrizioni: giovedì 7 settembre 2023**

Al momento della prenotazione verrà richiesto il versamento di una caparra di € 130 (non rimborsabile per cancellazione da parte del partecipante). Non appena la caparra sarà versata, la prenotazione verrà confermata.

N.B. La partecipazione è rivolta ai soci dell'Associazione. Chi non si fosse ancora associato deve formalizzare l'iscrizione e saldare la quota associativa 2023 (€ 15).

Attrezzatura consigliata: zaino; scarponi da montagna e calze adatte; bastoncini da trekking; abbigliamento da trekking o comunque comodo e adatto a camminare in escursione con temperature variabili tra i 10 e i 15 gradi; impermeabile o k-way; guanti; cappello; binocolo; torcia elettrica; macchina fotografica; acqua e/o bevande da utilizzare durante le escursioni.

## Note generali

1. Tutti i trasferimenti da/per l'Abruzzo, compresi i trasferimenti interni durante il tour, non sono compresi nella quota di partecipazione.
2. Per tutte le attività in programma è richiesta una normale capacità e abitudine a camminare in ambiente montano. Le escursioni saranno di media durata con dislivello massimo attorno ai 700-800 metri.
3. La tipologia di sistemazione sarà in camere doppie e/o triple (singola supplemento € 15 a notte).
4. Gli animali sono totalmente liberi nel loro ambiente naturale, quindi non può essere garantita l'assoluta certezza del loro avvistamento, seppur la probabilità sia comunque particolarmente elevata.

## Note sulla fotografia

Durante le attività, per chi lo desiderasse, ci sarà l'assistenza del fotografo professionista Gabriele Menis ([www.gabrielemenis.it](http://www.gabrielemenis.it)) per tutto ciò che concerne l'aspetto fotografico. Si consiglia quindi, per chi ne è in possesso ed è interessato, di portare con sé la macchina fotografica digitale (meglio se reflex/mirrorless con obiettivi intercambiabili), un treppiede, un grandangolo e un teleobiettivo preferibilmente di lunga focale. Per chi non avesse una reflex, va bene anche una fotocamera compatta, seppur limitata sotto l'aspetto delle impostazioni personalizzabili. Per approfondimenti sull'attrezzatura si consiglia di contattare direttamente Gabriele Menis all'indirizzo [info@fotomenis.it](mailto:info@fotomenis.it)

Informazioni e iscrizioni:

**A.S.D. OUTDOOR REPORTERS**

cell: 328 8696361

e-mail: [info@outdoor-reporters.it](mailto:info@outdoor-reporters.it)

web: [www.outdoor-reporters.it](http://www.outdoor-reporters.it)

 [Outdoor Reporters](https://www.facebook.com/OutdoorReporters)

