



GRUPPO ESCURSIONISTICO  
PROVINCIA DI ROMA



**FederTrek**  
Escursionismo e Ambiente

Programma “**Cammina per l’Abruzzo**”, a partire da Rovere  
Domenica 06 febbraio 2011

## Il Rifugio La Vecchia (1870 m.) nel Parco Regionale Velino Sirente

Su un’elevazione secondaria del massiccio del Sirente, il Colle di Mandra Murata, sorge il piccolissimo Rifugio La Vecchia, costruito in legno e pietra da alcuni abitanti di Rovere prima ancora della costituzione del Parco Regionale, avvenuta nel 1980.

L’escursione, facile e piacevole in estate, in ambiente invernale aumenta leggermente di difficoltà a causa dell’utilizzo delle racchette da neve (per chi ne fosse sprovvisto è possibile noleggiarle facendolo presente al momento della prenotazione)

### Programma:

Dall’abitato di Rovere (1379 m.) prenderemo lo stesso sentiero che, seguendo il crinale ovest, porta fino alla vetta del Monte Sirente. Dopo una costante ma poco faticosa salita, giunti ad un’ampia radura, lasceremo il percorso che porta alla vetta, seguendo invece i segnali che, deviando sulla sinistra, conducono al Colle di Mandra Murata.

Qui, in posizione soleggiata, sorge il nuovo Rifugio costruito dall’Ente Parco (non ancora funzionante ma dotato di un ricovero di fortuna sempre aperto).

Poco più avanti, in un delizioso valloncetto, da cui si gode un meraviglioso panorama che spazia dal Gran Sasso alla Maiella, sorge il minuscolo Rifugio La Vecchia (sempre aperto ma non custodito), costruito e curato da alcuni abitanti del posto.

Il rifugio è dotato di 5 posti letto, stufa in ghisa, ed impianto idrico che filtra l’acqua piovana.

Il ritorno si effettuerà per la stessa via di salita.

**Dislivello:** 500 m.

**A/R:** 5 ore

**Difficoltà:** E+

**Cosa portare:** abbigliamento invernale, scarponi da trekking, berretto, guanti, borraccia, pranzo al sacco, crema protettiva, occhiali da sole, binocolo, fotocamera, racchette da neve, bastoncini, ghette.

**Ci accompagnano:** AEV Giuseppe Virzi e Acc Riccardo Porretta.

### Per le iscrizioni:

e-mail: [g.virzi@mclink.it](mailto:g.virzi@mclink.it)

o telefonare a Giuseppe: 339-1501955

### Appuntamenti:

- **Alle ore 7:30** al bar “Antico Casello” sulla via Tiburtina (vicinanze stazione metro B Rebibbia);
- oppure **in loco alle 9:30** al fontanile dietro i campi sportivi di Rovere (vicino al cimitero).

### Note:

- Per partecipare è necessario essere soci FederTrek; l’iscrizione può essere fatta il giorno stesso dell’escursione (tessera FederTrek: € 15,00).
- Se il numero degli iscritti entro giovedì 3 febbraio sarà di almeno di 30 persone, il viaggio verrà effettuato in pullman al costo di 20,00 € a persona comprensivo di viaggio e contributo segreteria.
- Se si va in auto, i costi della benzina e dell’autostrada vengono divisi tra i componenti dell’equipaggio ad esclusione del proprietario della macchina (22 euro + contributo segreteria 7 €).
- Eventuale noleggio ciaspole: € 5,00

L’adesione alle escursioni è individuale, previa conoscenza del presente programma; ci si prenota dando **nome e cognome**, un **numero di telefono**, l’eventuale disponibilità di **vettura propria** (necessari pneumatici invernali o catene a bordo!) e l’indicazione dell’appuntamento al quale ci si troverà.

---

G.E.P.: Via di Casal Bruciato, 11/13 - 00159 Roma 392 2871751 - [www.escursionigep.it](http://www.escursionigep.it) - [gepnatura@mclink.it](mailto:gepnatura@mclink.it)

Il Cammino Possibile: Via Monteodorisio, 21 - 00131 Roma - [www.camminopossibile.it](http://www.camminopossibile.it) - [info@camminopossibile.it](mailto:info@camminopossibile.it)

FederTrek: Via Paolo Luigi Guerra, 20 - 00176 Roma Tf/Fax 06 7211301 - [www.federtrek.org](http://www.federtrek.org) - [segreteria@federtrek.org](mailto:segreteria@federtrek.org)