

CALENDARIO ESCURSIONI Estate 2021



ESCURSIONI A PIEDI, IN MOUNTAIN BIKE
IN CANOA, A CAVALLO, INCONTRI TEMATICI
CON ESPERTI ERBORISTI, ENTOMOLOGI,
ASTRONOMI

...dal 1993 camminiamo con te!

CONSIGLI UTILI

Zaino 25/30 litri, scarponi da montagna,
bastoncini da trekking, capi adatti per
temperature variabili tra i 15 e i 30 gradi,
mantellina per la pioggia, macchina fotografica,
torcia, binocolo.

Numeri utili a Civitella Alfedena

- Ufficio Turistico 0864 890194
- Farmacia 0864 890219
- Museo del lupo 0864 890141
- Banca 0864 842945
- Ufficio Postale 0864 890498

Numeri utili su territorio

- Emergenza sanitaria 118
- Pronto soccorso Castel di Sangro
0864 8991
- Guardia medica turistica Pescasseroli
0863 910675
- Carabinieri Villetta Barrea 0864 89136
- Sorveglianza Parco Naz. d'Abruzzo
0863 9113241

Tutte le escursioni de "La Betulla" le troverai sul
web all'indirizzo www.labetullaonline.com
prenota a escursioni@labetullaonline.com
Pietro 335 8053489 - Simone 339 8103359

Trekking ed escursioni
nel Parco Nazionale d'Abruzzo



Cartografia tratta dalla mappa escursionistica Parco d'Abruzzo, scala 1:25.000 - © 2015 Iter Edizioni
www.iteredizioni.it - Riproduzione vietata in qualsiasi forma se non autorizzata dall'editore.

IN SELLA SUI SENTIERI DEL PARCO

Escursioni a cavallo nella Riserva Integrale della
Camosciara alla scoperta delle sue bellezze
naturalistiche e paesaggistiche.

09:00 - 17:00

Tutti i giorni di agosto

Per tutti

durata 2 ore

Prenotazione cavallo
entro le ore 17:00 del
giorno precedente
l'escursione al
347 3714645 GIULIA
340 7652980 JOLANDA



IL PARCO IN E-BIKE

Un'emozionante escursione serale in canoa tra i salici sommersi
nelle calme acque del lago di Barrea con ritorno all'imbrunire.
Osserveremo, con un po di fortuna, la fauna selvatica che lo abita,
guidati da un'istruttore Nazionale di canoa canadese.
Dopo l'escursione ci trasferiremo a Civitella Alfedena presso
La Betulla per gustare un tagliere di salumi, formaggi, pestati,
sott'oli, scamorza fusa, pane casareccio e altro.
(Possibilità di effettuare la sola escursione al costo di € 22,00 adulti
e € 17,00 bambini).

19:00 - 21:30
€ 35,00 - fino a 12 anni € 28,00



OUTDOOR ACTIVITIES

IL PARCO IN E-BIKE

Divertenti escursioni in mountain bike/e-bike (pedalata assistita) nel PNALM
accompagnati da guide ciclo-turistiche della Federazione Italiana
Ciclismo. Itinerari family, cross country, freeride,
all mountain. Segui il calendario eventi
sul sito web www.guidamtbabruzzo.it

09:00 - 13:00
15:30 - 19:00 Per tutti

€ 35,00 e-bike + casco + guida

€ 15,00 bici propria + guida

SCONTO DI 2 € SE PRENOTI CON LA BETULLA

N.B. Prenotazioni entro le ore 17:00 del giorno
precedente all'escursione.

escursioni in **eBIKE**
NOLEGGIO - CONSEGNA BICI - BIKE SHUTTLE



**TUTTI I MERCOLEDÌ E LE DOMENICHE
DI AGOSTO E SETTEMBRE**

APPOSTAMENTO SERALE ALL'ORSO

Rivolto agli amanti dell'avventura, una emozionante escursione serale nelle montagne del Parco per ammirare e fotografare l'animale simbolo dell'area protetta, l'orso bruno marsicano. Effettueremo appostamenti con attrezzatura professionale Nikon, mirati all'avvistamento del plantigrado che in questo periodo frequenta i ramneti in frutto. La discesa avverrà con il solo ausilio delle torce. Possibilità di cena al sacco con prodotti tipici al costo di € 8,00.

Nikon

VORTEX
The Force of Optics



🕒 15:00 - 21:30 🏔️ 300 mt 🚶 Facile per tutti

€ 25,00 - gratis fino a 9 anni

**lun 9, giov 12, mar 17, lun 23
CURIOSANDO TRA LE ERBE**

Escursioni montane alla scoperta delle erbe con Marco Sarandrea, erborista esperto nell'uso delle piante officinali del Parco. Durante l'escursione ci illustrerà l'uso terapeutico e culinario di ognuna di esse e ci parlerà delle credenze nella tradizione popolare. Sapremo come si curavano i malanni nell'antico Abruzzo e...streghe, incantatori di serpenti e lupi mannari saranno i "testimoni" dell'antica medicina abruzzese.

🕒 16:00 - 19:45 🏔️ 150 mt 🚶 Facile per famiglie

€ 15,00 - gratis fino a 12 anni

**TUTTI I MARTEDÌ DI AGOSTO
ESCURSIONE NOTTURNA SULLE
TRACCE DEGLI ANIMALI**

Trovarsi nel buio di un bosco circondato dai soli rumori della natura è cosa fantastica. Una guida professionista/educatore ambientale condurrà i visitatori, con il solo ausilio delle torce, ad esplorare i sentieri del Parco in luoghi selvaggi, abitati dalla rara fauna del Parco, con la speranza di poterli osservare nel loro ambiente naturale. Un'esperienza affascinante per percepire l'ambiente con sensi diversi.

🕒 21:30 - 23:30 🏔️ 100 mt 🚶 Facile per famiglie

€ 15,00 - fino a 8 anni gratis

**dom 1, 8, 22, 29 agosto - dom 5 settembre
PREISTORIA VIVA**

Laboratori di preistoria con tecniche di accensione di fuoco, assemblaggio utensili preistorici, tiro con arco storico, modellazione argilla, lancio con atlat e propulsore.

🕒 15:30 - 19:30 🏔️ 150 mt 🚶 Facile per famiglie

€ 12,00 - gratis fino a 6 anni

Bambini e natura

ven 13, MERC 18

IL POPOLO DELL'ERBA

Escursioni sui sentieri del Parco alla scoperta del mondo segreto degli insetti con l'esperto entomologo Fabio Collepardo. Effettueremo un breve ma affascinante viaggio tra migliaia di minuscole creature, impareremo che insetti a noi familiari nascondono insospettabili segreti, racconteremo le curiosità, i miti e le leggende degli insetti che incontreremo.

🕒 9:30 - 13:00 🏔️ 150 mt 🚶 Facile per tutti

lun 9, giov 12, mart 17, lun 23

SENSO CHE USI...ANIMALE CHE SEI!

Dimmi come vivi e ti dirò chi sei... gli adattamenti animali alla vita notturna. Esplosione dei diversi adattamenti degli organi sensoriali degli animali ai diversi stili di vita. Vista, olfatto, udito, tatto e gusto scrutati nel dettaglio dal punto di vista morfo-funzionale. Immersi nel buio testeremo i nostri sensi con l'obiettivo di vincere la paura del buio e prendere fiducia in sé stessi, apprenderemo quali sensi sono più adatti alla vita notturna, utilizzeremo quei sensi che vengono poco usati nel quotidiano.

🕒 21:30 - 23:30 🏔️ 100 mt 🚶 Facile per famiglie



€ 15,00 - fino a 11 anni gratis

TEATRO MUSICA IN NATURA

giov 12

STORIE DI STREGHE

Suggestiva escursione al calar del sole tra suoni e racconti di streghe, squartere e fattucchiere



🕒 17:30 - 21:30 🏔️ 150 mt 🚶 Facile per famiglie

€ 20,00 - fino a 12 anni € 10,00

giov 19

CATTIVO IO?!

Il lupo... immortale spirito del bosco tra mito e possibile convivenza



🕒 17:30 - 21:30 🏔️ 150 mt 🚶 Facile per famiglie

€ 20,00 - fino a 12 anni € 10,00

**22 luglio e 26 agosto centro storico Barrea
29 luglio e 5 agosto centro storico Civitella Alfedena**

A SPASSO CON L'ASINELLO

Visita guidata negli angoli più affascinanti dei nostri borghi medievali in compagnia di un importante protagonista del passato: l'asino.

Storia, cultura e tradizione sono i temi al centro di una indimenticabile passeggiata nei Centri Storici tra i più belli del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.



🕒 09:30 - 12:00 🏔️ 200 mt 🚶 Facile per famiglie

€ 18,00 - fino a 12 anni € 10,00

E PER LE PROSSIME FESTIVITA' NATALIZIE

La Betulla è pronta a proporvi altre attività escursionistiche.

Chiedi informazioni presso il punto vendita, visita il sito web www.labetullaonline.com oppure chiama al 335 80534898



ESCURSIONI GIORNALIERE

OGNI LUNEDÌ

NEL VERDE DELLA VAL FONDILLO

Facile escursione adatta a tutti in una delle valli più belle ed accessibili del Parco. Una piacevole passeggiata lungo il corso del torrente Fondillo, attraverso radure e boschi di faggio, ci condurrà alle sorgenti della Tornareccia. Storie di Safini, l'antico popolo italico che si stabilì in queste valli a partire dal VII sec. A.C., storie di pastori transumanti e tante curiosità sull'area protetta ci accompagneranno in questa escursione dedicata al camminare lentamente in natura.



🕒 8:30 - 13:30 🏔️ 200 mt 🚶 Facile per famiglie

€ 15,00 - gratis fino a 10 anni

OGNI MARTEDÌ

LA CONCA CARSICA DI LAGO VIVO

Affascinante escursione che raggiunge uno dei pochi laghi naturali di montagna dell'Appennino. Il lago, variabile a seconda delle stagioni, è adagiato in una dolina naturale a quota 1591 m, ai piedi del Monte Petroso. La zona, di grande interesse geologico, è abitata da cervi e camosci e frequentata anche dall'orso e dal lupo. L'itinerario ad anello percorre il costone del M. Serrone, dove è prevista una sosta pranzo su uno spettacolare affaccio sulla valle del Rio Torto.



🕒 7:30 - 15:30 🏔️ 550 mt 🚶 Media

€ 15,00 - gratis da 10 a 14 anni

OGNI GIOVEDÌ

LA CAMOSCIARA TRA STORIA E NATURA

Suggestiva escursione nella Riserva Integrale della Camosciara. Da Civitella Alfedena, attraversando gli antichi coltivi oggi riconquistati dal bosco, si raggiungono bellissime cascate ai piedi delle balze rocciose, regno del camoscio appenninico e dell'aquila reale. Si percorre poi una parte dell'antico tratturo Pescasseroli-Candela sino a ritornare a Civitella Alfedena. Possibilità di avvistamento di cervo, cinghiale, aquila reale, microfauna.



🕒 8:30 - 15:00 🏔️ 300 mt 🚶 Facile per tutti

€ 15,00 - gratis fino a 10 anni

OGNI VENERDÌ

L'ORSO E IL VALLONE SELVAGGIO

Semplice ed affascinante escursione a nord dell'abitato di Pescasseroli che attraversa per intero il selvaggio e poco frequentato "Fosso della Mandrella" ai piedi del monte Palombo. Una suggestiva esperienza dettata dalla Natura incontaminata di uno dei luoghi più frequentati dall'indiscusso signore dei boschi, l'orso bruno Marsicano. Altre possibilità di avvistamento: capriolo, cervo, cinghiale, rosalia alpina, microfauna.



🕒 8:30 - 13:30 🏔️ 200 mt 🚶 Facile per famiglie

€ 15,00 - fino a 10 anni € 5,00

OGNI SABATO

GLI ANIMALI DEL PARCO AL TRAMONTO

Emozionante esperienza per godere dello spettacolo del tramonto sul lago di Barrea e dell'omonima Foce. Dal caratteristico borgo di Barrea si raggiunge un punto panoramico all'apice del paese, dove si consuma una cena al sacco (a cura dei partecipanti). Da questo strategico punto di osservazione sarà possibile osservare il tramonto sul lago, i colori delle alte vette illuminati dagli ultimi raggi del sole e scorgere la fauna del Parco lungo le pendici del Massiccio del Monte Greco. Possibilità di avvistamento di cervo, cinghiale, orso, lupo, aquila reale.



🕒 16:00 - 21:30 🏔️ 300 mt 🚶 Media per tutti

€ 15,00 - gratis fino a 11 anni

SETTEMBRE ALL'INSEGNA DELLA NATURA SELVAGGIA
Week end di escursioni e appostamenti per ammirare i combattimenti dei cervi in amore

Info costi e programmi su www.labetullaonline.com