



# CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione Tivoli

Sottosez. di MONTEROTONDO

## SCHEDA TECNICA



### TITOLO DELL'ESCURSIONE

**LA VALLE DELLE CENTO FONTI** da Cesacastina (PARCO NAZIONALE DEL GRAN SASSO E MONTI DELLA LAGA)

DATA DI EFFETTUAZIONE	DIFFICOLTA ESCURSIONE	MEZZO DI TRASPORTO
19 ottobre 2014	E	AUTO PROPRIE

**APPUNTAMENTO ALLA SEDE CAI MONTEROTONDO ALLE ORE: 06,30.**

**COME ARRIVARE AL PERCORSO:** Da Monterotondo si prende la via Salaria SS4 verso Rieti, giunti ad Antrodoco si devia verso l'Aquila, si supera Arischia, oltre il Passo delle Capannelle si prosegue sulla SS80 per circa 6 Km in direzione di Ortolano e Nerito. Oltrepassato il bivio per Nerito senza imboccarlo si prosegue per APRATI, quindi si gira al bivio successivo a sinistra sulla SP 45° seguendo le indicazioni per CROGNOLETO. Senza arrivare a Crognoletto si imbecca sulla sinistra uno svincolo per CERVARO CESACASTINA.

**KM CIRCA: 150 km.. TEMPO PERCORRENZA: 3 ore circa**

### DESCRIZIONE PERCORSO:

La *Valle delle Cento Cascate* è un angolo particolarmente spettacolare e suggestivo del *Parco Nazionale del Gran Sasso-Monti della Laga*. E' situata ai piedi del *Monte Gorzano* (2.458 m., la vetta più alta del massiccio della Laga), sopra al borgo di *Cesacastina* (1.140 m. slm.), piccola frazione del comune di *Crognaleto*.

La *Valle* prende il nome dalle decine di *cascate e cascatelle* che il torrente *Fosso dell'Acero*, ricchissimo di acque, soprattutto nel periodo tardo-primaverile, alimenta nella sua vorticoso discesa tra boschi di faggi secolari, ricchi pascoli e giganteschi lastroni di arenaria,

A fine primavera-inizio estate il percorso, è punteggiato da stupendi fiori selvatici d'altura, tra cui diverse specie di *orchidee*.

=====

Si arriva a Cesacastina (comune di Crognaleto) TE, si entra nel paesino e si parcheggiano le auto nelle vicinanze della chiesa, parcheggiare bene perchè si può incorrere in multe.

Si prende quindi un piccolo sentierino (1141 mt.) che porta alla fine del paesino verso Ovest dove c'è una fontana e dove si può fare rifornimento di acqua.

Da lì svoltando a destra sul Sentiero Italia n. 300 si percorre un piccolo sentiero in salita fino ad

arrivare ad una strada sterrata dove prenderemo il sentiero n. 354 a sinistra fino a giungere ad una sbarra alla nostra destra, la oltrepassiamo ed arriviamo ad un piccolo slargo dove c'è la diga e un rifugio chiuso dell'Enel (1365 mt.).

Lasciando il sentiero n. 354 prendiamo per un piccolo viottolo a sinistra (lì bisogna fare attenzione in quanto il terreno è scosceso e scivoloso) ma la visuale è ripagata dalla vista della prima cascata di Fosso dell'Acero e di tutti i salti e scivoli dell'acqua.

A quel punto si entra nel bosco fino a giungere ad una sterrata molto comoda riprendendo il sentiero 354.

Lo percorriamo camminando parallelamente alla forra godendo dei suggestivi paesaggi dove scorre il torrente e quindi delle varie cascatelle che scendono giù a valle, a ridosso della cascata della Fossa d'Acero è stata collocata una madonnina a ricordo delle vittime delle cento fonti.

Usciti dalla faggeta si continua su un vallone erboso fino a giungere alla copiosa Sorgente Mercurio (1759 mt.) al centro del solenne anfiteatro delle Cento cascate e di pascoli dominato dal Monte Gorzano, dalle Cime della Laghetta e delle bellissime valli ed al lato opposto del Gran Sasso, Pizzo Intermesoli e Pizzo Cefalone.

QUOTA DI PARTENZA	QUOTA MASSIMA	TEMPO DI PERCORRENZA
1421 mt.	1759 mt.	3 ore in salita, 2 ore in discesa
DISLIVELLO IN SALITA	DISLIVELLO IN DISCESA	KM TOTALI
618 mt.	618mt.	8 Km

#### EQUIPAGGIAMENTO

**Attrezzatura adeguata:** calzoncini lunghi, pedule o scarponi da montagna, giacca a vento, telo termico, mantella antipioggia, cappello con visiera, guanti, bastoncini, lampada frontale, pronto soccorso personale, mangiare e acqua a sufficienza.

ACCOMPAGNATORI – N. TEL.	NOTE
CINZIA MICUCCI cell.: 340 5973849	-percorso a tratti ripido e scivoloso obbligo bastoncini telescopici
SILVANA ROSSI cell.: 328 3620170	
SIMONA VALENTINI cell. 328 9046128	

**Sede CAI MONTEROTONDO:** via dell'Unione sn, capolinea Cotral

Tel. 06 83706844 - [caimonterotondo@gmail.com](mailto:caimonterotondo@gmail.com) – [www.caimonterotondo.it](http://www.caimonterotondo.it)