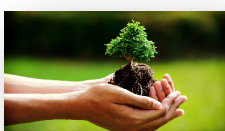


<b>Escursione</b>	<b>PNALM – Monte Meta dal Rifugio Campitelli</b>
<b>Data</b>	<b>Sabato 18 Maggio 2024</b>
<b>Direttori</b>	Raffaele Spadaro (3929541666) Fabio Campidoglio (3921759954)
<b>Gruppo montuoso</b>	<b>Parco Nazionale d’Abruzzo Lazio e Molise</b>



<b>Difficoltà</b>	<b>EE</b>	<b>Tipologia</b>	<b>AR</b>
<b>Durata</b>	7 ore soste escluse	<b>Partenza</b>	Ore 8:30
<b>Lunghezza</b>	12,8 km	<b>Dislivello</b>	936m
<b>Criticità</b>	Breve passaggio esposto al km 4,5	<b>Punti d’acqua</b>	Presente al km 10
<b>Allenamento</b>	Si richiede buona preparazione fisica, adeguata alle difficoltà classificate <b>E</b> (Escursionismo), <b>EE</b> (Escursionismo per Esperti), <b>EAI</b> (Escursionismo in Ambiente Innevato), <b>EEA</b> (Escursionismo per Esperti con Attrezzatura), Ciclo escursionismo e senso di responsabilità a ciascuno dei partecipanti.		
<b>Attrezzatura</b>	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.		
<b>Percorso</b>	Percorso ad anello su sentiero L1 fino al Monte Meta poi M1 fino alle Valle Fiorita e poi L4 fino al Rifugio Campitelli		
<b>Itinerario</b>	Dal pianoro di Campitelli, si segue il sentiero "L1" che inizia con una carrareccia in leggera salita. Dopo aver percorso 500 metri, si incontra un bivio sulla destra che porta verso il Lago Vivo. Ignorando il bivio, si continua sulla carrareccia fino a raggiungere il vero sentiero, che sale attraversando una faggeta per circa 2,5 km. Il percorso diventa più ripido e sfocia in un prato conosciuto come Altopiano dei Biscurri (a un'altitudine di circa 1700 metri): da questo punto, è possibile ammirare di fronte il Monte La Meta. Il sentiero si snoda lungo il fianco sinistro del Monte Miele (1942 m s.l.m) e, sulla destra, più distanti, le pareti delle montagne. L'Altopiano dei Biscurri, caratterizzato da piccole valli e colline modellate dal peso degli antichi ghiacciai e dall'azione erosiva delle acque, è coronato dalle imponenti vette del Monte Meta, del Monte Tartaro, della Cima Biscurri e del Monte Miele. Estendendosi per circa 2 km, il sentiero raggiunge i piedi della Meta e si interseca con il sentiero M1 al Passo dei Monaci (quota 1960), segnalato da un grande masso calcareo. Qui si devia a destra (direzione nord) intraprendendo una discesa piuttosto marcata; il sentiero rimane comunque ben visibile fino alla cima del Monte Meta. Per il ritorno, si rientra al Passo dei Monaci. Proseguendo sul sentiero M1, si attraversa un pianoro carsico, la Valle Pagana, che porta a quota 1700m e poi si rientra nella faggeta. Passando a sinistra del Monte Miele (1994m), si scende fino a quota 1415m, dove si trova la Sorgente Le Forme. Infine, si utilizza il sentiero L4 per tornare al parcheggio sul Pianoro Campitelli.		



*Rispetta la bellezza della natura*



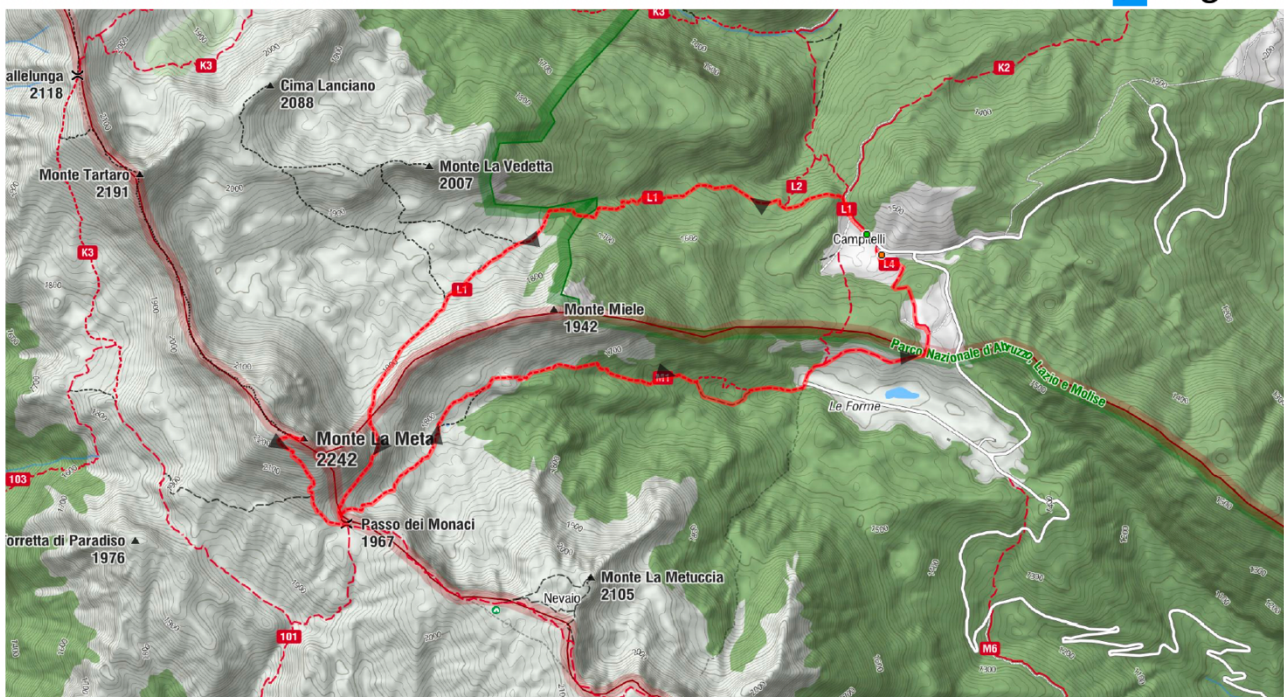
*Segui il sentiero*



*Non abbandonare rifiuti*

<b>Ritrovo</b>	<p>Ore 08,15: Appuntamento in Alfedena Posizione: <a href="https://maps.app.goo.gl/izYJf6a8Wb3RB6yQ6">https://maps.app.goo.gl/izYJf6a8Wb3RB6yQ6</a></p> <p>Ore 08.30: Posizione Rifugio Campitelli <a href="https://maps.app.goo.gl/HbiW1wyfSsHTwiGS8">https://maps.app.goo.gl/HbiW1wyfSsHTwiGS8</a></p> <p><b>N.B. Abbiamo preso in considerazione un primo appuntamento in Alfedena perché non c'è copertura cellulare al Rifugio Campitelli;</b></p>
<b>Prenotazione</b>	<p>Per partecipare all'escursione è obbligatorio prenotarsi entro le ore 18:00 di venerdì 17/05/2024, contattando uno dei direttori d'escursione; i non soci CAI non sono ammessi a partecipare</p> <p>Si prega di prendere visione della difficoltà dell'escursione.</p> <p>I direttori in base alle condizioni meteo potranno modificare parzialmente il percorso.</p>
<b>Note dei direttori</b>	

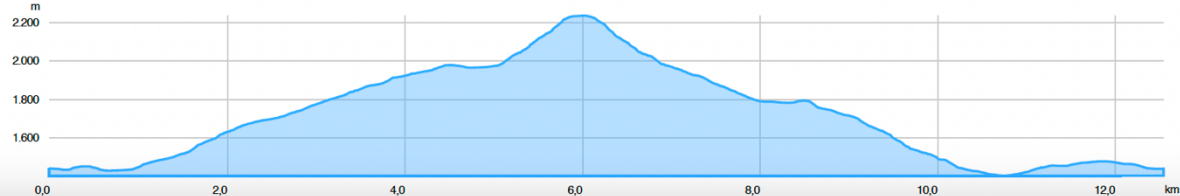
### Campitelli



### Campitelli

Lunghezza: 12,85 km  
Durata: 04:50

#### Profilo altimetrico



*Rispetta la bellezza della natura*



*Segui il sentiero*



*Non abbandonare rifiuti*