



Club Alpino Italiano

Sez. Piedimonte Matese

Data	27/07/2025
Escursione	GRUPPO SIRENTE-VELINO. MONTE SIRENTE (2348 m) DALLO CHALET DEL SIRENTE PER LA VALLE LUPARA.
Difficoltà	EE
Altimetria	
Durata	7h (tempo calcolato in eccesso)
Dettagli Escursione	Partenza: Chalet del Sirente. Quota Minima: 1156m Quota Massima: 2348 m Dislivello in salita: 1200 m Segnaletica: Bianco/Rossa Sentieri 15 e 18 Acqua: no Lunghezza: 11 km
Tipo Itinerario	A/R
Dislivello	D+ 1200 m circa
Equipaggiamento consigliato	Scarponi da Trekking (obbligatori), guscio antivento/antipioggia, cappello, bastoncini telescopici, kit primo soccorso, crema solare. Cibo e acqua sufficienti per l'escursione. Indumenti di Ricambio. Torcia Frontale
Punto di partenza	Ore 5,45 presso Centro Commerciale Elefantino, Alife (CE).
Referenti	Diego Reveglia 3280465343 Gianni D'Amato 3420970734
Orario Partenza escursione	Ore 8.30 Chalet del Sirente (Secinaro).
Note	ESCURSIONE IMPEGNATIVA, È RICHESTA <u>OTTIMA</u> PREPARAZIONE FISICA

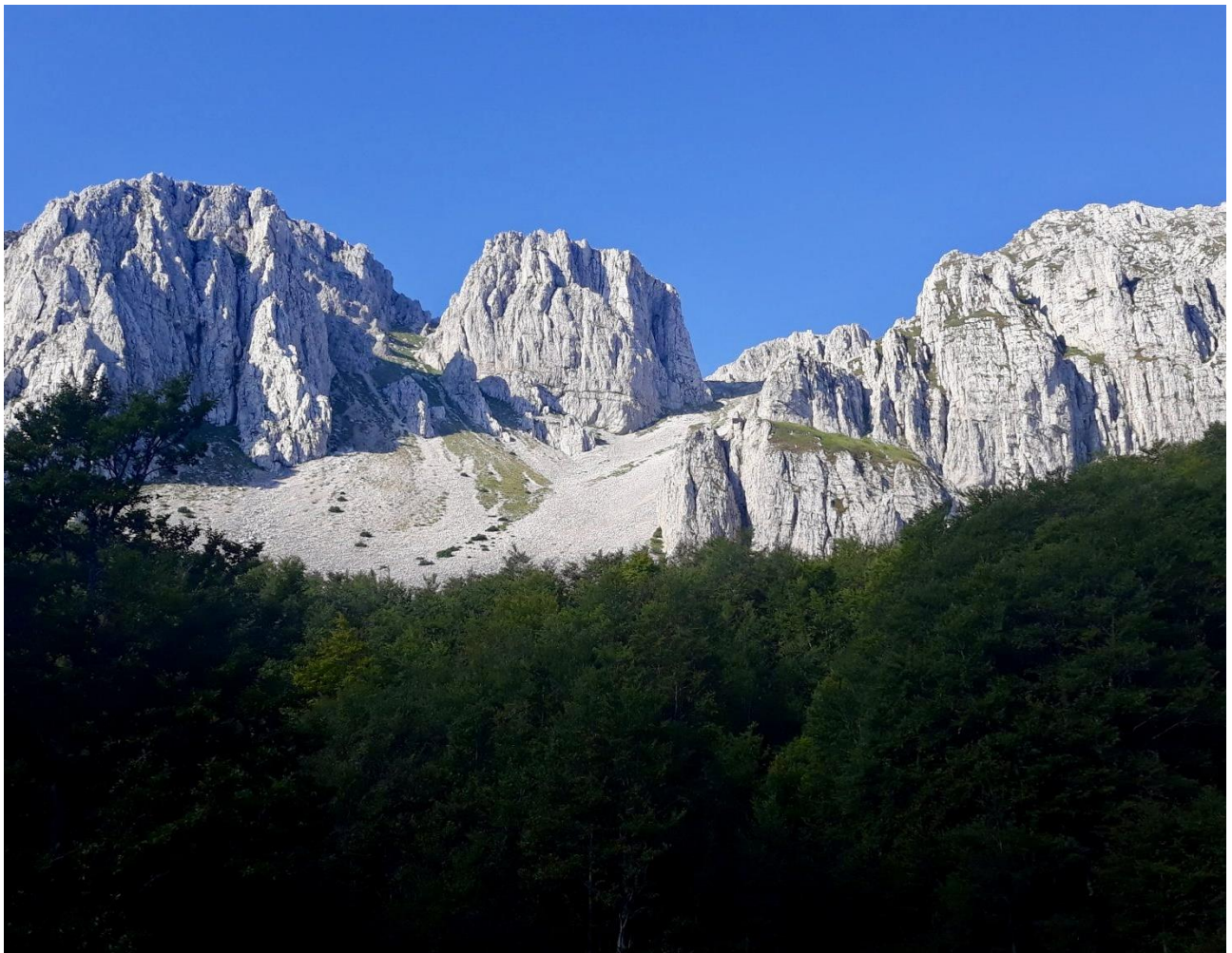
Non sono in molti a saperlo, ma il Sirente è una delle cime più belle dell'Appennino. Lo sanno bene gli scialpinisti, che lo salgono lungo il Canalone Maiori, o con minori difficoltà dal versante di Ovindoli o del Fucino.

Lo sanno gli alpinisti, che lo raggiungono per l'una o l'altra delle tante vie estive e invernali che sono state tracciate negli anni nel gigantesco versante Nord, una muraglia larga una decina di chilometri e alta più di mille metri. Molti escursionisti però, con il caldo dell'estate, non hanno voglia di affrontare il versante meridionale, modellato dal carsismo, che scende verso le Gole di Celano e la piana coltivata del Fucino

Esiste un sentiero, però, che consente di salire al Sirente in estate camminando per la prima ora e mezzo all'ombra dei faggi, e affrontando solo più tardi il sole sulle balze della Valle Lupara. A rendere ancora più attraente questo percorso sono i camosci, reintrodotti a partire dal 2012 dal Parco Sirente-Velino, che si incontrano sempre più spesso in Valle Lupara e sulle rocce.

Certo, va detto che il sentiero della Valle Lupara è lungo e faticoso, e il dislivello che sfiora i 1200 metri lo riserva a camminatori allenati. Non ci sono difficoltà tecniche, e anche la barriera di erba e roccette che sembra chiudere l'uscita dal vallone si supera agevolmente con qualche tornante e una diagonale su sassi ed erba.

Occorre avere piede sicuro, invece, nei traversi della parte centrale del percorso, che possono diventare molto pericolosi. Il terrazzo erboso al termine del bosco è un'ottima meta per chi cerca un itinerario più breve. La segnaletica, migliorata dal Parco e dal CAI negli ultimi anni, è ottima anche nella prima parte nel bosco. La riapertura dello Chalet Sirente consente di ristorarsi, al ritorno, con una birra, un piatto di arrostitini o molto altro.



ITINERARIO

Da Rocca di Mezzo o Secinaro si segue la panoramica strada che collega i due centri fino allo Chalet Sirente (1156 m, 13 km da Rocca di Mezzo e 7 da Secinaro). Di fronte al posteggio, una stradina scende verso l'area da picnic della Fonte all'Acqua.

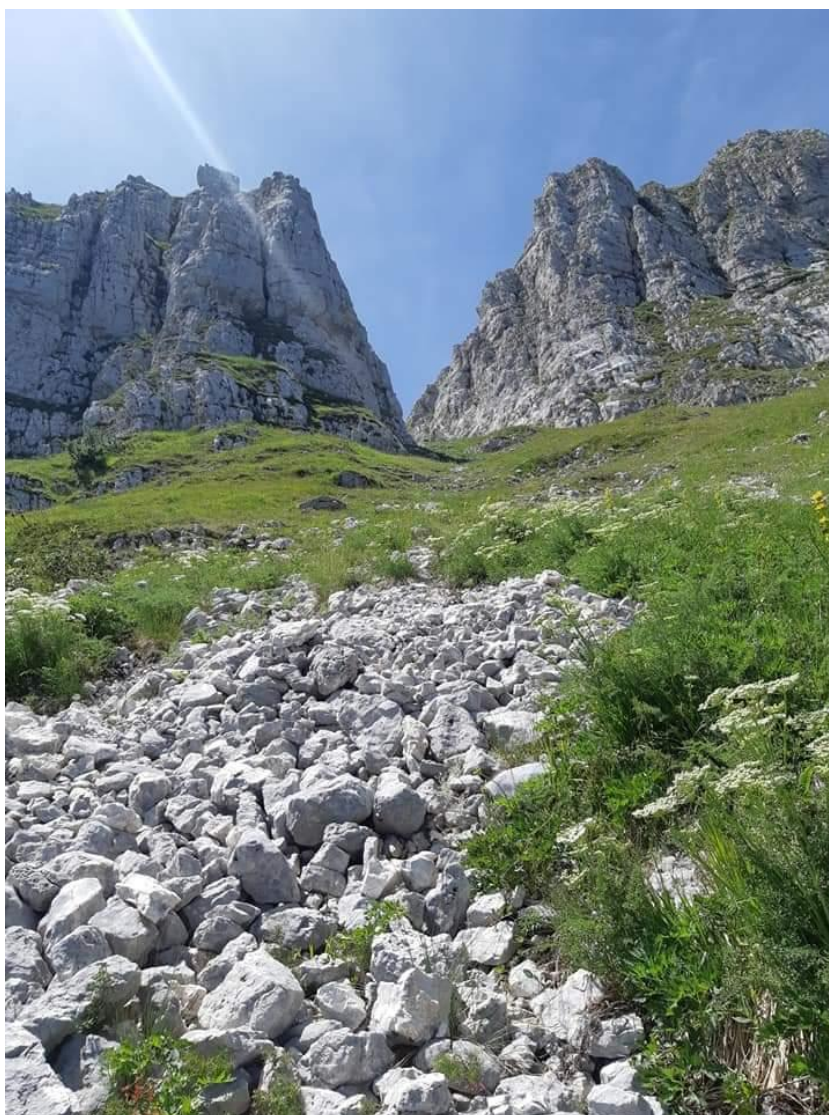
A destra dello Chalet si imbecca a piedi una strada sterrata indicata da cartelli del Parco e dai segnavia bianco-rossi 15 e 18. Dove il tracciato si biforca si lascia a destra il ripido percorso per il Canalone Maiori, e si prosegue nella boscosa Valle del Condotto. A un secondo bivio (1300 m), indicato da ometti di pietre e segnavia, si inizia a salire verso destra nella faggeta.

Superato un ripido gradino si incrocia un'altra carrareccia pianeggiante. Il tracciato, sempre evidente, diventa via via più ripido e faticoso, poi tocca una vecchia piazzola di carbonai e piega a sinistra con pendenza minore. Si traversa una prima radura, poi si sale a un idilliaco terrazzo erboso (1750 m), ai piedi delle torri rocciose della parte orientale della parete del Sirente, in vista dell'Altare della Neviera. Verso nord appare la catena del Gran Sasso.

Il sentiero va a destra, rientra nel bosco, poi sale con dei ripidi tornanti, alla base di alte pareti calcaree. Scavalcata una forcella, si raggiunge e si risale un ampio vallone erboso dominato dalle rocce della cresta sommitale del Sirente. Verso destra, compaiono le pareti della Valle Lupara, che si raggiunge dopo una salita obliqua e dopo aver scavalcato una seconda forcella (2050 m).

Una traversata su dei pendii molto ripidi porta a un crinale secondario e poi alle ghiaie della Valle Lupara. Si continua a salire ripidamente, si costeggia una parete verticale, poi si raggiunge e si supera senza alcuna difficoltà una fascia di erba e rocce.

All'improvviso, si esce (2225 m), sui dossi erbosi e sassosi della cresta del Sirente, in vista del versante che digrada verso il Fucino. Si riprende a salire verso destra, si superano delle rampe ghiaiose, e dove la cresta si stringe si affaccia sull'impressionante del Canalone Maiori. Un comodo tratto a mezza costa, una valletta erbosa e un'ultima ripida salita portano alla vetta (2348 m), larga e comoda ma affacciata su un salto verticale. Si scende per la via di salita.



COMUNICAZIONI:

Sarà realizzato un gruppo WhatsApp con il titolo **“SIRENTE”** 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;
- Non sono presenti fonti, si consiglia 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: “Buona Montagna a tutti”

