



Monti Sibillini

Dal 3 marzo al 5 marzo 2023

Sci...gioco e avventura tra montagne di fate e di leggende.



LOGISTICA

Viaggio per Castelluccio di Norcia con mezzi propri.

Pernottamento all'agriturismo Monte Veletta a Castelluccio di Norcia dal 2 marzo al 5 marzo. Costo a persona B&B più cena (per notte): 60 euro in camera doppia o tripla, 75 euro singola (nella cena compreso dolce, caffè e bevande - un quarto di vino sfuso e mezzo litro di acqua).

Materiale: normale dotazione scialpinistica (compresi rampanti) + ramponi e piccozza.

Caparra: 150 euro (preferibilmente con bonifico bancario o in sede con POS). Saldo in contanti durante la gita.

Prenotazione tramite email a caipavia@caipavia.it.

I GIORNO TRAVERSATA DELLA VALLE LUNGA. DA MONTE PRATA A FRONTIGNANO

Traversata di gran classe, una delle più ambite, sempre in ambiente grandioso e solitario, dominato dalle cime più late dei Sibillini. Le due discese abbinata (Valle Lunga e Monte Bove Sud-Frontignano) esaltano al massimo la componente sciistica.

Località di partenza:	ex stazione sciistica di Monte Prata 1655 m
Località di arrivo:	Frontignano 1342 m
Dislivello in salita:	1410 m (300 m facoltativi)
Dislivello in discesa:	1755 m (300 m facoltativi)
Tempo della traversata:	6h30'
Difficoltà:	BS
Esposizione in discesa:	nord poi ovest

Dal piazzale si segue una strada che aggira il monte Prata fino ad una sella con la fonte della Jumenta (1799 m). Superato il soprastante ripido pendio, proseguire in piano, poi, traversando diagonalmente il versante sud sotto il punto quotato 2078 m uscire in sella ad est dello stesso.



In discesa nella valle Lunga

Senza raggiungere la cima del monte Porche, scendere in direzione nord nel vallone che si immette con breve scivolo scivolo nella parte mediana della valle Lunga. Quindi con piacevole scivolata percorrere la valle fino alle sorgenti del Tenna (1178 m).



In salita verso il passo Cattivo

Risalire in direzione Ovest la Valle del Tenna, sulla strada che sale al Passo Cattivo. Usciti dal bosco, lasciare a destra Casale Berro e a sinistra l'imbocco di Valle Orteccia. Superato il costolone roccioso che separa questa dall'anfiteatro carsico delle Fosse, piegare a sinistra riprendendo il tracciato della carrareccia che porta al passo Cattivo (1869 m).

Da qui si può traversare in piano a raggiungere le piste da sci di Frontignano e il paese.

In alternativa, risalire l'ampia cresta che porta in cima al Monte Bove Sud (2169 m). Raggiunta la stazione della funivia abbandonata, si percorre l'ampio crinale nord per poi scendere nell'ampia valle di Bove, fino ad entrare nella faggeta e a sinistra si raggiunge Frontignano.

II GIORNO MONTE ARGENTELLA 2200M PER IL CANALE DI SAN LORENZO

Classico itinerario molto frequentato che offre una delle più belle discese dei Monti Sibillini. Dalla cima splendida vista su tutto il massiccio del Vettore e la parete est del Palazzo Borghese.

Località di partenza: Castelluccio di Norcia
1452 m - fontanile di Pian Perduto 1345 m
Dislivello in salita: 855 m
Tempo di salita: 3h00'
Difficoltà: MS
Esposizione in discesa: ovest

Da Castelluccio raggiungere sul Piano Perduto il fontanile a bordo della strada (1345 m). Dirigersi ad est verso il monte Abuzzago e, giunti ad un altro fontanile (1348 m), piegare a sinistra per un breve vallone. Superata la strettoia di Portella del Vai, attraversare la regione di San Lorenzo, in direzione nord-est, verso l'anfiteatro delimitato dalla fascia boscosa. Percorso l'ultimo pianoro, procedendo sulla destra al limite del bosco, entrare nel canale nei pressi di un evidente masso. Superare la prima fascia boscosa poi, dopo una radura, la seconda con un largo giro sulla destra. Rientrati nel canale, risalirlo fino alla stretta finale e da questa, attraverso la conca sommitale, giungere in vetta.

Discesa per l'itinerario di salita.

II GIORNO (VARIANTE) ANELLO DEL LAGHETTO

Grandioso itinerario, uno dei più belli dell'intero gruppo montuoso. Accomuna due delle più entusiasmanti discese dei Sibillini in ambiente severo di alta montagna.

Località di partenza: Castelluccio di Norcia 1452 m - fontanile di Pian Perduto 1345 m
Dislivello in salita: 1255 m
Tempo complessivo: 7h00'
Difficoltà: OS
Esposizione in discesa: varie

Dalla cima di Monte Argentella (2200 m) scendere per il versante nord direttamente sul Laghetto (1700 m) nella entusiasmante successione di due vertiginosi scivoli.

Dopo aver sostato nei pressi del Laghetto, risalire il ripido versante est del monte Porche, fra questo e la imminente parete rocciosa del Palazzo Borghese che si contorna fino al Passo di Sasso Borghese (2057 m). Abbassarsi in direzione sud alla depressione quotata 1979 m portandosi verso l'evidente incisione della cresta che si affaccia sul ripido canale ovest di Palazzo Borghese. Disceso il primo ripido tratto, si continua su pendio sostenuto fino al rado bosco e poi per pendii più dolci fino a San Lorenzo, la Portella del Vai e il fontanile di Pian Perduto.



Monte Argentella e il canale di San Lorenzo



In discesa verso il laghetto

III GIORNO MONTE VETTORE 2476 PER LA VALLE SANTA

Piacevole itinerario alla vetta più alta dei Monti Sibillini. Abbastanza frequentato, offre una lunga e non difficile discesa. Bello il panorama che si gode lungo la salita e sulla vetta.



Sasso Borghese, Monte Argentella con i due scivoli del Laghetto, cima del Redentore e monte Vettore

Località di partenza:	Aie Capate 1383 m (Castelluccio di Norcia)
Dislivello in salita:	1093 m
Tempo di salita:	3h30'
Difficoltà:	MS
Esposizione in discesa:	sud poi ovest

Dalla strada, in località Aie Capate, risalire la valle Santa in direzione est per comodi pendii fino alla sua testata. Poi piegando a sinistra, lungo il ripido canale, uscire in sella fra la poco marcata sommità del Vettoretto (2052 m) e le pendici orientali di Punta di Prato Pulito.

Puntando all'ormai visibile rifugio Zilioli, traversare in direzione nord est la costa di Prato Pulito e uscire sulla Forca delle Ciaule (2240 m) dove sorge il rifugio.

Superato l'ultimo pendio, proseguire in piano fino alla cima (2476 m) dalla quale si gode un magnifico panorama su tutto il gruppo dei Sibillini, sui monti della Laga, sul Terminillo e sul Gran Sasso.

Discesa per l'itinerario di salita.

VARIANTE DI DISCESA: CANALE DEI MEZZI LITRI

Difficoltà:	BS
Esposizione in discesa:	sud

Dalla cima del Vettore si scende lungo la via di salita fino alla Forca delle Ciaule e al rifugio Zilioli. Dal rifugio si piega decisamente a sud e scendendo si passa vicino ad altro piccolo rifugio di pastori. Sotto questo il pendio presenta un ripido cambio di pendenza (35°-40°), quindi il canale si fa meno ripido e più largo. Si continua lasciandosi a sinistra dei curiosi birilli di roccia, i Mezzi Litri, appunto.

Si percorre tutto il canale, ormai facile, per uscirne sulla destra all'apparire dei primi alberi: ora per pendii aperti si taglia una diagonale verso la vicina strada provinciale. Si sale per questa a Forca di Presta e si scende ad Aie Capate.



Canale dei Mezzi Litri

CARTOGRAFIA:

http://www.sibillini.net/il_parco/gps/bivacco.jpg

Organizzatori: Andrea Sappino e Paolo Zugnoni



Castelluccio di Norcia