

## ALLA SCOPERTA DELL'ALTO MOLISE... IL TRIONFO DELLA NATURA

Trekking e Turismo

12 /15 MAGGIO

AGNONE / CAPRACOTTA / MONTE CAMPO/ PIETRABBONDANTE/ PUNTA ADERCI



A dispetto dell'ironico hashtag **#ilmolisenonesiste**, che ha fatto il giro del mondo ed è diventato un marchio registrato, **il Molise esiste, eccome**. È una regione ricca di storia e bellezze naturali, con tradizioni di origine antichissima. Il suo territorio è equamente diviso tra montagne e colline: attraversato interamente dalla dorsale appenninica, il terreno degrada, con ampie ondulazioni, verso le strette pianure fino ad arrivare al mare. **Un verdissimo ambiente**, dai 700 ai 1400 metri di altitudine, circondato da belle catene appenniniche – le Mainarde, il Monte Greco, la Maiella, il Matese – fatto di pascoli e foreste, piccoli centri con vestigia di castelli medievali e siti archeologici, una storia millenaria legata alla pastorizia transumante, che permane nei resti degli antichi tratturi (le vie erbose che le greggi percorrevano inseguendo i pascoli) di una civiltà contadina da cui sono nate tradizioni, convivialità, prodotti tipici ( che bontà le scamorze e i caciocavalli !) insieme a sapienze artigianali: basta citare **Agnone**, con le sue **fucine di campane**. Il trekking da **Capracotta**, fino alla cima del Monte Campo che dai suoi 1740 metri spazia fino al Mare Adriatico, **Pietrabbondante** con il famoso teatro-tempio

sannitico, la riserva **Naturale di Punta Aderci** tra scorci panoramici sul mare e trabocchi, ci faranno amare il Molise e desiderare di tornarci !!

## PROGRAMMA

### 12 MAGGIO: PERUGIA / ISERNIA / AGNONE

Ritrovo dei partecipanti a **Perugia Madonna Alta Piazzale Unicredit** e partenza **alle ore 0600** per il Molise. Arrivo ad **Isernia** e passeggiata con guida al centro storico della città': dalla cattedrale, costruita su un tempio romano, alla monumentale **Fontana Fraterna**. Pranzo libero e trasferimento a Agnone Sistemazione in hotel nelle camere riservate, ed incontro con **Antonio la nostra guida ambientale escursionistica** che ci accompagnerà per tutto il viaggio. Visita del centro storico di Agnone: **Museo della Pontificia fonderia Marinelli**, celebre per produrre **le campane che rintoccano nelle chiese di tutto il mondo**, e del centro storico, con botteghe artigiane, bei palazzi e chiese, come quelle di San Emidio (XIV sec.), San Francesco, con il museo del libro antico.

Agnone è famosa anche per **il rito natalizio della "N' docciata"**: sfilata dei portatori di fasci di legno di abete bianco raccolti in una sorta di grandi fiaccole. **Cena di benvenuto in ristorante con menu tipico**. Pernottamento.

### 13 MAGGIO : CAPRACOTTA / MONTE CAMPO / GIARDINO DELLA FLORA APPENNINICA

Prima colazione in hotel. Trasferimento in bus a **Capracotta** Si sale a Monte Campo (1746 metri s.l.m.), la più alta vetta dell'alto Molise, dalla quale si può ammirare un panorama che spazia fino al mare Adriatico. Partendo dal borgo di Capracotta, lungo il percorso si incontra la piccola chiesa di Santa Lucia. Una volta giunti in cima, molto caratteristica è la lunga cresta rocciosa di questa montagna, con balzi e speroni rocciosi a strapiombo sulla sottostante valle. In seguito, si cammina fino al Guado Spaccato, per poi arrivare a Prato Gentile, modesto, ma particolare pianoro erboso circolare. Successivamente, si visita l'eremo di San Luca, adagiato sulla parete rocciosa dell'omonimo monte, si attraversa il bellissimo **Bosco Abeti Soprani**, rarità ecologica dell'Appennino centrale, e si arriva a Pescopennataro. A fine escursione, ci si trasferisce in bus al **Giardino della Flora Appenninica** di Capracotta per una visita.. Rientro in bus ad Agnone, **cena e pernottamento in hotel**. (PER CHI NON PARTECIPA AL TREKKING ITINERARIO TURISTICO CON VISITA GUIDATA DI CAPRACOTTA, CASTEL DEL GIUDICE , PESCOENNATARO IL PAESE DELLA PIETRA )

#### Caratteristiche tecniche della tappa

**Durata: 4 ore e mezza (escluse le soste)**

**Lunghezza della tappa: 13 km.**

Dislivello totale in salita: +650 metri.

Dislivello totale in discesa: -810 metri.

**Livello di difficoltà: media.**

#### 14 MAGGIO RISERVA NATURALE DELLA BIOSFERA DI COLLEMELUCCIO/ PIETRABBONDANTE

Prima colazione in hotel. Dopo un breve trasferimento in bus, trekking alla **Riserva Naturale Orientata e Riserva della Biosfera di Collemeluccio, tutelata dall'UNESCO**. Pranzo libero al sacco. Dopo aver percorso un breve pezzo del Regio **Tratturo Celano-Foggia**, si ammira la **grande area archeologica del teatro-tempio del II secolo a.C.** il più importante sito archeologico dell'area sannitica a **Pietrabbondante**, caratteristico borgo incastonato fra enormi massi dette "Morge" ai piedi del monte Caraceno. **(PER CHI NON PARTECIPA AL TREKKING VISITA DI PIETRABBONDANTE e CASTEL PETROSO CON LA SUA IMPONENTE BASILICA)** Nel tardo pomeriggio rientro in hotel ad Agnone. **Cena e pernottamento in hotel.**

##### Caratteristiche tecniche della tappa

**Durata: 5 ore (escluse le soste)**

**Lunghezza della tappa: 17 km.**

Dislivello totale in salita: +550 metri.

Dislivello totale in discesa: -544 metri.

**Livello di difficoltà: media-facile.**

#### 15 MAGGIO PUNTA ADERCI / PERUGIA

Prima colazione in hotel . Partenza per la costa e visita della **Riserva Naturale di Punta Aderci, fra scorci panoramici sul mare Adriatico** e alcuni trabocchi. L'escursione va dal porto di **Vasto** fino alla **foce del fiume Sinello**. **(IN ALTERNATIVA POSSIBILITA' DI UNA PASSEGGIATA DI CIRCA 2 KM DA PUNTA ADERCI A PUNTA PENNA)**. Al termine dell' escursione possibilità di pranzare su un trabocco con menu a base di pesce per chiudere in bellezza il nostro week end !! Dopo il pranzo partenza per in rientro a Perugia previsto in serata.

##### Caratteristiche tecniche della tappa

**Durata: 3 ore e mezza (escluse le soste)**

**Lunghezza della tappa: 14 km**

Dislivello totale in salita: +120 metri.

Dislivello totale in discesa: -120 metri.

**Livello di difficoltà: facile.**

### Quota individuale di partecipazione

<b>Soci UniCredit Circolo Umbria</b>	<b>320 euro</b>
<b>Non Soci</b>	<b>370 euro</b>
<b>Supplemento singola</b>	<b>35 euro</b>

**Gruppo minimo 30 partecipanti**

**Viaggio in pullman gt 41 posti**

**Supplemento singola € 35,00**

#### La quota comprende

- Trasporto in pullman gt a disposizione per tutto il viaggio
- Sistemazione in hotel categoria 4 stelle **HOTEL DUCA DI SANNIO** ad Agnone
- Trattamento di mezza pensione in hotel, con una **cena tipica in ristorante ad Agnone**
- Bevande ai pasti incluse
- **Visita di Isernia con guida**
- **Guida turistica per le visite alternative al trekking**

- Guida escursionistica per tutto l'itinerario dal pomeriggio del 12 alla mattina del 15 maggio
- Assicurazione sanitaria e bagaglio annullamento covid policy € 20,00

#### La quota non comprende

Gli extra a carattere personale, le mance, gli ingressi ai siti e ai musei non menzionati, i pasti non specificati, tassa di soggiorno, i pranzi al sacco e tutto quanto non espressamente citato alla voce la quota comprende

### Modalità di Iscrizione

1. Comunicazione tramite mail all'indirizzo **unicreditcircoloperugia@gmail.com** della volontà di voler partecipare alla gita, comunicando i dati completi dei partecipanti: nome, cognome, luogo e data di nascita, comune di residenza, numero cellulare (da effettuarsi prima possibile);
2. Versamento, **entro lunedì 21 marzo**, dell'ACCONTO di 100 euro a persona, a titolo di "caparra confirmatoria", sul conto corrente intestato al Circolo UniCredit Umbria IBAN IT2000200803032000040553329, con comunicazione, all'indirizzo **unicreditcircoloperugia@gmail.com**, del dimostrativo di pagamento.
3. Versamento, **entro venerdì 23 aprile**, del SALDO che vi verrà comunicato in tempo utile tramite mail, sul conto corrente intestato al Circolo UniCredit Umbria (come sopra) con comunicazione, all'indirizzo **unicreditcircoloperugia@gmail.com**, del dimostrativo di pagamento; dopo il 23 aprile, le prenotazioni senza saldo verranno ritenute nulle con perdita dell'acconto versato a titolo di caparra confirmatoria.