



Ecoesplora presenta

UN PARCO DI COLORI



Comune di Barrea

Escursioni e trekking a Barrea, nel cuore del Parco Nazionale d'Abruzzo Lazio e Molise
15 giugno - 15 settembre 2010

LA VIA DELLE SORGENTI - Itinerario dell'acqua

Fonte del Sambuco - Valle Jannanghera - Lago di Barrea

Questo itinerario percorre le vie dell'acqua che instancabile dalla montagna scende a valle e si raccoglie nel lago di Barrea. Si farà tappa alle tre sorgenti perenni di questo versante, un tempo luoghi sacri per le popolazioni sannite.

PARTENZA: Barrea Ufficio Turistico ore 9.00 **RIENTRO:** ore 15.00

DIFFICOLTA': facile **OGNI LUNEDI' E SABATO**

STORIE E SAPORI DELLA TRANSUMANZA - Itinerario del gusto e della memoria

Lago della Montagna Spaccata-Rio Torto

A piedi lungo una parte del Regio Tratturo Pescasseroli-Candela, tra laghi e ruscelli color smeraldo, per scoprire le vicende storiche e umane dei pastori d'Abruzzo. Un itinerario pieno di sorprese e di piacevoli soste in cui gustare la merenda del pastore.

PARTENZA: Barrea Ufficio Turistico ore 9.00 **RIENTRO:** ORE 13.00

DIFFICOLTA': facile **OGNI MARTEDI'**

SUI SENTIERI DEL TEMPO - Itinerario storico-naturalistico

Colli di Barrea

Un'affascinante escursione per ammirare panorami suggestivi sulla valle del lago e sul canyon del fiume Sangro, e per scoprire la storia di questo sconosciuto ma interessante angolo del Parco.

PARTENZA: Barrea Ufficio Turistico ore 9.00 **RIENTRO:** ORE 13.00

DIFFICOLTA': facile **OGNI MERCOLEDI'**

SULLE TRACCE DI UN MONDO SOMMERSO - Itinerario geologico

Vallone della Capriola - M.te Rotondo

Escursione ricca di sorprendenti aspetti geologici. Un viaggio nel tempo e nello spazio, sulle tracce di un antico mare e delle sue creature per sempre legate a queste montagne.

PARTENZA: Barrea Ufficio Turistico ore 9.00 **RIENTRO:** ore 17.00

DIFFICOLTA': impegnativo **OGNI DOMENICA**

"L'APE E L'ORSO" - Itinerario del miele

Attraverso i pascoli e i campi che circondano il lago di Barrea raggiungeremo un apicoltore e la sua azienda, dove ascolteremo le numerose storie di api e di orsi gustando le prelibatezze dell'alveare.

PARTENZA: Barrea Ufficio Turistico ore 9.00 **RIENTRO:** ore 13.00

DIFFICOLTA': facile **OGNI VENERDI'**

"UOMINI E LUPI": STORIE E LEGGENDE DEL PAESE DI BARREA

Centro storico di Barrea

Itinerario storico culturale

Un itinerario ricco di suggestioni artistiche e naturalistiche per conoscere le tradizioni, le leggende e la millenaria storia del paese di Barrea e della Vallis Regia. I protagonisti sono antichi popoli guerrieri, missionari, briganti, pastori e...lupi.

PARTENZA: ore 17.30 Piazza Mammarino **RIENTRO:** ore 20.00

DIFFICOLTA': facile **OGNI LUNEDI' VENERDI' E SABATO**

ASCUOLA DALLA NATURA: LE CAMMIMATE CON LA TERRA

Le camminate con la terra sono delle vere e proprie "meditazioni in movimento" che aumentano il benessere psico-fisico e permettono di ritrovare armonia ed equilibrio con le forze elementari della Terra.

PARTENZA: Barrea Ufficio Turistico ore 17.30 **RIENTRO:** ore 20.00

ETA' MINIMA: 16 anni **OGNI MARTEDI' E DOMENICA**

VIAGGIO A PIEDI: IL PARCO DELLE MERAVIGLIE

Difficile trovare un posto così. Montagne selvagge e vallate incantate abitate da orsi, lupi, camosci, cervi e aquile. Foreste di faggio tra le più antiche d'Europa e ruscelli trasparenti. Paesini medioevali arroccati su rupi calcaree e una forte tradizione culturale ed eno-gastronomica. Scoprite questo splendido angolo di Appennino.

DURATA: 5 giorni **DIFFICOLTA':** media **ALLOGGIO:** B&B, ostelli o alberghi

PERIODO: 28-1 agosto; 1-5 settembre

LA MAGIA DELLA NATURA - Itinerario di ecologia profonda

Lago Vivo - M.te Serrone

Uno degli itinerari più belli del Parco, dove è facile incontrare cervi e caprioli, scoprire le tracce di lupi e orsi, fotografare fiori di rara bellezza e ammirare vette e boschi. Qui è possibile ritrovare l'antico legame tra noi e la natura.

PARTENZA: Barrea Ufficio Turistico ore 9.30 **RIENTRO:** ore 17.00

DIFFICOLTA': media **OGNI LUNEDI' E SABATO**

DOVE VOLANO LE AQUILE - Itinerario del paesaggio

Serra Lunga - V.ne Rosso

Suggestiva escursione lungo il versante sud di M.te Greco, che oltre i 1800m di quota offre una veduta aerea sulle cime più belle del Parco, la stessa veduta che hanno le aquile, instancabili sentinelle di questo magico angolo di montagna.

PARTENZA: Barrea Ufficio Turistico ore 9.00 **RIENTRO:** ore 17,00

DIFFICOLTA': impegnativo **OGNI MARTEDI'**

MONTAGNE LEGGENDARIE

Rio Torto - Monte Meta - Valle Lunga

Acque, foreste, antiche vie di comunicazione e confini di guerra. Un percorso entusiasmante che consente di arrivare al cospetto delle montagne più leggendarie e nei luoghi più selvaggi e segreti del Parco..

PARTENZA: Barrea Ufficio Turistico ore 8,00 **RIENTRO:** ORE 17,00

DIFFICOLTA': impegnativo **OGNI MERCOLEDI'**

CORSO BASE DI NORDIK WALKING

Pista ciclo pedonale Lago di Barrea

Mini-corso di Nordic Walking, per imparare a camminare con dei bastoni appositamente studiati per questo sport, al fine di migliorare la propria condizione fisica, in modo piacevole tra gli scenari unici del Parco Nazionale d'Abruzzo.

RITROVO: Barrea Ufficio Turistico **ORARIO:** 10,00-12,30 / 17,00 19,00

OGNI GIOVEDI'

IL RESPIRO DELLA NOTTE - Escursione notturna

Passaggiare di notte rivela sempre grandi emozioni e sorprese. La natura è più che mai viva con le sue straordinarie creature, e i nostri sensi possono percepirla in tutta la sua magia.

PARTENZA: Barrea Ufficio Turistico ore 22,00 **RIENTRO:** ORE 00,00

DIFFICOLTA': facile **OGNI GIOVEDI'**

I GIOIELLI DELL'ERA GLACIALE

Valle Jannanghera - Val di Rose

Stupendo percorso ad anello, che permette l'immersione nella natura selvaggia, quella degli animali e degli alberi secolari, alla ricerca di preziosissimi relitti glaciali come il camoscio d'Abruzzo.

PARTENZA: Barrea Ufficio Turistico ore 8,00 **RIENTRO:** ore 17,00

DIFFICOLTA': impegnativo **OGNI GIOVEDI'**

AVVENTURE NEL PARCO - Escursione per bambini

La Camosciara

Un'avventura speciale per i più piccoli, tra cascate, torrenti e foreste incantate. Durante l'escursione i bambini verranno coinvolti in esplorazioni sensoriali e giochi di scoperta del mondo naturale. Si conclude l'escursione con il giro in trenino.

PARTENZA: Civitella Alfedena ore 9,00 **RIENTRO:** ORE 13.00 Piazzale

Camosciara

ETA' MINIMA: 6 anni **OGNI GIOVEDI' E DOMENICA**

TREKKING: A PIEDI TRA LE NUVOLE - Alta via del Parco d'Abruzzo

Un meraviglioso trekking in alta quota per scoprire la parte più selvaggia del Parco. Da Villavallelonga a Barrea il percorso si svolge in gran parte in cresta e attraversa le zone più segrete e selvagge di queste montagne, tra panorami mozzafiato e possibili incontri con la fauna selvatica.

DURATA: 3 giorni **DIFFICOLTA':** impegnativo **ALLOGGIO:** rifugi ed ostelli

PERIODO: 16-18 luglio

Ecoesplora è un'associazione composta da accompagnatori di media montagna, guide ambientali escursionistiche, antropologi e naturalisti. Ha sede a Barrea nel Parco Nazionale d'Abruzzo. Per gruppi precostituiti di almeno 5 persone le guide organizzano in qualsiasi data tutte le attività in programma. Ecoesplora organizza escursioni a richiesta su tutti i sentieri del Parco.

Visitate il nostro sito www.ecoesplora.it

PER PRENOTAZIONI E DETTAGLI SULLE ESCURSIONI CONTATTATECI AI SEGUENTI RECAPITI

TEL. 0864.88408 CELL. 328.4620461/3334302887

UFFICIO TURISTICO DI BARREA 0864.88227

Info@ecoesplora.it



Collegio regionale
Guide Alpine d'Abruzzo



Le guide di ecoesplora sono
soci dell'AIGAE