

Escursione	PNALM – Anello del Lago Vivo – Sentiero K4
Data	Giovedì 25 Aprile 2024
Direttori	Raffaele Spadaro (3929541666) Fabio Campidoglio (3921759954)
Gruppo montuoso	Parco Nazionale d’Abruzzo Lazio e Molise



Difficoltà	E	Tipologia	AR
Durata	5 ore soste escluse	Partenza	Ore 8:30
Lunghezza	10,50 km	Dislivello	595
Criticità	Nessuna in particolare	Punti d’acqua	Presente all’arrivo
Allenamento	Si richiede buona preparazione fisica, adeguata alle difficoltà classificate E (Escursionismo), EE (Escursionismo per Esperti), EAI (Escursionismo in Ambiente Innevato), EEA (Escursionismo per Esperti con Attrezzatura), Ciclo escursionismo e senso di responsabilità a ciascuno dei partecipanti.		
Attrezzatura	Abbigliamento a strati da escursionismo adatto alla stagione: scarpe da trekking, pantaloni lunghi, t-shirt tecnica, pile, calzettoni, cappellino, guanti, giacca antivento, k-way antipioggia, bastoncini telescopici, occhiali da sole, binocolo, bussola, crema solare, kit pronto soccorso (scheda con gruppo sanguigno, farmaci personali e segnalazione di eventuali allergie), borraccia per l’acqua (lungo il percorso ci sono punti per l’approvvigionamento di acqua), colazione a sacco, ricambio di indumenti, fischietto, lampada frontale.		
Percorso	Percorso ad anello su sentiero K4 del Parco Nazionale Lazio Abruzzo e Molise		
Itinerario	<p>Questo percorso attraversa la faggeta della Valle dell'Inferno, salendo gradualmente e passando accanto alla morena di un antico ghiacciaio. Dopo circa 40 minuti, si giunge al Valico del Buon Passo, dove si trova un'immagine sacra della Madonna delle Grazie, posta a custodia dei viaggiatori. Poco dopo, si raggiunge il punto più elevato del tragitto (1656 metri) per poi scendere nella splendida vallata dove si trova il Lago Vivo, situato a 1591 metri d'altitudine. Il lago è circondato dalle cime del monte Iamiccio, Tartaro, Altare e Petroso, quest'ultimo essendo il più alto del Parco con i suoi 2249 metri.</p> <p>Durante la primavera, con il disgelo, il lago raggiunge il suo livello più alto. Viene chiamato "vivo" perché le sue dimensioni variano costantemente a seconda delle stagioni. In autunno avanzato, le sue sponde diventano il ritrovo dei cervi che si contendono durante il periodo degli amori. Sul lato sinistro dell'altopiano, la "fonte degli uccelli" fornisce acqua tutto l'anno. Il sentiero prosegue, offrendo il ritorno attraverso una magnifica faggeta, regalando una vista incantevole sul lago della Montagna Spaccata.</p>		
Ritrovo	Ore 08.30: Strada Statale Marsicana 83 km 67. Posizione https://maps.app.goo.gl/tAv8uzcJ1f5zFHR69 ;		
Prenotazione	Per partecipare all’escursione è obbligatorio prenotarsi entro le ore 14:00 di mercoledì 24/04/2024, contattando uno dei direttori d’escursione; i non soci CAI non sono ammessi a partecipare Si prega di prendere visione della difficoltà dell’escursione. I direttori in base alle condizioni meteo potranno modificare parzialmente il percorso.		
Note dei direttori			



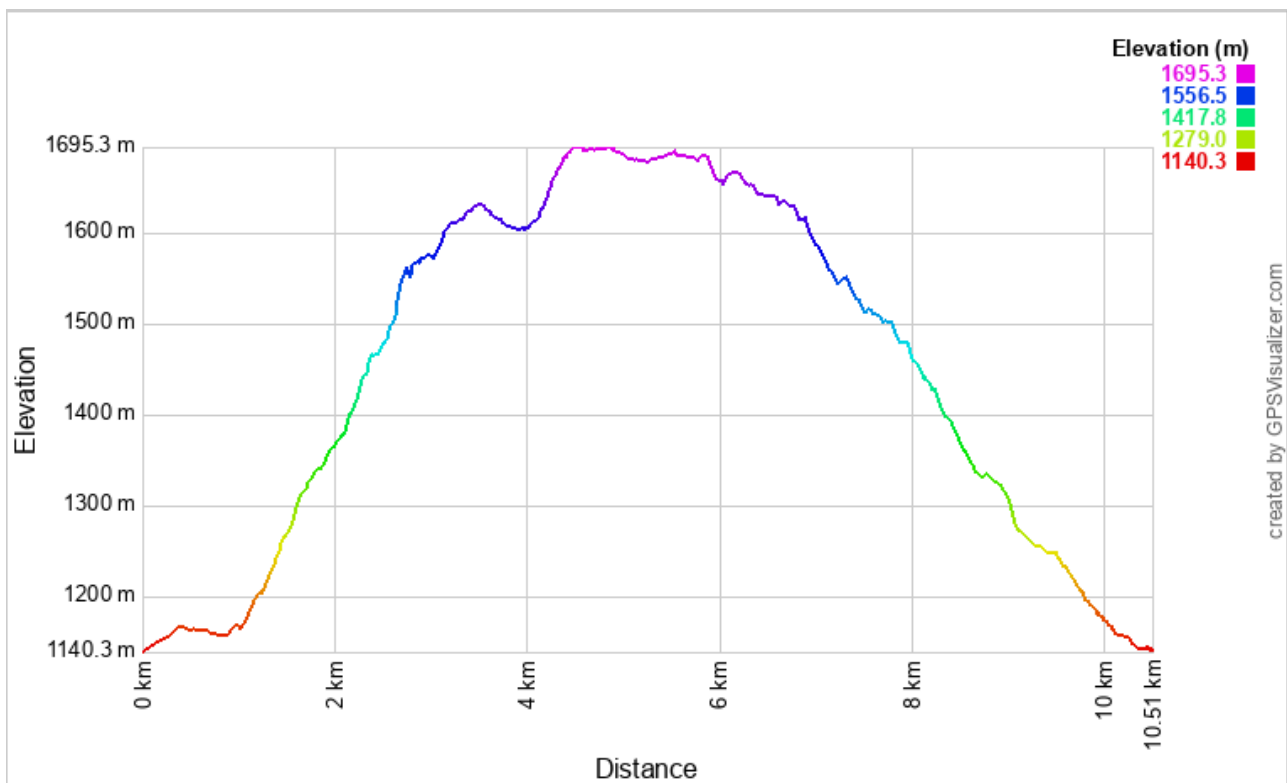
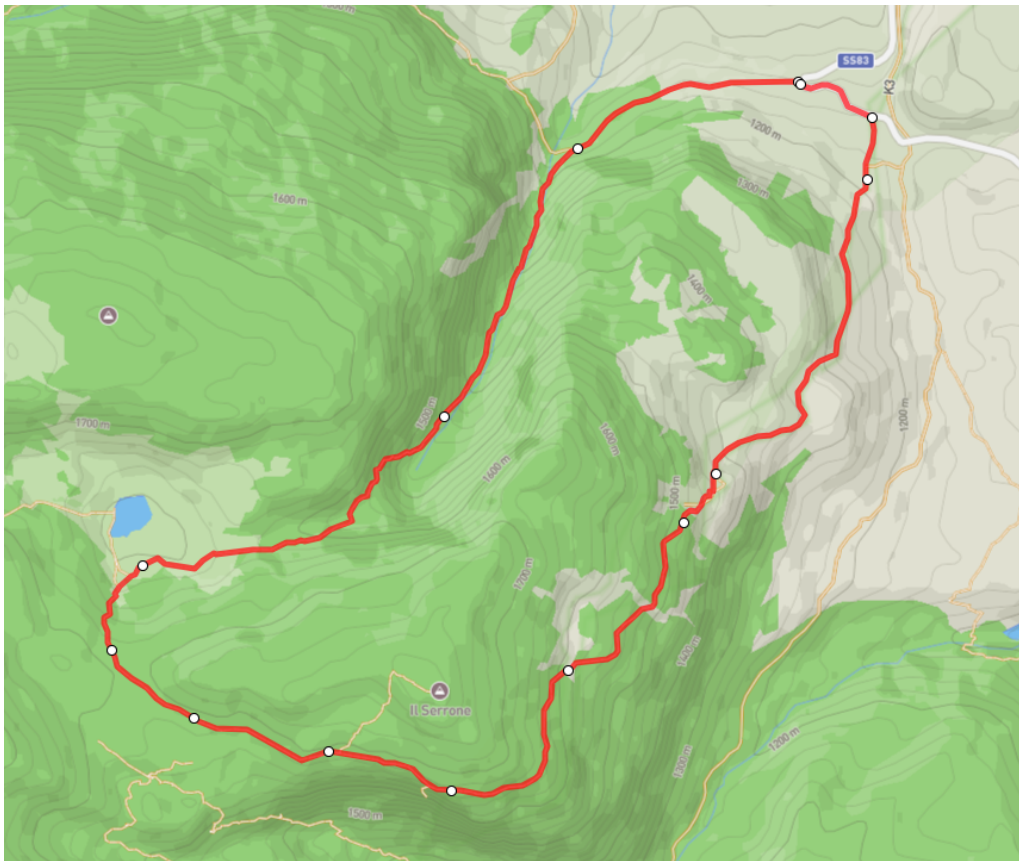
Rispetta la bellezza della natura



Segui il sentiero



Non abbandonare rifiuti



Rispetta la bellezza della natura



Segui il sentiero



Non abbandonare rifiuti