



# A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO

## Travesía por los Abruzos, Italia

Del 31 de mayo al 8 de junio de 2025



- 1. Los Abruzos**
  - 1.1. Orografía, geología y Relieve**
  - 1.2. Flora y Fauna**
  - 1.3. Senderos de gran recorrido en los Abruzos**
- 2. Programa y descripción de las Rutas (del 31 de mayo al 7 u 8 de junio)**
- 3. Extensión 3 días adicionales, Monte Vellino. (del 8 al 11 de junio)**
- 4. Fecha hora y lugar de encuentro**
- 5. Logística: material transporte, alojamiento, precio e inscripciones**
- 6. Normas de seguridad y advertencias**

# 1. Los Abruzos

---

## 1.1. Situación, orografía y relieve

Los Abruzos, es una de las veinte regiones que conforman la República Italiana. La ciudad más poblada es Pescara, seguida por L'Aquila. Está ubicada en Italia meridional, limitando al norte con Marcas, al este con el mar Adriático, al sur con Molise y al oeste con Lacio. Es una región montañosa en su parte occidental con el macizo del Gran Sasso. Aunque geográficamente se encuentre en la Italia central, es culturalmente y económicamente considerado como parte del sur de Italia, siendo los Abruzos el territorio más septentrional del antiguo reino de las Dos Sicilias.

Con una superficie de 10 763 km<sup>2</sup>, y rodeada por el este por el Adriático y en el oeste por los Apeninos, es una de las regiones más montañosas de Italia, constituida por un 64% de montañas y por el restante 36% de colinas. La llanura está reducida a la estrecha faja costera. La región presenta las más altas cumbres de los Apeninos, en los montes Abruzos (Appennino Abruzzese) con el Gran Sasso d'Italia con 2914 m y el macizo de la Majella de 2791 m.

## 1.2. Flora y Fauna

Abruzos ha sido llamada "Región verde de Europa" debido a sus tres parques nacionales, su parque Regional y sus treinta y ocho áreas protegidas que representan el 33% de su superficie<sup>6</sup> (el porcentaje más alto de áreas protegidas de Europa). El territorio además garantiza la supervivencia del 75% de todas las especies animales europeas. La región es de hecho el hogar de algunas especies raras, tales como el chorlito carambolo zancudo, el águila real, el rebeco de los Apeninos, el lobo itálico y el oso pardo de los Apeninos.<sup>8</sup> En Abruzos también se encuentra el Calderone, el glaciar más meridional de Europa.

## 1.3. Senderos de gran recorrido en los Abruzos

**Sentiero Italia, SI**, en el tramo de los Abruzos consta de 11 etapas entre Rivisondoli y Amatrice. Se cruzan dos importantes parajes protegidos: el parque nacional de la Majella y el parque nacional del Gran Sasso y Montes de la Laga. Estos se constituyen como los pulmones verdes de la región y en ellos vas a caminar por pintorescas crestas, preciosos lagos y amplios valles verdes.

<https://www.komoot.com/es-es/collection/2052112/por-los-pulmones-verdes-de-los-abruzos-sentiero-italia>

**Camino de Celestino, en los Abruzos**, es un «gran» viaje en etapas por los Abruzos que sigue la peregrinación del antiguo ermitaño de la Majella, Pietro Angelerio. En julio de 1294, Pietro partió desde la ermita de Morrone a lomos de un burro escoltado por Carlo D'Angiò y llegó a L'Aquila para ser coronado papa con el nombre de Celestino V en la basílica de Collemaggio.

<https://www.italia.it/es/abruzos/que-hacer/camino-de-celestino-en-los-abruzos>

**Il Cammino del Gran Sasso**. Se trata de un recorrido circular que parte de Fonte Cerreto, al pie del teleférico de Gran Sasso en el término municipal de L'Aquila, y se desarrolla en las siguientes etapas : la primera llega a Castel del Monte atravesando Campo Imperatore y la sugerente Cañón de Scoppaturo, escenario natural de numerosas películas; la segunda etapa va desde Castel del Monte hasta Rocca di Calascio, atravesando la meseta de San Marco y pasando el Colle della Battaglia; el tercero va de Rocca di Calascio a Santo Stefano di Sessanio; el cuarto llega a Barisciano por la Piana delle Locce; el quinto y último permite regresar de Barisciano a Fonte Cerreto pasando por las laderas del Monte Ruzza y el refugio Montecristo

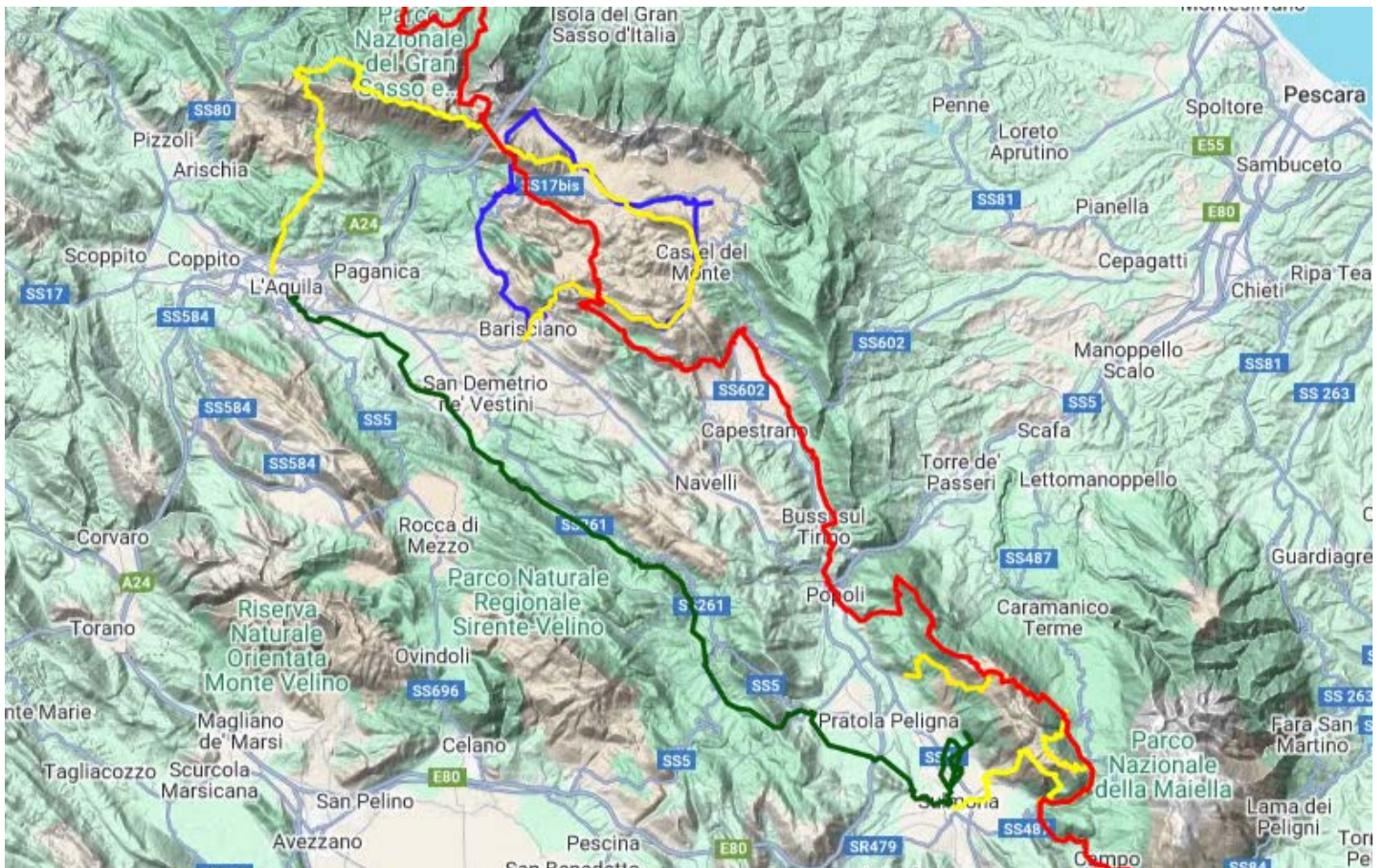
<https://camminodelgransasso.it/>

## 2. Programa y descripción de las Rutas

En esta actividad se pretende realizar una travesía recorriendo parte de la cordillera de los Apeninos. (Appennino Abruzzese) Entre los macizos más altos, el Gran Sasso d'Italia con 2914 m y el macizo de la Majella de 2791 m. La planificación es complicada debido a la escasez de alojamientos: Apenas hay refugios de montaña y son muy pequeños. En los pueblos pequeños tampoco hay mucha oferta de alojamiento y la que hay es de reducidas plazas. En varias ocasiones vamos a tener que alojarnos en hoteles o B&B donde habrá que compartir una cama de matrimonio.

En principio pensaba recorrer el Sendero de Italia SI en las 11 etapas, pero aparte que se necesitaban al menos 13 días, para las 11 etapas y dos días adicionales para la ida y la vuelta. No ascendía a cumbres importantes y había etapas de transición que podían resultar poco interesantes, así que se ha planificado una travesía que se apoya en los tres senderos anteriormente citados. Intentando recorrer en lo posible lo más interesante de los Abruzos y pasar por los pueblos más pintorescos.

- — Sendero de Italia (SI)
- — Il Cammino del Gran Sasso
- — Cammino di Celestino
- — Ruta prevista PEGASO



Dia 1, (31 de Mayo, sábado):

**Vuelo a Roma Fiumicino y bus (transporte público) a L'Aquila.** alojamiento en L'Aquila

Vuelos recomendados:

Three direct flight options are shown:

- Wizz Air Malta:** Departure 09:30 from MAD on 31 May, arrival 12:00 at FCO on 31 May. Duration: 2 h 30 min.
- ITA Airways:** Departure 11:35 from MAD on 31 May, arrival 14:05 at FCO on 31 May. Duration: 2 h 30 min.
- Iberia:** Departure 15:45 from MAD on 31 May, arrival 18:10 at FCO on 31 May. Duration: 2 h 25 min.

Para ir de Roma a Aquila se puede ir en tren o bus directo

The interface shows a search for routes from Roma Fiumicino to L'Aquila on 31 May 2025. It includes a progress bar with steps: HOURS AND PRICES, YOUR DETAILS, PAYMENT, and CONFIRMATION. Below, a table lists search results:

DEPARTURE	ARRIVAL	DURATION	CHANGE	BEST PRICE	Book
09:00	11:35	02:35	-	18,00 €	Book
14:00	16:35	02:35	-	18,00 €	Book
19:00	21:35	02:35	-	18,00 €	Book
21:30	23:45	02:15	-	18,00 €	Book

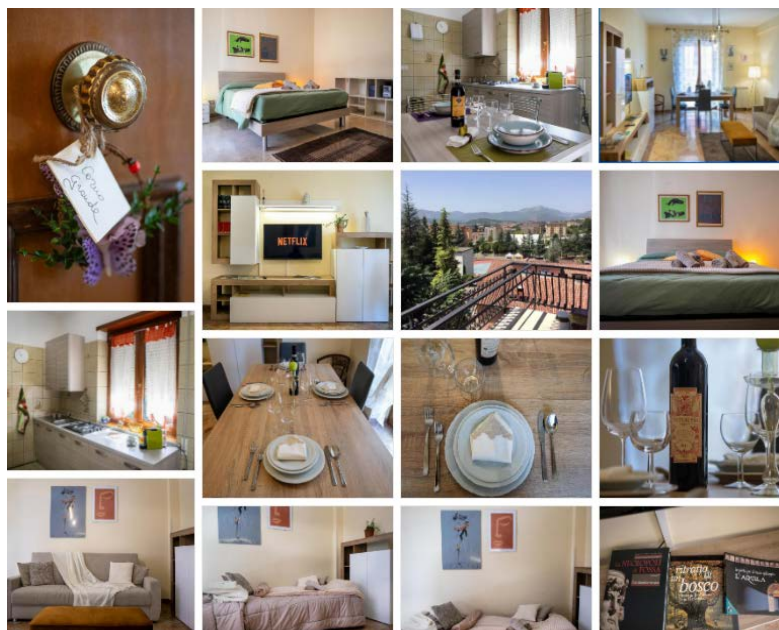
On the right, a calendar shows the selected date (Sat 31 MAY) and a list of outward journeys with details like departure times, durations, and prices starting from 22,60€.

**Alojamiento: (Solo Alojamiento):** Corno Grande [spacious apartment ] Via delle Nocelle, 4b, 67100 L'Aquila

*Este apartamento dispone de parking privado gratis, recepción 24 horas y wifi gratis. El apartamento cuenta con balcón y vistas a la montaña y a la ciudad, y tiene 3 dormitorios, una sala de estar, TV de pantalla plana, una cocina equipada con nevera y horno, y 2 baños con bidet.*

- Dormitorio 1, 2 camas individuales y 1 cama doble extragrande
- Dormitorio 2, 1 cama individual y 1 cama doble
- Dormitorio 3, 5 camas individuales
- Sala de estar 1 sofá cama

Como dormimos en el apartamento y es el primer día, se puede llevar la cena y el desayuno, o comprar en L'Aquila si no se llega muy tarde,



Dia 2, (1 de Junio, domingo):

### De L'Aquila a Refugio Fioretti.

Se puede comenzar a Andar directamente de L'Aquila o tomar un bus de línea que sube hasta Collebrincioni con lo que ahorraríamos unos 5kms y 400m de desnivel.

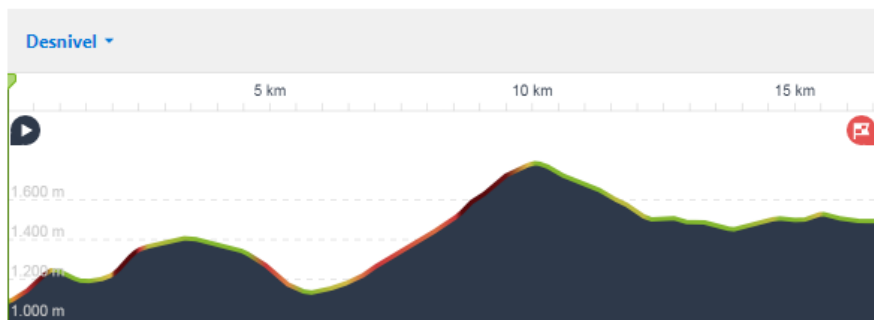
Horario de buses a Collebrincioni (lo ideal es pillar el de las 8 todos, o 10:30 si hay quien sube andando)

collebrincioni- aragno e viceversa										
linea	note	terminal	Viale gran Sasso (f.luminosa)	s.francesco	collebrincioni	aragno	collebrincioni	s.francesco	Viale gran Sasso (f.luminosa)	terminal
9	A					07.00	07.05	07.15	07.20	07.25
9		06.55		07.03	07.15	07.20	07.25	07.35	c.c.croce	07.50
M9		08.00	08.05	08.08	08.20	08.30	08.35	08.45	08.50	09.00
M9		10.30	10.35	10.38	10.50	11.00	11.05	11.15	11.20	11.30
M9		12.40	12.45	12.48	13.00	13.10	13.15	13.25	13.30	13.40
9	S	13.45	13.50	13.53	14.05	14.15	14.20	14.30	14.35	14.45

Ruta Collebrincioni – Ref Fioretti:

**Difficil** ⌚ 05:56 ↔ 16,6 km Ø 2,8 km/h ↗ 1.120 m ↘ 710 m

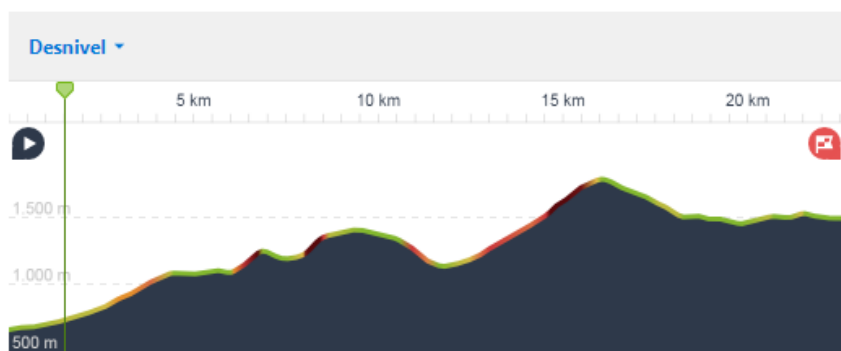
#### PERFIL DE LA RUTA



Ruta L'Aquila – Ref Fioretti:

**Difficil** ⌚ 07:55 ↔ 22,6 km Ø 2,9 km/h ↗ 1.570 m ↘ 740 m

#### PERFIL DE LA RUTA



**Alojamiento:** (MP) Refugio Domenico Fioretti  
 Situado a una altitud de 1.500 metros sobre el nivel del mar, el refugio Fioretti es uno de los pocos refugios gestionados situados a lo largo de los Apeninos. Se abre previa petición y se puede contactar con el administrador llamando al número 3386756890. El refugio que ofrece unas vistas encantadoras del macizo del Gran Sasso y, en particular, del Monte Corvo.



Día 3 (2 de Junio, lunes):

### De Ref. Fioretti a Campoimperatore.

Comenzamos con una subida de casi 550m de desnivel hasta un collado en la cuerda divisoria, a partir de aquí se sigue e cordal ascendiendo a varias cumbres hasta llegar a Campoimperatore.

Ruta Ref Fioretti – CampoImperatore (por la cresta) (Alt max 2440m, puede ser necesario crampones y piolet)

**Difficil** ⌚ 06:26 ↔ 12,8 km Ø 2,0 km/h ↗ 1.180 m ↘ 550 m

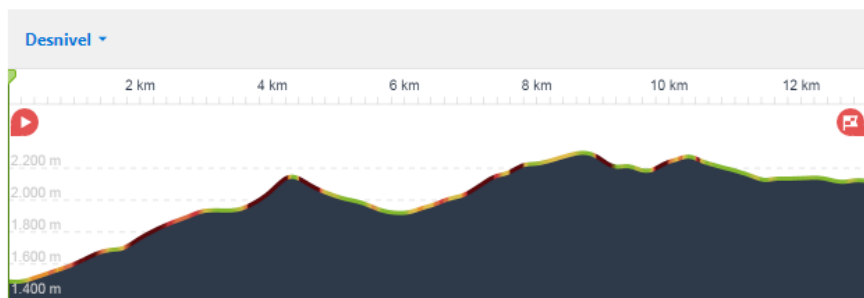
#### PERFIL DE LA RUTA



Ruta Ref Fioretti – CampoImperatore (por el valle) (Alt max 2300m, puede ser necesario crampones y piolet)

**Difficil** ⌚ 05:51 ↔ 13,0 km Ø 2,2 km/h ↗ 1.150 m ↘ 520 m

#### PERFIL DE LA RUTA



Si la meteo y las condiciones de nieve son ideales, se podría intentar subir al Grand Sasso este mismo día haciendo una etapa muy exigente, pero posible, ya que en junio hay muchas horas de luz.

**Difficil** ⌚ 10:52 ↔ 21,4 km Ø 2,0 km/h ↗ 1.930 m ↘ 1.310 m

**Alojamiento:** (MP) Ostello CampoImperatore <https://ostellocampoimperatore.com/sito/>

*El Albergue Campo Imperatore es el albergue más alto de Europa. Con sus 2115 metros sobre el nivel del mar, merece absolutamente una visita. Desde aquí es posible tomar los senderos que conducen a las numerosas cimas del macizo: Corno Grande y Corno Piccolo, Monte Portella, Monte Aquila, Monte Scindarella, Monte San Franco, Pizzo Cefalone, Monte Corvo, Pizzo d'Intermesoli, Monte Brancastello, Monte Prena y Monte Camicia.*

*Nos alojamos en 2 habitaciones triples (literas + cama) y una habitación doble.*



Día 4 (3 de Junio, martes)

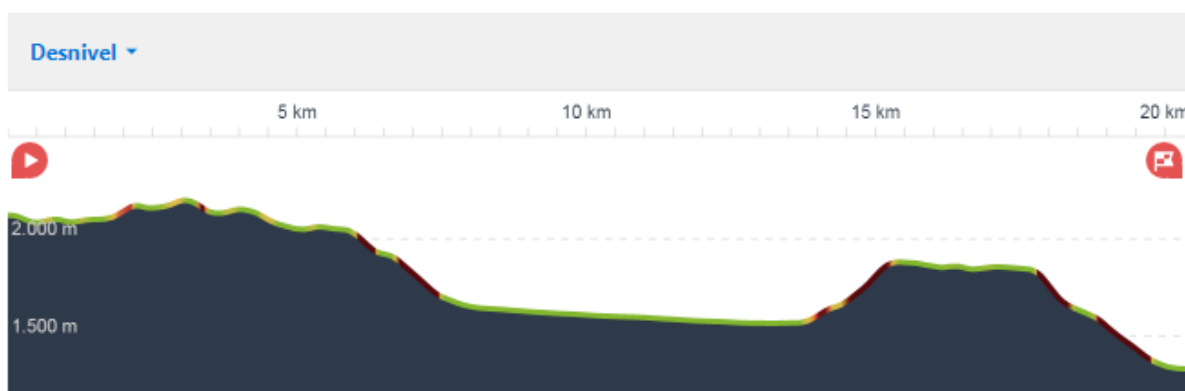
### De Campoimperatore a Castel del Monte.

Ruta mayoritariamente de bajada en la que podemos recorrer dos cordales pasando por varias cumbres como Monte de la Scindarella (2233m) y Cima di Monte Bolza (1927m)



**Difícil** ⌚ 06:32 ↔ 20,3 km Ø 3,1 km/h ↗ 500 m ↘ 1.300 m

#### PERFIL DE LA RUTA



**Alojamiento:** (MP) en Hotel Parco Gran Sasso (Castel del Monte) <https://parcogransassohotel.it/>

*Castel del Monte forma parte del conjunto de los pueblos más bellos de Italia. De alto interés histórico y cultural, el centro también es conocido como el pueblo de la lana y la trashumancia debido a sus tradiciones agropastorales de gran importancia.*

*El hotel Parco Gran Sasso está situado en Castel del Monte (AQ) a 1346 m, uno de los "pueblos más bellos de Italia", dentro del Parque Nacional Gran Sasso y Monti della Laga, justo a las puertas de la llanura de Campo Imperatore. . El hotel de tres estrellas superior incluye 33 habitaciones (70 camas) con balcones o terrazas, bar, restaurante típico de Abruzzo "Da Loredana" (150 plazas), amplias habitaciones, zona interior para niños y zona interior de juegos (billar, ping pong y fútbol).*

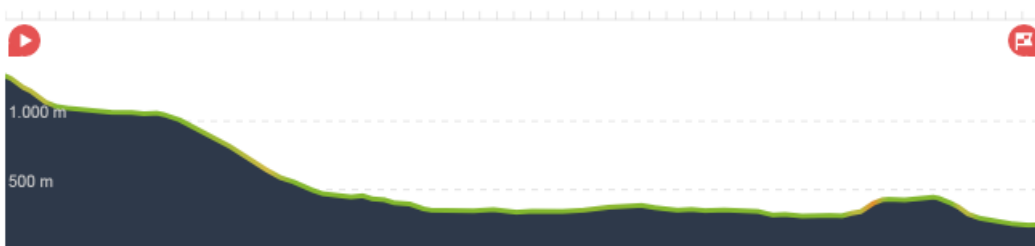


Día 5 (4 de Junio, miércoles)

## De Castel del Monte a Popoli

Opción 1, ruta completa a pie pasando pr Ofena y sin uso de transporte adicional.

**Difícil** ⌚ 08:37 ↔ 30,6 km ⌀ 3,5 km/h ↗ 240 m ↘ 1.320 m



Opción 2, ruta a pie por pueblos medievales (Calascio, Santo Stefano y Barisciano), y tomando bus para llegar a Popoli

**Difícil** ⌚ 06:43 ↔ 21,0 km ⌀ 3,1 km/h ↗ 690 m ↘ 1.160 m



↗ 17:48 ↘ 18:46	⌀ 58' ↗ 1593m	5,20 € >
17:48 Barisciano-SS17-bivio-r	18:46 Popoli-piazza Paolini-a	🚌 2003
↗ 19:48 ↘ 20:34	⌀ 46' ↗ 1593m	5,20 € >
19:48 Barisciano-SS17-bivio-r	20:34 Popoli-piazza Paolini-a	🚌 2003

Santo Stefano di Sessanio es un pueblo encantador, de casas de piedra, se integra a la perfección en el entorno que lo rodea. Junto con su vecino Castel del Monte, Santo Stefano ha sido nombrado uno de los pueblos más bonitos de Italia



**Alojamiento:** (AD) en Albergo Ma.Re, Via Fracasso 4, 65026 (Popoli)

Popoli es uno de los centros termales más importantes de Abruzzo y en la frontera del Parque Nacional Majella: se podría decir que es una de las puertas de entrada al área protegida..

Albergo Ma.Re se encuentra en Popoli, a 39 km de Majella National Park y a 34 km de Fortaleza Rocca Calascio. Este hotel de 3 estrellas tiene habitaciones con aire acondicionado, baño privado y wifi gratis.

En el hotel, todas las habitaciones disponen de escritorio. Todas las unidades del alojamiento están equipadas con TV de pantalla plana y artículos de aseo gratuitos.

2 habitaciones triples (3 camas) y 1 hab. doble





Día 6 (5 de Junio, jueves)

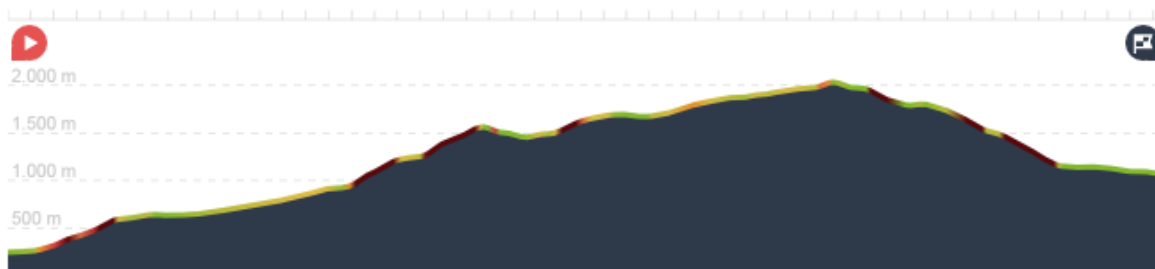
### De Popoli a Roccamanico

Este día atravesaremos uno de los macizos del Parque Nacional de la Majiella, ascendiendo al Pico Morrone (2061m), llegando al pequeño pueblo de Roccamanico



Opción 1: Popoli - Roccamanico

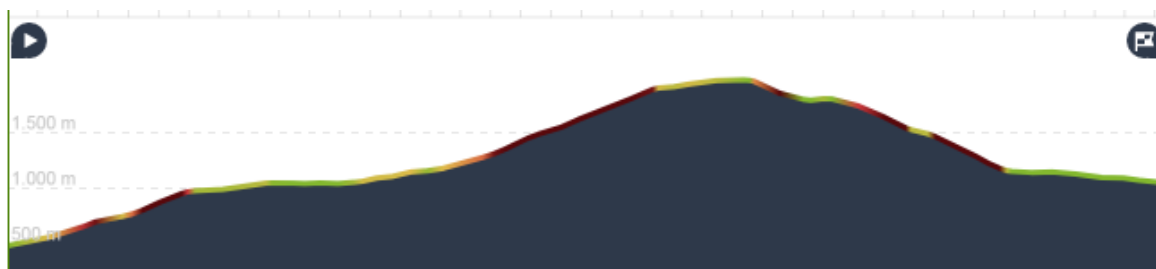
**Difícil** ⌚ 10:34 ↔ 25,2 km Ø 2,4 km/h ↗ 1.950 m ↘ 1.130 m



Etapa larga y con mucho desnivel, se puede acortar tomando un taxi en Popoli hasta Roccasale, (unos 25 o 30€ por taxi) donde empezaría la ruta,

Opción 2: Popoli - Roccasale (taxi) + Roccasale -Roccamanico

**Difícil** ⌚ 08:04 ↔ 19,2 km Ø 2,4 km/h ↗ 1.520 m ↘ 960 m



**Alojamiento:** (Solo Alojamiento) en B&B Lu Brihande <https://www.lubrihande.com/> +393897684536

*Nuestro bed and breakfast está situado en Roccamanico, en el corazón del Parque Nacional Majella, en una de las estrechas calles del pueblo medieval situado entre el macizo de Maiella y el Monte Morrone, con una de las vistas más evocadoras e impresionantes de Abruzzo..*

*2 habitaciones con cama de matrimonio y 1 hab. Cuádruple con cama de matrimonio y literas.*

*Disponemos de la casa completa con cocina, pero el pueblo es muy pequeño, sin establecimientos donde comprar y con solo un restaurante que abre en temporadas, puede ser necesario llevar algo para preparar la cena y desayuno del día siguiente.*

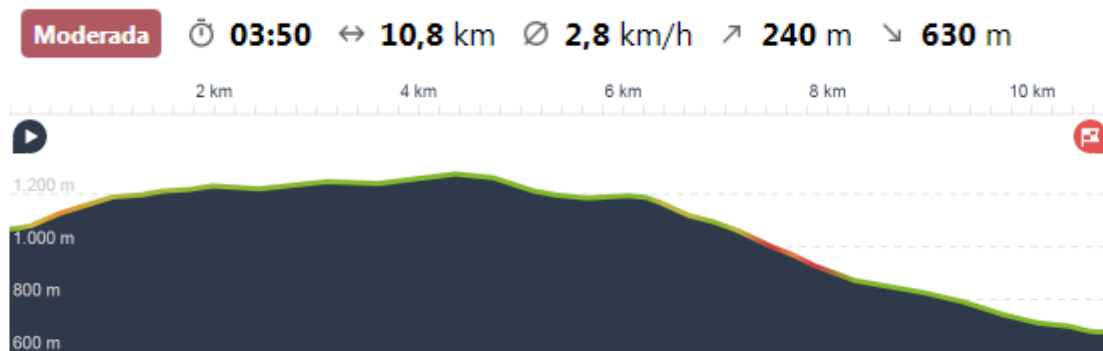


Día 7 (6 de Junio, viernes)

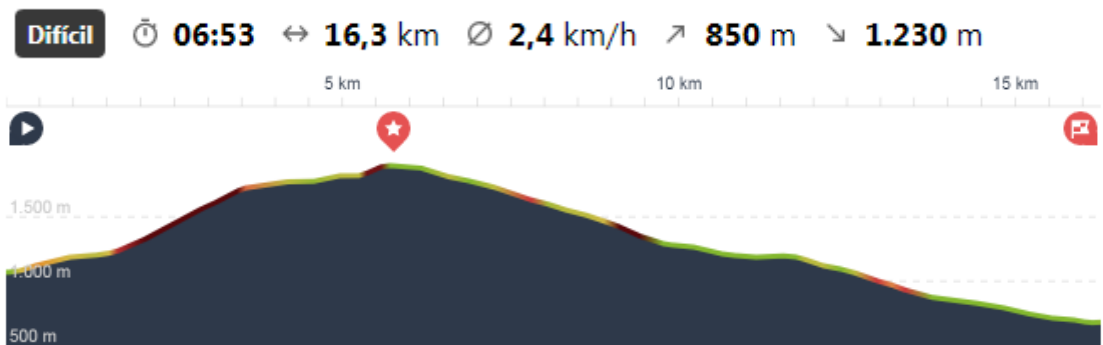
### De Roccacaramanico a Pacentro

De Roccacaramanico a Pacentro se puede ir por el Camino de Celestino en una etapa muy corta o aprovechar para volver a subir al macizo de la Majiella, ascendiendo al Monte Mileto

Opción1: De Roccacaramanico a Pacentro por Camino de Celestino.



Opción2: De Roccacaramanico a Pacentro por el Monte Mileto (1920m)



### Alojamiento: Bed and Breakfast San Marco

*Pacentro. El pueblo medieval y los barrios antiguos (siglos XII-XVI), que conservan el entramado de callejones y los restos de las antiguas murallas de la ciudad, representan una obra de arte al aire libre..*

*El bed and breakfast ofrece terraza, zona de estar, TV de pantalla plana vía satélite, cocina totalmente equipada con nevera y horno, y baño compartido con bidet y artículos de aseo gratuitos. También se ofrece fogones y tostadora, además de cafetera.*

*Apartamento 1: Apartamento de 3 dormitorios*

*2 cama dobles grandes + cama individual y1 litera*

*Apartamento 2: Apartamento de 2 dormitorios*

*1 cama doble grande y litera + 2 camas individuales*

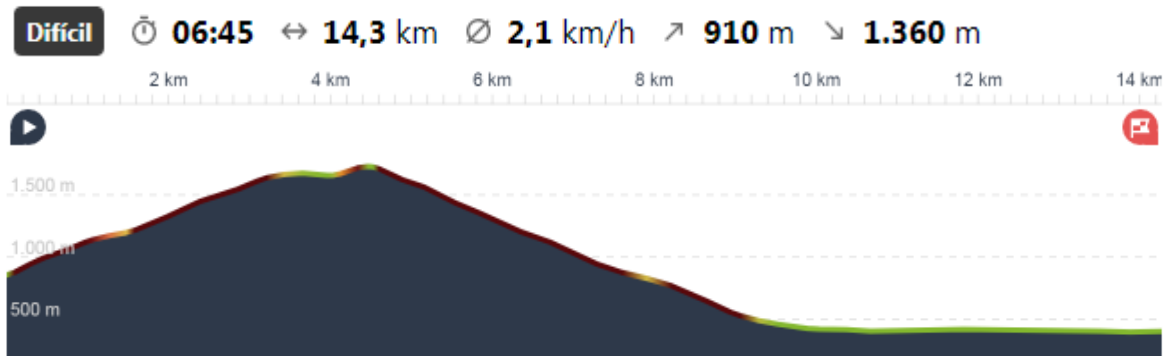


## Dia 8 (7 de Junio, sábado)

### De Pacentro a Sulmona

De Pacentro a Sulmona se puede ir por el camino de Celestino en apenas 5kms. (1h) pero se propone un recorrido más montañoso.

#### Opción1 Por el Morrone di Pacentro



La opción corta puede ser interesante para quien pretenda tomar el vuelo de vuelta ese mismo día. Hay varios vuelos a Madrid por la tarde del sábado y por la mañana se puede ir en tren o bus hasta el aeropuerto.

Viaje a Roma Fiumiccino y vuelo de vuelta a España (para quienes opten volver el sábado 7).

✈ 4515 / Leonardo express 4598	06:19	3h 18min	09:37	Fiumicino Aeroporto	1 cambio	a partire da <b>26,60€</b>
✈ 4515 / ✈ 4098 / ✈ 20445	06:19	3h 59min	10:18	Fiumicino Aeroporto	2 cambi	a partire da <b>20,60€</b>
✈ 4165 / FRECCIAROSSA 9405 / Leonardo express 4614	08:26	3h 41min	12:07	Fiumicino Aeroporto	2 cambi	a partire da <b>21,00€</b>
Esclusioni e limitazioni: Il treno non effettua servizio viaggiatori per soluzioni di viaggio tra Roma Termini e Roma Tiburtina						
✈ 4165 / ✈ 23320 / ✈ 20459	08:26	3h 52min	12:18	Fiumicino Aeroporto	2 cambi	a partire da <b>21,00€</b>
✈ 4165 / ✈ 20475	08:26	5h 22min	13:48	Fiumicino Aeroporto	1 cambio	a partire da <b>21,00€</b>
✈ 4165 / ✈ 20475 / ✈ 20471	08:26	5h 52min	14:18	Fiumicino Aeroporto	2 cambi	a partire da <b>21,00€</b>

Regionale: Velocità 4165; Prezzo C Prenotazione; Regionale 23320; Classe; Regionale 20459; Prezzo Punti X-GO per passeggero: 42

Vuelos el sábado 7 por la tarde.

	<b>20:25</b> FCO · 7 jun	<b>Directo</b> 2 h 35 min	<b>23:00</b> MAD · 7 jun
	<b>19:00</b> FCO · 7 jun	<b>Directo</b> 2 h 35 min	<b>21:35</b> MAD · 7 jun



### Alojamiento en Sulmona:

(por Determinar, dependiendo de si hay gente que vuelve a España el mismo sábado)

*Sulmona se encuentra en el valle del Peligna, dibujada por la confluencia del Vella y el Gizio, a la sombra de la Majella. El sello distintivo de su territorio es la carretera de los Apeninos, que va desde L'Aquila hasta Roccaraso e Isernia. Para conocerla, te recomendamos un paseo por el Corso Ovidio, dedicado al poeta latino, el más ilustre de los ciudadanos sulmoneses. Al corso se asoman las iglesias y los palacios que dan la imagen de una ciudad con un pasado ilustre desde la Edad Media. El monumento más representativo es el complejo de la Annunziata: la iglesia, del siglo XVIII, y el palacio, goticorenacentista, en el que se encuentra el Museo Cívico y del Traje.*

### Día 9 (8 de Junio)

Viaje a Roma Fiumicino (tren o bus+tren) y vuelo a Madrid.

Posibles trenes:

RJ 4315 / RJ 4095 / RJ 20445 06:19 Sulmona 3h 59min 10:18 Fiumicino Aeroporto 2 cambi a partir de <b>20,60€</b>
RJ 4165 / ANICOTARONIA 9405 / Leonardo express 4614 08:26 Sulmona 3h 41min 12:07 Fiumicino Aeroporto 2 cambi Forfeiti e limitazioni: il treno non effettua servizio viaggiatori per salite di viaggio tra Roma Termini e Roma Tiburtina
RJ 4165 / RJ 22320 / RJ 20459 08:26 Sulmona 3h 52min 12:18 Fiumicino Aeroporto 2 cambi a partir de <b>21,00€</b>
RJ 4165 / RJ 20475 08:26 Sulmona 5h 22min 13:48 Fiumicino Aeroporto 1 cambio a partir de <b>21,00€</b>
RJ 4165 / RJ 20475 / RJ 20471 08:26 Sulmona 5h 57min 14:18 Fiumicino Aeroporto 2 cambi a partir de <b>21,00€</b>

Posibles vuelos:

 <b>14:35</b> FCO - 8 jun ITA Airways	 Directo 2 h 35 min	<b>17:10</b> MAD - 8 jun
 <b>14:45</b> FCO - 8 jun Iberia	 Directo 2 h 35 min	<b>17:20</b> MAD - 8 jun
 <b>18:25</b> FCO - 8 jun Air Europa	 Directo 2 h 35 min	<b>21:00</b> MAD - 8 jun

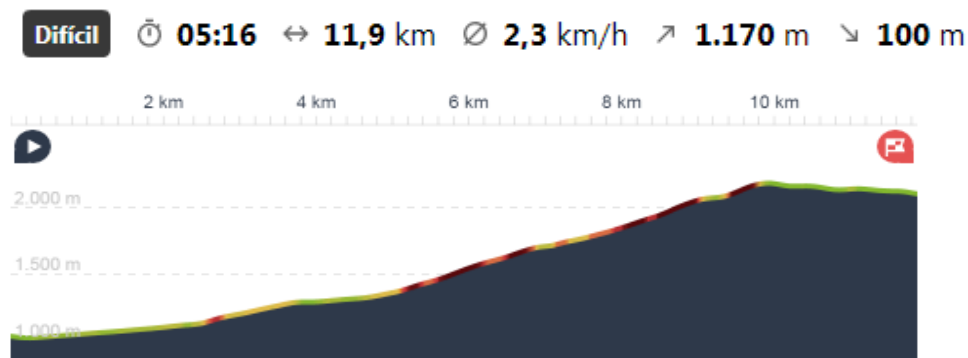
### 3. Extensión 3 días adicionales, Monte Vellino.

Para quien pueda disponer de tres días más se propone una ruta de tres días por el macizo del Monte Vellino, el tercer macizo más alto de los Apeninos después del Gran Sasso y la Majella.

#### Día 9 (8 de Junio)

##### De Ferme a Refugio Vincenzo Sebastiani

Desde Avezzano (se llegaría en tren desde Sulmona), habría que tomar un taxi hasta Ferme (unos 25 o 30€ por taxi) donde empezará la ruta.



##### Alojamiento en Refugio Vincenzo Sebastiani:

El refugio Vincenzo Sebastiani es un refugio de montaña ubicado en el territorio del municipio de Rocca di Mezzo, en los Apeninos de Abruzzo, en la provincia de L'Aquila, en la cordillera de Velino-Sirente.

Punto de partida para numerosas excursiones de verano e invierno al macizo de Velino (cuya cumbre está a unos 8 km de distancia) y a las montañas adyacentes de la Duquesa. y hacia las cimas circundantes ( Punta Trento y Punta Trieste , Colle dell'Orso ), es un refugio de estilo alpino propiedad de la sección CAI de Roma, equipado para pernoctar durante todo el año y gestionado para la alimentación. durante los meses de verano, y algunos fines de semana.



#### Día 10 (9 de Junio)

##### De Refugio Vincenzo Sebastiani a Rifugio Capanna di Sevice



##### Alojamiento en Refugio Capanna di Sevice:

Rifugio Capanna di Sevice es un refugio de altura en el macizo de Monte Velino, a una altitud de 2119 metros. Se encuentra en el Piano dei Cavalli, entre Monte Velino y Monte Rozza, con vistas a las Tres Hermanas.

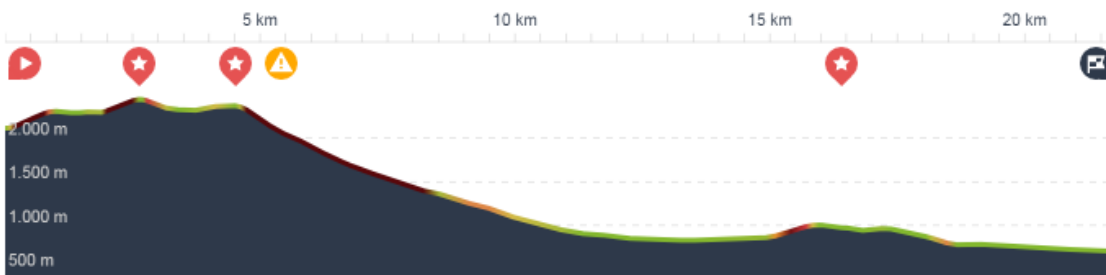
Es posible que en la fecha en la que vamos no se encuentre guardado, pero siempre tiene una parte abierta. (hay que llevar saco y aislante).



## Dia 11 (10 de Junio)

De Rifugio Capanna di Sevice a Avezzano ascendiendo a Monte Velino

**Difficil** ⌚ 08:32 ↔ 21,8 km ⌀ 2,6 km/h ↗ 610 m ↘ 2.010 m



**Alojamiento en Avezzano:** (por determinar)

## Dia 12 (11 de Junio)

Viaje a Roma Fiumicino (tren o bus+tren) y vuelo a Madrid.

RV 4163 / R 12510 / R 20443	07:12	2h 51min	10:03	2 cambi	a partire da 16,10€
Avezzano			Fiumicino Aeroporto		
RV 4165 / R 20457	09:19	2h 44min	12:03	1 cambio	a partire da 16,40€
Avezzano			Fiumicino Aeroporto		
RV 4167 / FRECCAROSSA 1000 8566	11:12	2h 25min	13:37	1 cambio	a partire da 27,60€
Avezzano			Fiumicino Aeroporto		
RV 4167 / R 4500 / R 20479	11:12	2h 51min	14:03	2 cambi	a partire da 16,10€
Avezzano			Fiumicino Aeroporto		
R 4553 / R 20501	13:20	3h 13min	16:33	1 cambio	a partire da 16,40€
Avezzano			Fiumicino Aeroporto		
R 4555 / Leonardo Leonardo express 4648	14:00	3h 7min	17:07	1 cambio	a partire da 22,10€
Avezzano			Fiumicino Aeroporto		
R 4555 / R 12534 / R 20515	14:00	3h 33min	17:33	2 cambi	a partire da 16,10€
Avezzano			Fiumicino Aeroporto		
R 4517 / R 20527	15:30	3h 3min	18:33	1 cambio	a partire da 16,40€
Avezzano			Fiumicino Aeroporto		
R 4557 / Leonardo Leonardo express 4666	16:04	3h 18min	19:22	1 cambio	a partire da 22,10€
Avezzano			Fiumicino Aeroporto		
R 4557 / R 12542 / R 20535	16:04	3h 29min	19:33	2 cambi	a partire da 16,10€
Avezzano			Fiumicino Aeroporto		

## 4. Fecha, hora y lugar de encuentro

Punto de encuentro en Roma Fiumiccino o en el alojamiento de L'Aquila,

Se creará un grupo whatsapp, para coordinarse y estar en contacto.

## 5. Logística: material, transporte, alojamiento, precio ...

---

### Material

**Obligatorio:** Pasaporte o DNI con al menos 6 meses de validez, saco de dormir, botas de montaña, bastones, cortavientos, gorra, gafas de sol, crema solar, ropa de abrigo, comida y agua suficiente. Frontal, Material de orientación (GPS y/o mapa y brújula). Posibilidad de necesitarse material invernal, crampones y piolet.

### Transporte.

En Avión a Roma Fiumicino. (200€ aprox con facturación de mochila) .

Transporte público: Bus, tren y taxi para desplazamientos locales.

### Alojamiento y comidas:

Apartamentos, Hoteles, B&B y Refugios. En régimen de Solo alojamiento (tres noches), Alojamiento y Desayuno (dos noches) o Media Pensión (tres noches)

### Precio:

**550-600 €.** aproximado (no incluye seguro para los no asegurados) (+200€ aprox. quien se quede hasta el día 11) Pago de 300€ o de 280€ (colaboradores y coordinadores) obligatorio mediante tarjeta bancaria a través de la web del Club. De no hacer efectiva a pagar en el plazo de 6 horas desde el apunte, se considerará anulada la preinscripción.

El resto se llevaría en efectivo.

El precio se ha calculado incluyendo coste de los alojamientos ya reservados y haciendo una estimación de lo que pueden costar las cenas y los desayunos donde no está expresamente incluido.

La estimación no incluye coste de transporte, Avión (+200€ estimado)

### Inscripciones.

En la web [www.montanapegaso.es](http://www.montanapegaso.es). El hecho de realizar la reserva conllevará implícito que el participante declara tener la capacidad física, deportiva y técnica adecuada para la realización de la actividad.

Anulaciones. Las condiciones quedarán sujetas al Apartado 7 del "Protocolo de Participación de Actividades". (<http://www.montanapegaso.com/club/protocoloparticipacion-en-actividades>)

**AVISO,** El precio se calcula en el momento de la inscripción y pago, por lo que para evitar hacer devoluciones, con el costo que eso conlleva, quien tenga pensado federarse para esta actividad tiene que asegurarse de haber tramitado la licencia federativa antes de realizar el pago.

### Coordinador.

Luis Cano [vivacazorla@yahoo.es](mailto:vivacazorla@yahoo.es) 639041165

## 6. Normas generales de Seguridad, advertencias

---

- **El participante en la actividad, al realizar la inscripción, declara poseer la capacidad físico-técnico-deportiva adecuada para la realización de la misma.**
  - Según la longitud, condiciones naturales de algunas de las rutas o la meteorología imperante, la realización, o cambios, de los itinerarios programados estará sujeta a la decisión de los organizadores (coordinador y/o responsables de seguridad) que informarán a los participantes, antes o durante la actividad, si esta se podrá realizar o no bajo el amparo del Club.
  - No se debe iniciar la marcha hasta que el coordinador lo indique.
  - **Ningún participante debe realizar recorridos no previstos**, si así lo decidiera debe comunicar, a los responsables de la actividad, su decisión de apartarse del programa y asumirá todas las consecuencias de su decisión.
  - Todos los grupos deben contar, al menos, con mapa, brújula, altímetro (o GPS) y emisora.
  - El no llevar el equipo necesario (ropa, gafas, comida, bebida, protección solar,) puede convertir una salida clasificada como fácil en muy difícil, dependiendo de las condiciones meteorológicas u otras que puedan presentarse.
  - Cada participante deberá consultar la previsión meteorológica el día anterior a la salida.
  - Cada participante debe conocer los datos y características de la ruta a realizar y, en función de ellos, su propia capacidad para realizarla.
  - Los participantes deben contar con la destreza y formación suficientes para el tipo de recorrido propuesto.
  - Si durante la marcha algún participante sufre un percance o se encuentra mal, debe comunicárselo a los organizadores (Coordinador) o, de no ser posible, a cualquier integrante de la marcha, ya que es la única forma de poder ayudarle antes de que se pueda producir un accidente.
  - Todo participante en la marcha, por el hecho de formar parte de un grupo adquiere la obligación de comunicar a los organizadores cualquier incidente que observe y que, a su entender, pueda suponer un peligro para cualquier persona. También debe colaborar, en la medida de sus posibilidades, en el auxilio de cualquier integrante del grupo.
  - Todo participante deberá ir provisto del material designado como obligatorio para el desarrollo de la actividad, en adecuado estado para su uso y poseyendo los conocimientos necesarios para su correcta utilización.
  - **El notorio incumplimiento de estas premisas por parte de alguna participante reserva a los organizadores el derecho a rehusar de su participación en ella.**
-