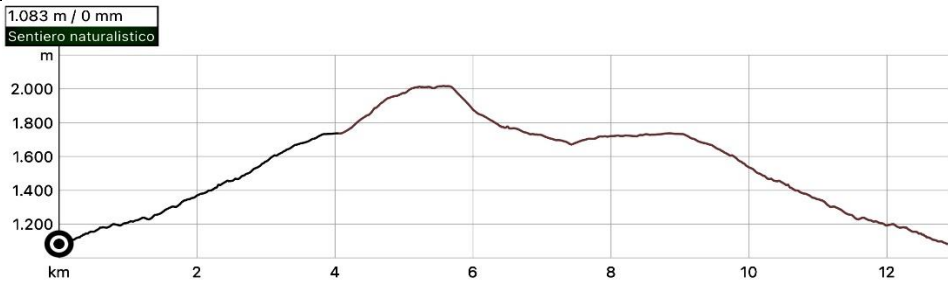




# Club Alpino Italiano

Sez. Piedimonte Matese

Data	06/08/2023
Escursione	<b>PNALM-Catena delle Mainarde</b> Da Castelnuovo al Volturno per il Monte Ferruccia (2005 m) al Monte Mare (2020 m) Carta escursionistica "Parco D'Abruzzo" scala 1.25.000, Sentieri M7-M10-N2
Difficoltà	EE
Durata	8 h
Tipo Itinerario	AR
Dislivello	D+ 1050 m ; Lunghezza: 14 km
Altimetria	
Equipaggiamento consigliato	Scarpe da Trekking (obbligatorie), guscio antivento/antipioggia, cappello, bastoncini telescopici, indumenti di ricambio, torcia frontale, crema solare, kit pronto soccorso (scheda con gruppo sanguigno, farmaci personali e segnalazioni di eventuali allergie), cibo e acqua sufficienti per l'escursione
Punto di ritrovo	Ore 7:00 via Lupoli, nei pressi della casa comunale di Piedimonte Matese (CE) Ore 8:20 Castelnuovo Al Volturno
Referenti	Diego Reveglia 3280465343 Antonio De Martinis 3286879971
Orario Partenza	8:30 Castelnuovo Al Volturno loc. Colle Rotondo Coordinate: : N41°37.1726' E014°01.0008'

## LE MAINARDE

Il gruppo montuoso delle *Mainarde* è situato a cavallo tra l'alta valle del Volturno a Est (Molise, provincia di Isernia) e l'alta valle del Melfa (Picinisco e S. Biagio Saracinisco, Lazio, provincia di Frosinone) a W, a Sud della catena dei **Monti della Meta**. Fa parte del Parco Nazionale d'Abruzzo Lazio e Molise (dall'ultimo grande ampliamento del 10/1/1990) di cui costituisce l'estremità meridionale. La catena calcarea è formata da valli e valloni nella parte occidentale e meridionale mentre a E (NE) numerosi circhi glaciali e relativi ghiaioni e morene delimitano il confine orientale dell'altopiano, affacciandosi sulla piana del Volturno e sulle valli e i contrafforti minori (a più basse quote) del versante est.

Il limite orografico settentrionale delle Mainarde non è ben fissato: taluni includono erroneamente i Monti della Meta nella catena delle Mainarde, ma è più corretto, come pure si ritrova altrove, ritenere queste ultime o un (sotto)gruppo a sé stante, o meglio un'appendice dei *Monti della Meta* (cf. G. Marinelli, *La Terra*, 1903, vol. IV,1, p. 219), che si estendono NNW-SSE, dalla Camosciara, attraverso la cima del Petroso (2247m), fino al Monte Meta (2242m).

Curiosamente la vetta più alta delle Mainarde (se includiamo il tratto a S di Passo dei Monaci), non ha nome ed è quella alla testata del circo glaciale che si estende tra Metuccia e Mt. a Mare, quotata 2161 su IGM e 2168m su una CTR del Lazio 1:10000 (attualm. vi è una piccola croce sull'ometto di vetta). Seguono per altezza, Mt. a Mare (2160m), La Metuccia (2105, 2102m), Coste dell'Altare (2075m), Mt. Cavallo (2039m), Forcellone (2030m), Mt. Mare (2020m), tutte ben note agli escursionisti (e ai membri del Club 2000).

**CURIOSITA'**: <http://www.civiltaappennino.it/2021/08/17/lappennino-molisano-e-larte-radicale-e-visionaria-di-charles-moulin/>

## Descrizione

A partire dal centro abitato di Castelnuovo al Volturno si seguono le indicazioni per la via "Charles Moulin" e si prosegue lungo la strada provinciale delle Mandrine percorrendo una strada asfaltata per circa 6 km fino ad arrivare ad un parcheggio sterrato sulla destra con annessa area attrezzata per pic-nic dotata di una fonte/abbeveratoio in pietra (quota 1000 mt circa), si continua per 500mt fino ad arrivare a uno slargo dove finisce la via asfaltata, parcheggeremo le auto e inizieremo l'escursione. Il percorso, dopo pochi metri, diventa una comoda ed ampia mulattiera che risale la faggeta di Colle Rotondo. Il sentiero M7 in costante e ascesa si snoda per la maggior parte attraverso boschi di faggio dove si nota la presenza di alcuni esemplari



ultrasecolari bellissimi. A quota 1190 mt si raggiunge un piccolo slargo dove sorge una fonte-abbeveratoio con annessa statuetta della Madonna, si continua risalendo la Valle Viata con ampi tornanti sempre immersi nel bosco. All'incirca a quota 1280 mt si passa accanto a un'altra fonte-abbeveratoio con annesso monumento commemorativo. Da questo punto il sentiero si fa decisamente più ripido e la progressione in salita diventa molto impegnativa, fino a quota 1.740 mt dove si arriva in località Passo della Montagnola con sbocco su un ampio pianoro, dal quale si osservano sulla sinistra la lunga cresta formata dal Monte Ferruccia e Monte Mare e sulla destra la vetta del Monte Marrone sulla cui sommità è stata eretta una grande croce Metallica sormontata da una grande aquila di bronzo con inciso il motto "tût per l'Italia" ricordando l'impresa del Battaglione Piemonte.

Dall'ampio pianoro ci dirigeremo in direzione Ovest, segnava M10, seguendo le tracce che scendono in una piccola conca con ruderi di stazzi, da qui si inizia a risalire l'evidente canale erboso che punta a Nord-Ovest, segni

bianco/rossi. Guadagnate le roccette della cresta, si aggira una dolina carsica e si percorrono gli ultimi metri di dislivello fino alla cima del Monte Ferruccia (2005 m) per transitare in progressione sul Monte Mare (2020 mt). La vista panoramica spazierà su tutta la catena delle Mainarde, il Monte a Mare, la Metuccia, La Meta, e poi a seguire il Monte Greco, il Monte Marsicano Est, il lago di San Vincenzo al Volturno ecc. La bellezza del panorama che si osserva è veramente notevole. Dopo aver consumato il pranzo e le foto di rito ci incammineremo in direzione nord, fino a scendere in località Passo della Tagliola, dove con un semi anello, prima con segnavia N2 per il piano della Ferruccia e poi M7, ritorneremo di nuovo al Passo della Montagnola per riprendere la mulattiera che ci riporterà alle macchine e dove terminerà la nostra escursione.





## CARTA ESCURSIONISTICA “PARCO D’ABRUZZO”

SCALA 1.25.000

SENTIERI M7-M10-N2



### EE=ESCURSIONISTI ESPERTI

Itinerari non sempre segnalati e che richiedono una buona capacità di muoversi sui vari terreni di montagna. Possono essere sentieri o anche labili tracce che si snodano su terreno impervio o scosceso, con pendii ripidi e scivolosi, ghiaioni e brevi nevai superabili senza l'uso di attrezzatura alpinistica. Necessitano di una buona esperienza di montagna, fermezza di piede e una buona preparazione fisica. Occorre inoltre avere un equipaggiamento ed attrezzatura adeguati, oltre ad un buon senso d'orientamento. Normalmente il dislivello è superiore ai 1000m.

## COMUNICAZIONI:

Sarà realizzato un gruppo WhatsApp con il titolo “Monte Mare” nel quale saranno inseriti i soci partecipanti al fine di migliorare la comunicazione tra i medesimi, condividere foto, ed inerente solo ed esclusivamente tematiche riguardante il territorio oggetto dell’escursione.

## AVVERTENZE

- I tempi di percorrenza sono calcolati in eccesso;
- Sono presenti 2 fonti-abbeveratoi durante l’escursione, si consiglia comunque di portare almeno due litri d’acqua;
- L’escursione avrà luogo soltanto in condizioni meteo ottimali e i Direttori si riservano di modificare in tutto o in parte l’itinerario in considerazione delle condizioni meteorologiche e nell’ipotesi in cui i tempi di percorrenza non siano rispettati; e in caso di annullamento all’ultimo momento per causa di forza maggiore, i prenotati non potranno chiedere ai Direttori risarcimenti per danni economici e non;
- I Direttori per la loro responsabilità si riservano di escludere dall’escursione i prenotati non adeguatamente attrezzati ed allenati;
- I partecipanti sollevano i Direttori dell’escursione e la sezione da ogni responsabilità per qualsiasi incidente o inconveniente dovuti alla propria personale imperizia o alla mancata osservanza delle regole dell’andare in montagna e di quanto indicato in questa scheda tecnica, che ogni partecipante con la sua adesione dichiara di aver letta ed accettata incondizionatamente in tutte le sue parti;

### **Norme di comportamento da tenere durante l’escursione:**

Ogni componente del gruppo durante l’escursione dovrà seguire il direttore di escursione, non uscendo mai dal sentiero, seguendo scrupolosamente le indicazioni; chi dovesse fermarsi per qualsiasi motivo (necessita fisiologiche ecc.) dovrà chiederlo all’accompagnatore che chiude la fila, per poi quest’ultimo attenderlo; è fatto obbligo a tutti di riportare con sé i rifiuti, anche quelli organici (bucce di frutta e residui di cibo), di rispettare la flora e la fauna, di non cogliere piante, funghi, frutti o fiori, ma di portare a casa solo fotografie, di rispettare le culture e le tradizioni locali, ricordandoti che sei ospite della montagna, e devi mostrarti civile e solidale con i suoi abitanti.

**Prenotazione:** per partecipare all’escursione è obbligatorio prenotarsi entro venerdì antecedente la data prevista per l’escursione, contattando uno dei direttori; i non soci CAI saranno ammessi a previo presa visione del regolamento, della difficoltà dell’escursione, sentito il parere dei referenti, previo pagamento di polizza assicurativa.

***Dai direttori: “Buon cammino a tutti”***