

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise: alla scoperta di un parco storico, con tutti i sensi!

Il nostro viaggio ci vedrà immersi nel Parco Nazionale, a stretto contatto con la natura! Dormiremo a Civitella Alfedena, in un piccolo albergo a conduzione familiare che ci coccolerà con i pasti tutti i giorni, e da cui partiranno tutte le nostre escursioni e attività. Nel piccolo paesino si trova anche l'area faunistica del lupo... che ci darà la possibilità di vederlo e sentirlo più volte durante queste giornate!

Il filo conduttore sarà la ricerca delle meraviglie della natura, stando insieme, condividendo i nostri passi e mettendoci in ascolto del bosco e delle storie che un parco storico, ultra centenario, avrà da offrirci!

Una settimana per rallentare e divertirsi, lontano dal caos e dalla frenesia, in un Parco dove da più di 100 anni uomini e animali selvatici vivono in armonia, fatto con i mezzi pubblici, per impattare ancora meno su un luogo unico!

NB: Le escursioni non hanno un grado elevato di difficoltà, ma sono ideate per persone allenate con un buon livello di preparazione fisica, che si sentono tranquille a camminare su sentieri di montagna con qualche ostacolo come sassi o radici in superficie.



PROGRAMMA DI 6 GIORNI

Da lunedì 16 a sabato 21 giugno 2025

Giorno 1: lunedì 16 giugno 2025 - Civitella Alfedena

Ci incontriamo con la nostra guida Roberta alla stazione di Frosinone entro le ore 14.00, per il trasferimento con minibus e/o auto privata (in base al numero dei partecipanti) a Civitella Alfedena. Introduzione al viaggio e passeggiata nei dintorni del borgo storico che ci accoglierà nei nostri prossimi giorni. Ci sistemiamo in hotel per la cena e il pernottamento.

Giorno 2: martedì 17 giugno 2025 – La Camosciara, dove tutto ha avuto origine

Rifocillati da una bella colazione partiamo alla volta de La Camosciara, luogo dove tutto è iniziato! Attraverso un comodo sentiero, sulle tracce degli animali selvatici, attraversando boschi e ruscelli, arriveremo al cospetto dell’anfiteatro con le cime più belle e famose del Parco fino alle Cascade delle Ninfe e delle Tre Cannelle, piccole ma molto suggestive, da dove si potrà godere della meravigliosa natura del Parco stesso.

Lunghezza 9km; Dislivello +140m, - 300m; Difficoltà: mediamente impegnativo

Rientro in hotel con i mezzi pubblici, relax e cena.

Giorno 3: mercoledì 18 giugno 2025 – Val Fondillo

Questa mattina, dopo la prima colazione, partiamo in direzione Val Fondillo, uno degli ambienti più suggestivi del parco. Risaliamo il torrente Fondillo fra scorci magici, sorgenti e suggestioni che caratterizzano questi luoghi. Giungiamo alla grotta delle Fate, una piccola cavità carsica con una suggestiva sorgente naturale. A pranzo ci rilassiamo presso l'area pic-nic dello stazzo acqua Sfranatara per poi fare rientro nel pomeriggio, camminando con il rumore dell’acqua ad accompagnarci. Raggiungiamo uno splendido baretto immerso nella Val Fondillo, per bere qualcosa di fresco prima di rientrare in hotel.

Dislivello: 300 m – Lunghezza: 11 km – mediamente impegnativo

Dopo la cena faremo un’escursione notturna! Ci addenteremo nei sentieri vicini all’hotel e, accompagnati dai suoni e dai colori della notte, vivremo un’esperienza unica!

Giorno 4: giovedì 19 giugno 2025 - L’anello della sorgente Iannanghera

Oggi, partendo direttamente dall’hotel, andremo verso la sorgente Iannanghera, camminando sui pendii boscosi che circondano il lago, che ci allieterà con scorci spettacolari e una faggeta a farci ombra. Scenderemo poi al lago e, per chi lo vorrà, faremo un bagno ristoratore! Tempo per rilassarci con magari qualche cervo a farci compagnia, e rientro.

Dislivello: 350 m – Lunghezza: 11km – Difficoltà: mediamente impegnativo

Arriviamo in hotel nel tardo pomeriggio, cena e pernottamento.

Giorno 5: venerdì 20 giugno 2025 - Il sentiero della difesa e la faggeta vetusta

Oggi ci spostiamo a Pescasseroli, dove ci addenteremo su comodi sentieri in una splendida faggeta vetusta, quella di Coppo del Principe, entrata nella lista UNESCO dei Patrimoni dell’Umanità.

Dislivello: 300 m – Lunghezza: 9 km – Difficoltà: mediamente impegnativo

Dopo la nostra escursione ci sposteremo per fare una passeggiata e prendere un aperitivo nel paese di Pescasseroli, prima di rientrare in hotel. Cena e pernottamento.

Giorno 6: sabato 21 giugno 2025 - Il Museo del lupo e Barrea

Dopo la prima colazione in hotel ed aver preparato le nostre valigie ci sposteremo al **Museo del lupo**, dove inizieremo a tirare un po’ le fila del nostro viaggio, a chiudere i vari “cassetti che avremo aperto” e a riscoprire i tanti elementi che avremo avuto modo di conoscere nel nostro viaggio. Questo è uno dei centri di educazione ambientale più importanti del Parco. Concluderemo poi il nostro viaggio con un pranzo nel boschetto adiacente il museo, nel borgo che ci avrà ospitato per questa settimana. Trasferimento

con minibus e/o auto privata (in base al numero dei partecipanti) alla stazione di Frosinone per salutarci e ripartire in treno per casa verso le ore 16.00!

L'ordine delle visite potrà subire dei cambiamenti per garantire l'ottimale svolgimento del programma; quest'ultimo potrà subire modifiche a discrezione della guida.

Quote di partecipazione:

Quota di partecipazione € 840,00

(minimo 8/massimo 12 partecipanti)

Supplemento singola € 110,00

Supplemento facoltativo per persona per l'accompagnatore in loco € 360,00

(Sono disponibili 2 accompagnatori, a disposizione per l'intera giornata fino al rientro in hotel, servizio soggetto a riconferma)

La quota comprende:

- i trasferimenti privati da/per la stazione di Frosinone con minibus e/o auto privata; - sistemazione in hotel 3 stelle, in camere doppie con servizi privati; - trattamento di mezza pensione, bevande incluse (nella misura di ½ litro di acqua e ¼ di vino) con 4 cene in hotel e una in una taverna locale; - guida naturalistica/accompagnatore per tutta la durata del viaggio; - ingresso al Museo del lupo; - assicurazione medico-bagaglio.

La quota non comprende:

- il trasporto con autobus pubblico a Civitella Alfedena per raggiungere le località d'inizio delle passeggiate che incide per circa € 15,00 a persona (da pagarsi in loco), i pranzi, l'assicurazione annullamento viaggio facoltativa che incide per il 5% sul costo totale del pacchetto e tutto quanto non espressamente indicato sotto la voce "La quota comprende".

Hotel proposto (o similare):

Albergo Ai Quattro Camosci 3 stelle

Via Nazionale, 25, 67030 Civitella Alfedena AQ

0864 890262

Iscrizioni:

Entro il 05/05/2025 e fino a esaurimento posti, con acconto di € 250,00 a persona e copia del documento d'identità, contattando Luigia cell. 348/3056471 -

luigia@flumenviaggi.it

Saldo entro il 23/05/2025

ORGANIZZAZIONE TECNICA:

FV FLUMEN VIAGGI di Fiume srl – Agenzia di viaggi Online

Sede operativa: Via Trento, 2 34075 San Canzian d'Isonzo (GO) - SCIA 287198 - Unipolsai Assicurazioni SPA (RC) n° 190115696

Tel. +39 348 3056471 - Facebook e Instagram: Flumen Viaggi

www.flumenviaggi.it - luigia@flumenviaggi.it - flumenviaggi@legalmail.it

Sede Legale: Via Bassi, 2 - 33080 Fiume Veneto (PN)

Iscrizione al Registro delle Imprese di Pordenone-Udine e C.F. 03048230274 - PARTITA IVA 01416330932

Capitale sociale Euro 45.000,00