

**Data: da sabato 18 a domenica 19 giugno 2011**

**MONTI DELLA LAGA:  
TRAVERSATA CAMPOTOSTO - CESACASTINA  
ATTRAVERSANDO IL MONTE DI MEZZO  
E LA VALLE DELLE CENTO CASCATE**

**Fantastici panorami tra il lago e le rombanti cascate**

Si percorre così lo stesso cammino della transumanza che gli antichi pastori compivano ogni anno in un senso e nell'altro per portare le greggi a svernare giù sul Tavoliere delle Puglie per poi tornare in alta quota con il primo disgelo, per consentire alle greggi di saziarsi con la profumatissima erba delle montagne e quindi produrre un latte gustosissimo.

Nel caso in cui non fosse possibile effettuare una traversata completa per motivi dipendenti dalle condizioni meteorologiche, effettueremo alcune escursioni panoramiche nella zona del lago di Campotosto e della valle delle cento cascate.

Per il pernottamento abbiamo a disposizione fino a 9 posti letto in due appartamenti a Cesacastina, di proprietà di Alessio, gestore anche di una trattoria dove potremo gustare le specialità della Laga. Vista la limitatezza dei posti disponibili, occorre prenotare al più presto possibile.

**DIFFICOLTA': E**

**DISLIVELLO:** 700 m

**LUNGHEZZA:** 13 km ca

**TEMPO DI PERCORRENZA:** 5 h

**QUOTA E COSTI:** la quota pernottamento e prima colazione è di **Euro 35**, + **Euro 15** a titolo di rimborso spese organizzative, + costo della cena e pranzi al sacco. Infine ci sono le spese di viaggio (il proprietario dell'automobile utilizzata per i trasferimenti non partecipa alle spese di benzina e pedaggio autostradale). Indispensabile effettuare il viaggio con almeno 3 auto. Obbligatoria la **tessera FederTrek 2011**.

**ABBIGLIAMENTO:** Scarpe da trekking e bastoncini obbligatori, giacca antivento impermeabile, indumenti di ricambio, zaino e borraccia, cappello, occhiali da sole.

**APPUNTAMENTO:** Sabato 18 giugno, ore 7,30 davanti al bar "Antico Casello", di fronte alla Stazione della Metro B "Rebibbia"

**TRASFERIMENTO:** Auto proprie

**INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI:**

**AEN Giuseppe Virzì 339 1501955**