



Escursione	Monte Sirente dalla Valle Lupara Intersezionale con la Sottosezione CAI Altopiano delle Rocche
Data	Sabato 5 Settembre 2026
Direttori	AE Raffaele Spadaro (VS) 392.954.1666 AE Sebastiano Cropano (AR) 335.728.5232
Gruppo montuoso	Parco Regionale Sirente Velino



Difficoltà	EE	Tipologia	A
Durata	7 ore soste escluse	Partenza	Ore 8:00
Lunghezza	13,7 km	Dislivello	1210 m
Criticità	Quelle tipiche dei sentieri escursionistici di tipo EE	Punti d'acqua	Non presenti
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, calzoncini, cappellino, guanti, giacca antivento, k-way anti pioggia, 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 sui sentieri del Parco Regionale del Sirente Velino. Dal sentiero 18 si incrocia il sentiero 15 fino in vetta.		
Itinerario	Una grande classica del territorio del Parco Regionale Sirente Velino: l'ascesa al Monte Sirente dal versante nord, a mio parere il più suggestivo, lungo un itinerario a semi-anello. La partenza è prevista presso lo Chalet del Sirente, lungo la strada per Secinaro. Da qui imboccheremo il sentiero CAI 18, a quota 1.142 metri, risalendo attraverso una splendida faggeta fino a incrociare il sentiero 15, a quota 1.342 metri. Proseguiremo lungo il sentiero 15 per circa 2,5 chilometri, ancora immersi nell'ombra dei faggi, fino a raggiungere quota 1.900 metri. In questo punto ci fermeremo per ammirare la maestosa parete dolomitica del massiccio del Sirente, riprendere fiato e concederci una breve sosta. Riprenderemo quindi la salita lungo il sentiero 15 fino a quota 2.222 metri. Da qui, proseguendo in direzione ovest, raggiungeremo la vetta del Monte Sirente, posta a 2.348 metri di altitudine. L'escursione è impegnativa soprattutto per il notevole dislivello, più che per la lunghezza complessiva del percorso, ma offre panorami spettacolari e una grande soddisfazione una volta raggiunta la cima. Particolare attenzione è richiesta nel tratto compreso tra i 2.000 e i 2.222 metri di quota: per circa 700 metri il sentiero è costituito da pietrisco instabile e risulta estremamente sdrucchioloso. Sono pertanto necessarie una buona tecnica di discesa e un ottimo equilibrio.		



Rispetta la bellezza della natura



Segui il sentiero



Non abbandonare rifiuti



Club Alpino Italiano

Sottosezione Vesuvio



	Il percorso di ritorno seguirà lo stesso itinerario dell'andata fino a quota 1.730 metri. Qui, in corrispondenza di un bivio, imbrocheremo il sentiero che scende verso valle fino a Piano di Canale. Raggiunto il pianoro, incroceremo nuovamente il sentiero CAI 18, che ci ricondurrà allo Chalet del Sirente.
Ritrovo	Ore 07.30: Parcheggio Chalet del Sirente https://maps.app.goo.gl/22C5dqq1y4Pdgwui6 N.B. In caso di problemi contattare i direttori di escursione entro le ore 7:00.
Prenotazione	Per partecipare all'escursione è obbligatorio prenotarsi entro le ore 18:00 di giovedì 03/09/2026, 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	Escursione limitata a 10 partecipanti. Attenzione è richiesto un buon allenamento.



Rispetta la bellezza della natura



Segui il sentiero



Non abbandonare rifiuti