



**CLUB ALPINO ITALIANO**



## Sezione di Avezzano

via G. Mazzini n. 32 Cap 67051 C.P. 284 Tel.333-5720691 [www.caiavezzano.org](http://www.caiavezzano.org) [avezzano@cai.it](mailto:avezzano@cai.it)

### Sentieri del Parco Naturale Regionale Sirente Velino curati dalla sezione di Avezzano

I SENTIERI N. 5-6-7-7A-8-9-9A-9B-10-11-11A-11B-12-13-13A -14- 15-23A-24-24A-24B-25

HANNO LA COLORAZIONE DEI SEGNAVIA DI COLORE BIANCO – ROSSO

**GROTTA DI SAN BENEDETTO m. 1610 ore 2 diff. T disl. m. 716**  
SENTIERO C.A.I N. 4

Da **Corona di Massa d'Albe** m 894 in prossimità di una croce in ferro, in direzione N.E. seguire la carrareccia di sx che conduce in località **Fonte canale** m .1200. (ore 0,40). Da una bacheca della **Riserva Naturale Orientata Monte Velino** in direzione N.W. il sentiero oltrepassata una sbarra su sterrata km 1,200 giunge a **Colle Pelato**, m.1359 proseguire quindi in direzione del **Canalino**. (evidente frattura tra il M. Velino sx e M. Caforina ds.) Poco dopo la fine del rimboscimento, seguire le indicazioni dei sentieri 4 e 5 che deviano a sn. Percorrere l'evidente traccia per circa dieci minuti, giunti al bivio dei sentieri 4 e 5, in corrispondenza del **Canalone** proseguire dritto e seguire il sentiero n. 4 che con colorazione rosso- giallo- rosso (Gev – Fie) conduce alla **Grotta di San Benedetto** m. 1610. *(Attenzione ultimo tratto attrezzato con catena)*

**MONTE VELINO m. 2486 ore 5 diff. EE disl. m. 1592**

**SENTIERO C.A.I N. 5**

Da **Corona di Massa d'Albe** m 894 in prossimità di una croce in ferro, in direzione N.E. seguire la carrareccia di sx e la segnaletica bianco-rosso cai che conduce in località **Fonte canale** m.1200 (ore 0,40) Da una bacheca della **Riserva Naturale Orientata Monte Velino** in direzione N.W. il sentiero oltrepassata una sbarra, su sterrata km 1,200 giunge a **Colle Pelato** m.1359, proseguire in direzione del canalino. Alla fine di un rimboscimento, proseguire per alcuni minuti fino ad un masso che indica le direzioni dei sentieri. Piegare decisamente a sx fino ad arrivare dopo circa dieci minuti al bivio dei sentieri 4 e 5, dirigersi a ds. in direzione del **Canalone** per circa 200m fino ad un facile passaggio d'arrampicata (attenzione in discesa).

Giunti all'altezza di un caratteristico belvedere roccioso, deviare a sn. sui pratoni. Raggiunta quindi la cresta sw a m. 1800. seguirla tenendosi sulla sn fino a quota 2000, dove ci si immette sul filo di cresta su terreno ripido e faticoso. Scavalcate le tre gobbe della cresta si arriva in vista della cima. Da quota 2300 il sentiero torna ad essere agevole fino alla vetta.

La vetta è caratterizzata da una imponente croce in ferro del 1948 e ristrutturata il 12 maggio 1955 da Bartolomeo Cairà e da una Madonnina la cui posa a dimora fu realizzata dall' A.N.A. nel luglio del 1966.

**MONTE VELINO m. 2486 ore 5 diff. EE disl. m. 1592**

**SENTIERO C.A.I. N. 6**

Da **Corona di Massa d'Albe** m 894 in prossimità di una croce in ferro in direzione N.E. seguire la carrareccia di sx e la segnaletica bianco-rosso cai che conduce in località **Fonte canale** m. 1200. (ore 0,40) Da una bacheca della **Riserva Naturale Orientata Monte Velino** in direzione N.W. il sentiero oltrepassata una sbarra su sterrata km 1,200 giunge a **Colle Pelato** m.1359, proseguire in direzione del canalino.

Alla fine di un rimboscimento, proseguire per alcuni minuti, oltrepassate le indicazioni dei sentieri 4 e 5 dopo poco piegando a sn. inizia il sentiero 6, che risale sulla cresta che separa il **canalone** a sn dal **canalino** a ds dopo aver superato un facile passaggio di arrampicata sale su terreno ripido e roccioso fino ad un bivacco naturale. Il sentiero dopo poco devia sulla sn e si immette su un breve ma ripido tratto erboso fino all'imbocco del

**Caminetto** (passaggio molto stretto tra due pareti lungo circa 100 metri) all'uscita del quale a quota 2000 riguadagna la cresta

**(Attenzione con neve e ghiaccio)** e conduce in vetta .

***Viste le caratteristiche tecniche: il sentiero in discesa non è stato segnato, pertanto si consiglia l'itinerario 5 Per tornare a Fonte Canale.***

**MONTE CAFORNIA m. 2424 ore 5 diff. EE disl. m. 1530**

**SENTIERO C.A.I. N. 7**

Da **Corona di Massa d'Albe** m894 in prossimità di una croce in ferro in direzione N.E. seguire la carrareccia di sx e la segnaletica bianco-rosso cai che conduce in località

**Fonte canale** m. 1200.(ore 0,40) Da una bacheca della **Riserva Naturale Orientata**

**Monte Velino** il sentiero in direzione N. oltrepassata una sbarra, si dirige verso ds costeggiando un rimboschimento, al termine del quale su terreno regolare e dopo

numerosi tornanti giunge fino ad un masso m. 1700 con delle indicazioni su roccia e su palo che segnalano la deviazione per il sentiero n. 7a

Proseguire sulla ds per circa 15 minuti fino alla **Grotta dei Pastori** m 1750 ,e quindi ai limiti dei **Pratoni di Cafornia**

dove spesso si incontrano animali al pascolo .Giunti al termine dei **Pratoni** dirigersi verso sn. e quasi su cresta (splendido panorama sul **Vallone dei Briganti** e sulla **Valle di Teve**

) si giunge alla **Selletta di Cafornia** m 2405 caratterizzata da pali con segnaletica e dalla lapide di **L.Freguelli** ( escursionista morto negli anni 50 per una bufera)

e di lì in breve in cima al **Monte Cafornia** (1)

**MONTE CAFORNIA m.2424 ore 5 diff. EE disl. m. 1530**

**SENTIERO C.A.I. N. 7A**

Da **Corona di Massa d'Albe** m894 in prossimità di una croce in ferro in direzione

N.E. seguire la carrareccia di sx e la segnaletica bianco-rosso cai che conduce in località

**Fonte canale** m. 1200.(ore 0,40) Da una bacheca della **Riserva Naturale Orientata**

**Monte Velino** il sentiero in direzione N. oltrepassata una sbarra, si dirige verso ds

costeggiando un rimboschimento, al termine del quale su terreno regolare e dopo numerosi tornanti giunge fino ad un masso m. 1700 con delle indicazioni su roccia e su palo che segnalano la deviazione per il sentiero n. 7a

Abbandonare quindi il sentiero n. 7 Piegare decisamente a sn seguendo le indicazioni 7a che su terreno regolare con splendida vista sui **Pratoni di Cafornia** conduce ad una pietra che segnala la quota di m 2050. Qui inizia **Costa Cafornia**, (**Attenzione con neve e ghiaccio**) il sentiero dal fondo irregolare e ripido superati gli ultimi 400m. di dislivello giunge sulla cima, caratterizzata da una croce in ferro e da una madonnina.

### **VALLE MAJ ELAMA E MONTE IL BICCHERO m.2161**

**ore 3,30 diff. EE disl. m. 1028**

SENTIERO C.A.I. **N. 8**

Da **Forme di Massa d'Albe** prendere la strada asfaltata che parte a sn del fontanile al centro del paese e percorrerla per circa 2 km fino alla localita' **Pomaro** m 1133 riconoscibile dalla bacheca della forestale e da un cippo di pietra a memoria di due escursionisti . Da qui' il sentiero su traccia evidente percorre tutta la **Valle Majelama** ( ore 1) fino a piegare a sn ed immettersi nel **Vallone del Bicchero** che tra le pareti di **Costa Stellata** a ds e il versante nord dei **Pratoni di Cafornia** a sn, giunge al **Colle del Bicchero** m 2075.

Quindi seguire per alcuni minuti il sentiero **n.1** fino vetta.

***(Si ricorda che per disposizione della Riserva Naturale Orientata Monte Velino l'accesso al sentiero 8 e' vietato nel periodo 15/2 - 15/8 di ogni anno)***

### **MONTE MAGNOLA m. 2220 ore 4 diff. EE disl. m.1087**

SENTIERO C.A.I. **N. 9**

Da **Forme di Massa d'Albe** prendere la strada asfaltata che parte a sn del fontanile al centro del paese e percorrerla per circa 2 km fino alla localita' **Pomaro** m 1133 riconoscibile dalla bacheca della forestale e da un cippo di pietra a memoria di due

escursionisti . Da qui il sentiero in direzione N.E. risale il **Peschio Rovicino** caratterizzato da un pianoro che si affaccia nella **Valle Majelama** fino ad arrivare ad incrociare nel punto piu' stretto a quota 1700 il **Vallone della Sentina** .Dopo poco il sentiero diventa piu' dolce e percorso tutto il vallone dopo aver superato resti di costruzioni pastorali giunge ad un masso m 1900. Piegando a ds. e con vari tornanti si guadagna la cresta della **Magnola** ed in breve il **Rifugio Magrini** m 2178, e quindi la vicina vetta.

**MONTE MAGNOLA m. 2220 ore 4 diff. EE disl. m. 1104**

SENTIERO C.A.I. **N. 9A**

Dall'abitato di **Forme di Massa d'Albe** seguire la strada provinciale per **Ovindoli** dopo circa 1 km si incontra il valico **Fonte Capo la Maina** ed il fontanile omonimo (m 1116) Qui' imboccare la carrareccia che dopo circa 4 km giunge al **Rifugio Fonte Tavoloni m. 1390** gestito dal Cai di Avezzano.

Piegare decisamente a sn per pochi minuti e riprendere nuovamente la carrareccia di sn fino ad arrivare a scorgere dall'alto **Fonte Tavoloni** m 1433 . Il sentiero anche con indicazioni di pali con saetta abbandona definitivamente la carrareccia e sale ripido con fondo regolare fino al Rifugio **Telespazio m. 1980** gestito dal Cai di Avezzano (Le chiavi sono disponibili in sede) Dirigersi quindi verso gli impianti sciistici di **Ovindoli** (N.E.) dopo circa 100 m .piegare a sn e risalire la cresta caratterizzata nel primo tratto da para valanghe fino alla vetta .

Da qui in pochi minuti si raggiunge il **Rifugio Magrini** m. 2178

**RIFUGIO C.A.I.-TELESPAZIO m. 1980 ore 1,30 diff. T disl. m. 530**

SENTIERO CAI **N. 9B**

Dal piazzale degli impianti sciistici della monte **Magnola di Ovindoli** dotato dall'estate 2003 di moderna telecabina il sentiero segue a tratti la carrareccia e le piste sciistiche fino all'arrivo della telecabina a m 1800.Da qui piegare decisamente a sn e raggiungere su carrareccia e su piste l'arrivo della seggiovia **Montefreddo** ed in breve a circa 200m il rifugio.

Il rifugio inaugurato nel 1987 dispone di bagno,cucina e 20 posti letto. Per informazioni 333/5720691

**MONTE MAGNOLA m. 2220 ore 4 diff. E disl. m. 643**

SENTIERO C.A.I. N. 10

Superati gli insediamenti turistici della **Magnola Ovindoli** dirigersi su carrareccia in localita' **Vado del Ceraso** m 1577

Il sentiero per breve tratto risale il dorso della **Costa dei Vecchi** e poi volge a ds entrando in un bosco dal quale esce

A quota 1900. Proseguire su cresta prima in direzione s.w.poi n.w. lungo il bordo che delimita i **Campi della Magnola** fin sotto un brecciaio risalito il quale si perviene ad una selletta m 2000 che si affaccia su **Valle della Genzana**.

Proseguire quindi sulla sn. seguendo la cresta che con qualche tratto ripido giunge in vetta.

**RIFUGIO FONTE TAVOLONI m. 1390 ore 1 diff. T disl. m. 60**

Dal centro di Ovindoli, dirigersi verso il Piazzale della Monte Magnola (*Impianti Sciistici*) Circa 200 metri prima che la strada asfaltata si apra sul piazzale prendere sulla sinistra la carrareccia che inizia con un evidente bacheca del Parco.

Da qui il percorso (*circa 4 km*) si sviluppa nel bosco fino a scorgere Ovindoli dall'alto, usciti dal bosco, continuare sempre sulla carrareccia fino alla vista del Rifugio Fonte Tavoloni che rimane sulla ds all'interno di una valletta .

**SERRA DI CELANO - M.TINO m. 1923 ore 3 diff E disl. m.548**

SENTIERO C.A.I. N.11

Oltrepassato verso E l'abitato di **Ovindoli**, imboccare la pista che. toccata la **Fonte dei Curti** m 1490 e poco oltre il Rifugio "La Serra" (ore 0.30, porta all'ampia **Sella dei Curti o della Spinara** che si apre Sul bordo della **Costa Calda** m 1575. Abbandonare la pista che da questa sella scende lungo la **Valle dei Curti** e prendere invece il sentiero a sn che, rimontato un tratto di terreno franoso, corre sul fianco occidentale della **Serra dei Curti** fino a raggiungere la cresta a

q.1833. Qui' deviare a ds W e seguire tutta la cresta della **Serra di Celano** fino alla Vetta Occidentale,

Dalla vetta bellissimo panorama sul paese di Celano ed il suo castello.

**SERRA DI CELANO- M.TINO m 1923 ore 3      diff. E      disl m. 900**

**SENTIERO CAI N. 11A**

Al km 45 della S.S. 5 bis ( Ovindoli-Celano bivio di San Jona) inizia una carrareccia che tocca la Fonte di San. Tommaso. Proseguire fino a prendere il sentiero di sn che sale in direzione NE superata la pineta si incontra un acquedotto m.1192. Il sentiero prosegue sotto le pendici del Monte Faito facendo diversi tornanti . Si perviene ora ad una radura m.1350 superata la quale ad un grosso stazzo alla testa del Fosso dei Curti ,salire in direzione E fino ad incrociare il sentiero n.11 che porta in vetta.

**SERRA DI CELANO- M.TINO m 1923 ore 3      diff. E      disl m. 920**

**SENTIERO CAI N. 11B**

Al km 45 della S.S. 5 bis ( ultime case di Celano andando verso Ovindoli)

A q. 850 un segnale turistico con la scritta serra di celano indica l'inizio di una carrareccia,in forte pendenza contraddistinta dalle stazioni della Via Crucis dopo poco si giunge alla Chiesetta dei Caduti m. 1000. Proseguire su carrareccia per altri 150 metri fino ad un prato da dove inizia il sentiero. Dirigersi in direzione N fin sotto ad una collana rocciosa. Su una paretina è visibile è visibile quanto resta di un affresco raffigurante San Giorgio. Si giunge così al bordo meridionale dell'ampio pascolo del Piano di San Vittorino m.1250 Risalire il Piano in direzione O fino ad una piccola sorgente stagionale quindi in direzione N su terreno misto ed in pendenza si giunge in vetta

**GOLE DI CELANO** da Ovindoli ore 3 diff. E disl. 595 (discesa)

SENTIERO C.A.I. N. 12

Raggiunta **Val d'Arano**, (parcheggiare le auto in prossimità di un ponticello) imboccare la carrareccia di ds, dopo circa 3 chilometri (0,35 ) ha inizio il sentiero 12 per le Gole di Celano, vera meraviglia della natura e che costituiscono certamente una delle maggiori attrattive turistiche dell'Abruzzo.

Il sentiero scende ripido, sfiora i ruderi dell'antico convento di **S.Marco**, (dove il sentiero diventa pianeggiante all'unico bivio evidente, sulla sn.in breve si giunge alla **Fonte degli Innamorati**) per entrare nel "canyon" vero e proprio.

Si percorrono tratti veramente spettacolari attraverso strettoie di orrida bellezza larghe nella parte mediana e terminale e solo qualche metro e chiuse tra pareti perpendicolari alte un centinaio di metri.

**Le Gole** si sono formate in milioni di anni per l'erosione del torrente che nasce dalla **Val d'Arano** e che è alimentato anche da altri apporti come quello proveniente dalla **Fonte degli Innamorati**. Esse hanno una lunghezza di circa 5 chilometri e sono incassate in media di circa 1000 m rispetto alla **Serra dei Curti e di Celano** ad W ed a **M.Etra e M.Secino** a E che la racchiudono. Dopo la strettoia finale le Gole si allargano nella cosiddetta **Foce** m 780 dove inizia una carrareccia di circa km 2 che sbocca non lontano da **Celano**.

*(L'itinerario va effettuato in giornate di sereno e senza vento per timore di caduta di pietre)*

**MONTE SIRENTE** m. 2348 ore 3 diff. E disl. m. 741

SENTIERO C.A.I. N. 13

Raggiunto da **Ovindoli** con una comoda carrareccia Il **Valico del Prato del Popolo** m 1607, (noto anche come Bocchetta del Prato del Popolo) prendere la pista che sale a sn. (N) e seguirla per circa un chilometro sino a q. 1720 c.. Qui deviare decisamente a ds. imboccando una pista appena tracciata ma ben segnalata con i segnavia bianco-rossi cai che sale in direzione E e che dopo circa 2 chilometri e mezzo porta a **Fonte~Caperno** m

1848 - quasi sempre priva d'acqua - (ore 1,15) Dalla fonte, risalendo verso NE per prati e vallette, si perviene in vetta (ore 1,45-3).

Il panorama spazia su tutti i gruppi montuosi dell'Abruzzo, ma soprattutto è veramente spettacolare la vista sul versante nord-orientale della montagna sui cosiddetti **Balzi del Sirente** con canali, torri e dirupi che precipitano nella sottostante ed estesa fascia boschiva.

**MONTE SAVINA m. 1760 MONTE ETRA m. 1818 ore 2 diff. E disl. m. 211**  
**SENTIERO C.A.I. N. 13 A**

Raggiunto da **Ovindoli** con una comoda carrereccia Il **Valico del Prato del Popolo** m 1607, (noto anche come Bocchetta del Prato del Popolo) prendere il sentiero 13A che raggiunge la vetta di Monte Savina, proseguire su cresta fino a Monte Etra.

**MONTE SIRENTE m. 2348 ore 6 diff. EE disl.m. 1000**  
**SENTIERO CAI N. 14**

Appena entrati a Rovere per chi proviene da Ovindoli, subito dopo un semaforo si gira a destra e si prosegue in direzione del cimitero. Prima di raggiungerlo, si gira a destra e si prende la strada che passa accanto al campo sportivo, dove si parcheggia l'auto. Su un ponticello si trova il segnavia iniziale del sentiero n. 14, che sale in diagonale lungo il fianco della montagna affacciato su le Sode di Rovere. Appena dopo una parete rocciosa alta alcuni metri si supera il bivio con il sentiero n. 14F diretto verso il rifugio di Mandra Murata. Si attraversano il bosco e alcune radure fino a quota 1700, dove si esce allo scoperto e si segue una lunghissima valletta erbosa in leggera salita. Si prosegue ignorando il sentiero n. 14C che si allontana sulla destra verso il Vallone dei Puzzilli. A quota 1880 m si trova il bivio con il sentiero n. 14E che va verso sinistra e porta al rifugio di Mandra Murata. A quota 2000 m si trovano due grosse doline affiancate sulla sinistra del sentiero e sull'orlo delle doline si trova il bivio con il sentiero n. 14E che proviene da sinistra e dal rifugio di Mandra Murata si innesta sul n. 14. 100 m più avanti si incontra il bivio con il sentiero n. 14D che scende sulla destra verso il fontanile del Vallone dei Puzzilli. Tra Costa della Valle, i due canali "gemelli" e i canalini provenienti da Macchia

Netta ci si avvicina ad un ripido sperone roccioso. Il sentiero lo aggira salendo a mezza costa e passa accanto a Punta Macerola. Da quota 2200 m si intravede la vetta. Il sentiero prosegue quasi pianeggiante mantenendosi a breve distanza dalla cresta e dopo un ultimo pendio raggiunge la vetta.

**MONTE SIRENTE m. 2348    ore 4,30    diff. EE    disl.m. 950**  
**SENTIERO CAI N. 15**

Percorrendo la strada Rocca di Mezzo-Secinaro si raggiunge l'area di sosta della Fonte all'Acqua al Km 11,500 e qui si parcheggia l'auto. Si seguono i segnavia del sentiero n. 15, lungo la sterrata dal fondo sconnesso che sale addentrandosi tra i faggi nella Valle del Condotto. A breve distanza si supera il bivio con il sentiero n. 15B restando sulla sinistra. Poco più avanti si lascia la sterrata svoltando a destra al bivio in cui si separano i sentieri n. 15 e n. 18. Si prosegue attraversando il sentiero n. 15C, una pista che collega i Piani di Canale ai Prati del Sirente. Nel tratto successivo i segnavia seguono una pista utilizzata per lavori di taglio del legname. Il sentiero punta verso la base della Valle Lupara e senza raggiungerla devia nettamente verso sinistra. Si attraversa una prima radura dalla quale è possibile raggiungere anche la base del canalone della Neviera e si sale verso destra. Da una seconda radura si può osservare il torrione della Neviera. Dopo un ultimo tratto nel bosco si attraversa un ampio pendio erboso, si costeggiano alcune pareti rocciose e si risale l'ultimo tratto della Valle Lupara. Appena si raggiunge la cresta sommitale è possibile vedere il versante meridionale del Sirente. Al bivio con il sentiero n. 13B proveniente da Monte S. Nicola si svolta a destra superando un ultimo ripido pendio sassoso fino ad affacciarsi sul Canale Maiori (o Valle Inserrata). Superata una dolina sulla sinistra si giunge in vetta.

**MONTE SAN NICOLA m. 2012    ore 5,30    diff. EE    disl.m. 1200**  
**SENTIERO CAI N. 24**

Seguendo la SS n. 5 Tiburtina Valeria in direzione Forca Caruso si oltrepassa Collarmeale e, poco dopo il paese, si imbecca la strada asfaltata che va verso sinistra (località il Vallone). Si raggiunge il primo fontanile, Fonte del Vallone, dove termina l'asfalto e si

vedono i segnavia iniziali dei sentieri n. 23 e 25. Si segue la sterrata di sinistra e dopo un tratto di circa 1 Km in salita si trova un secondo fontanile, Fonte Cituro, vicino al quale si può lasciare l'auto. Da qui si prosegue a piedi lungo la sterrata di destra, seguendo i segnavia del sentiero n. 24. Lungo la prima parte del percorso si incontra il primo bivio con il sentiero n. 24B, una diramazione che porta al Rifugio Cituro, il secondo bivio con il 24B e in prossimità di Fonte Canalicchio il bivio con il 24A. Il sentiero continua sul filo della cresta (località Precoccio) seguendo il tracciato di una mulattiera a tratti molto evidente. Questa raggiunge una valletta erbosa dove è visibile un affioramento d'acqua, la vecchia fonte Due Miglia. Si prosegue tra l'estremità più alta del Rascito del Vallone a sinistra e un piccolo fosso a destra fino a raggiungere il bordo di Valle Faito, dove si trova il bivio con il sentiero n. 13B. Si prosegue piegando verso destra lungo un tratto in salita che attraversa il Costone di valle Faito. La vetta di Monte S. Nicola è visibile soltanto da quota 1877 ed è riconoscibile per la presenza di una piccola croce metallica. A quota 1890 si supera il bivio con il sentiero n. 24C che scende verso Capo di Moro e si punta verso il cono finale che porta in vetta.

**MONTE VENTRINO m. 1508 ore 3,00 diff. T disl.m. 550**

### **SENTIERO CAI N. 25**

Seguendo la SS n. 5 Tiburtina Valeria in direzione Forca Caruso si oltrepassa Collarmele e, poco dopo il paese, si imbecca la strada asfaltata che va verso sinistra (località il Vallone). Si raggiunge il primo fontanile, Fonte del Vallone, dove termina l'asfalto e si vedono i segnavia iniziali dei sentieri n. 23 e 25. Si parcheggia l'auto e si percorre la sterrata di destra, lungo la quale si incontra una porta del Parco Regionale Sirente-Velino che segna l'inizio del Vallone dell'Inferno. La strada curva a destra, percorre un tratto pianeggiante tra Monte Rimagi e Monte Coppetella, poi sale in una piccola gola curvando verso sinistra. Segue un altro tratto pianeggiante, dove si innesta una sterrata che scende dal rimboschimento sulla destra. In corrispondenza di un masso il sentiero abbandona la sterrata per salire su un crinale sulla destra. Sul fronte di Monte Ventrino la pendenza del sentiero aumenta e in breve si arriva sulla cresta. Salendo verso destra si raggiunge la cima. Il panorama spazia su tutti i monti d'Abruzzo, la piana del Fucino, la Valle Subequana, la Valle Peligna e nelle giornate in cui l'aria è più tersa diventa visibile anche il Mare Adriatico.

**MONTE CAPO DI MORO m. 1516 ore 3,00 diff. T disl.m. 500**  
**SENTIERO CAI N. 24B**

Seguendo la SS n. 5 Tiburtina Valeria in direzione Forca Caruso si oltrepassa Collarmele e, poco dopo il paese, si imbecca la strada asfaltata che va verso sinistra (località il Vallone). Si raggiunge il primo fontanile, Fonte del Vallone, dove termina l'asfalto e si vedono i segnavia iniziali dei sentieri n. 23 e 25. Si segue la sterrata di sinistra e dopo un tratto di circa 1 Km in salita si trova un secondo fontanile, Fonte Cituro, vicino al quale si può lasciare l'auto. Da qui si prosegue a piedi lungo la sterrata di destra, seguendo i segnavia del sentiero n. 24. A breve distanza si trova il bivio con il sentiero n. 24B, e lo si imbecca. Il sentiero percorre l'evidente mulattiera che risale in diagonale una parte di Capo di Moro e raggiunge la sommità di Moro Piccolo. Da questo punto si può osservare la piana di Baullo sovrastata da Monte S. Nicola e nelle giornate in cui l'aria è più trasparente diventa visibile anche il Mare Adriatico. Si prosegue sulla cresta deviando nettamente verso sinistra, si attraversa il tratto terminale di un fosso e si supera la valle che separa Moro Piccolo da Capo di Moro. La cima di Capo di Moro si trova in corrispondenza del primo gruppo di rocce sulla cresta. Risalendo la cresta si raggiunge il punto più alto (1538 m) e da qui una selletta erbosa a quota 1520 dove si trova il bivio con il sentiero n. 24C che sale verso l'accio della punta e raggiunge il n. 24 sul Costone di Valle Faito. Si resta sul n. 24B che scende con pendenza costante verso la confluenza di due fossi: il primo, che parte da Accio della Punta, e il secondo che passa accanto alla vecchia Fonte Due Miglia. Qui inizia un ampio vallone dal fondo sabbioso, che porta i segni dell'azione degli antichi ghiacciai. In prossimità del tratto terminale del vallone si passa accanto ad una roccia montonata e ad un enorme masso erratico. Poco più avanti si trova il bivio con il sentiero n. 24 e si segue una sterrata in discesa che in breve conduce al punto di partenza.

**MONTE RIMAGI m. 1321    ore 3,00    diff. T    disl.m. 350**  
**SENTIERO CAI N. 23°**

Seguendo la SS n. 5 Tiburtina Valeria in direzione Forca Caruso si oltrepassa Collarmeale e, poco dopo il paese, si imbecca la strada asfaltata che va verso sinistra (località il Vallone). Si raggiunge il primo fontanile, Fonte del Vallone, dove termina l'asfalto e si vedono i segnavia iniziali dei sentieri n. 23 e 25. Si parcheggia l'auto e si segue il n. 23, che nel tratto iniziale appare come una sterrata poco battuta in leggera salita. Si attraversa uno stazzo per poi entrare nel Vallone Scaffelli, un ambiente suggestivo in cui è possibile trovare i segni delle antiche glaciazioni: morene glaciali, rocce montonate e massi erratici. Alla fine del vallone (località Argentieri) si trova il bivio con il sentiero n. 23B e si va verso destra seguendo il n. 23B. Il sentiero sale curvando verso destra fino a raggiungere la cima. Da qui si può osservare da vicino la piana di Baullo e, in direzione opposta, la centrale eolica di Collarmeale.

Al ritorno si può seguire la cresta di Monte Rimagi in direzione Est, scendendo fino alla sterrata del Vallone dell'Inferno. Si svolta a destra seguendo i segnavia del sentiero n. 25, che scende scende tra Monte Rimagi e Monte Coppetella fino ad uscire da una porta del Parco Regionale Sirente-Velino. Si ritrova sulla destra lo stazzo attraversato all'andata e poco più avanti si raggiunge il fontanile del punto di partenza.