



[www.borntotrek.it](http://www.borntotrek.it)

---

## MONTE AMARO E MONTE ACQUAVIVA

**Lunghezza:** 36km

**Dislivello complessivo:** 2.900mt

**Punto di massima elevazione:** Monte Amaro 2.793mt

**Durata:** fortemente consigliati 2gg (9h+9h)

**Grado di difficoltà:** EE Escursionisti Esperti

**Data ultima modifica:** Agosto 2014

**Punto di partenza e arrivo:** Fara S.Martino (440mt)

**Gruppo montuoso:** Majella

**Tipo di percorso:** Anello

**Percorribile in senso inverso:** Sì

**Premessa:** *La salita al monte Amaro da Fara S.Martino con oltre 2.300mt di dislivello è nota per essere il sentiero di trekking con maggior guadagno altimetrico di tutto l'Appennino. Questa caratteristica apparentemente scoraggiante è allo stesso la fortuna della percorso che attraversa una grande varietà di ambienti, dalle zone boschive di bassa quota, alle zone più brulle di alta montagna alle zone più rocciose e panoramiche di cresta, il tutto contraddistinto dalla percorrenza di un magnifico canyon di incredibile bellezza che nella sua parte iniziale presenta pareti molto alte che lasciano spazio ad un sentiero incassato largo pochi metri, luogo denominato Stretta di S.Martino nota anche come la Petra d'Abruzzo. La tradizione locale narra di come il canyon fu aperto a gomitate dal santo per facilitare ai pastori l'accesso alle zone di montagna.*

*Oltre alla salita al Monte Amaro per il Vallone di Fara il percorso di discesa propone l'esplorazione di un'altra valle parallela ovvero la Val Serviera scavata*

*dal torrente a tratti impetuoso che discende dalle alte zone dell'Acquaviva, torrente adorato dagli amanti del Canyoning. La valle viene discesa raggiungendo la cima del monte Acquaviva attraverso il sentiero del Parco e poi percorrendo sentieri poco battuti immersi in zone a dir poco selvagge.*

*Non è difficile avvistare anche da vicino aquile reali e branchi di Camosci che scorrazzano liberi nelle zone d'altura.*

*L'unione della salita al Vallone di Fara, la percorrenza ad alta quota del sentiero del Parco e la discesa per la Val Serviera portano il dislivello complessivo dell'anello a circa 3.000mt che, uniti al chilometraggio, rendono il percorso decisamente impegnativo e probabilmente proibitivo per chi vuole completare l'intero anello in un'unica giornata. La scelta migliore che sicuramente aiuta a godere degli ambienti con la dovuta calma è quella di percorrere l'anello in due giorni con pernottamento in alta quota al Rifugio Manzini oppure, se c'è posto, al Bivacco Pelino posto a quasi 2.800mt proprio in cima al monte Amaro.*

*Nota, con la denominazione Vallone di Fara viene indicato l'intero vallone che da Fara San Martino conduce fino sotto la vetta del monte Amaro, questa valle è suddivisa in tre tronconi denominati in modo differente, la parte più bassa (zona di canyon più incassata dai 400mt ai ca.1.000mt) denominata Vallone di S.Spirito, la parte intermedia (per lo più boschiva dai ca.1.000mt ai ca.1.900mt) denominata Valle di Macchia Lunga e la zona terminale (più brulla priva di boschi dai ca.1.900mt ai ca. 2.600mt) denominata Valle Cannella. Il vallone di discesa invece è composto da due tronconi, la parte alta (priva di vegetazione dai ca.2.500mt ai ca.1.550mt) denominata Valle dell'Acquaviva e la parte più bassa (la forra più incassata, dai ca.1.550mt a 400mt) denominata Val Serviera o Valle del Fossato.*

*Nonostante l'elevato dislivello l'esperienza non sarà ricordata per la difficoltà; la bellezza degli ambienti e i sentieri mai troppo ripidi rendono l'ascesa al Monte Amaro non faticosa e lungo l'intero percorso sarà possibile godere di caratteristiche rocce scolpite anticamente dai pastori, di grotte dove hanno abitato santi e raminghi, fonti e sorgenti ricche d'acqua, panorami da mozzare il fiato, e se avrete il piacere di pernottare in quota godrete del tramonto d'Appennino e dell'alba sul mar Adriatico, il tutto per un cocktail di emozioni dal sapore indimenticabile.*

*La segnaletica del parco ha subito nel tempo delle rivisitazioni che oggi hanno portato alcuni sentieri ad avere diverse identificazioni sia sulle mappe che sulle rocce. Fortunatamente i sentieri sono per lo più ben battuti e in ogni caso segnati, la salita per il Vallone di Fara è denominato come il Sentiero dei Valloni ed è segnato su vecchie carte CAI con il numero 8 mentre in loco vi imatterete in segnali bianco-rossi H1 oppure in segnali verdi F1. Il sentiero del Parco etichettato sulle carte CAI con il numero 1 è denominato Sentiero del Parco e segnalato sulle rocce con bandierina bianco-rossa e lettera P (o SP). Anche il sentiero di discesa indicato nella carta CAI con il numero 7A è riportato sulla segnaletica sentieristica con il codice G6 e potrete imattervi segnali bianco-rossi H2 oppure in segnali verdi indicanti la scritta F2. Fortunatamente con un minimo di senso dell'orientamento, individuare il sentiero da percorrere è abbastanza intuitivo.*

**Come arrivare:** Dalla A25 prendere l'uscita Alanno-Scafa, al primo bivio seguire le indicazioni per Scafa dopo di che invece di entrare al paese proseguire dritti in direzione di Lettomanopello, al bivio nel paese si dovrà girare a destra per prendere Via Passolanciano, via che costeggia al versante Est la catena della Macella, bisogna seguire questa strada per molto chilometri attraversando paesi come Pretoro (dove si deve entrare nel paese e continuare a costeggiare il parco), Pennapedimonte, Palombaro fino a raggiungere Fara S.Martino.

In alternativa si può prendere la A25 fino al congiungimento con la A14/E55 da prendere in direzione Sud, percorrere la A14 per un bel tratto e prendere l'uscita Val di Sangro (SS652) e seguire la direzione per Mozzarogna-Castel di Sangro-Roccaraso, seguire le indicazioni per Casoli, al bivio che porta al centro del paese proseguire dritti e dopo 1Km si deve svoltare a sinistra e seguire le indicazioni per Fara S.Martino.

**Descrizione:** Si parte da Fara S. Martino (450 mt), paese famoso per la buona pasta, dal punto più alto del paese nei pressi delle sorgenti del Fiume Verde dove è presente il parcheggio delle Gole di San Martino. Si entra nell'evidente vallone contornato da pareti rocciose attrezzate per l'arrampicata sportiva. Dopo pochi metri la valle si restringe in un canyon portando alla Stretta di S. Martino, punto

terminale e più incassato del Vallone del S.Spirito dove la leggenda narra di S.Martino, santo dei Longobardi, che con un miracolo aprì a gomitate il canyon permettendo alle popolazioni locali di accedere comodamente ai pascoli di alta quota.

Superato la stretta si possono visitare i ruderi dell'eremo incassato nella valle. Superato l'eremo si incontra la fonte di Vaiz Long oltre la quale si prosegue per percorso obbligato che percorre in salita il fondo nel vallone su sentiero sassoso. Si percorre la zona incassata del vallone dove a quota di ca.900mt è presente Fonte Vatarella. Si prosegue sul sentiero fino a giungere in una zona più aperta dove ha inizio una zona boschiva.

Siamo alla Bocca dei Valloni a quota di 1.055mt dove è presente il bivio per il sentiero G6 a destra in direzione Grotta Callarelli e Colle Bandiera. Per la salita al Monte Amaro si prosegue dritti lungo il vallone per sentiero H1/F1 rimanendo nel bosco. Da questo punto in poi si entra nella Valle di Macchia Lunga. Si continua su fondovalle per sentiero in costante salita mai eccessivamente ripida risalendo per quasi 600mt fino ad arrivare a Fonte Milazzo (1.596mt) oltre la quale a quota 1.660mt è presente sulla destra il bivio per il sentiero che conduce alla Grotta dei Porci e a Piano della Casa (segnaletica H2). Per la salita all'Amaro si rimane nel vallone di Fara proseguendo l'ascesa.

A quota ca.1.900mt il bosco comincia a diradare fino a scomparire del tutto, in questa zona è possibile trovare delle pietre con incisioni pastorali tipiche della Majella. Questo gruppo montuoso per la sua particolarità è stato nel tempo prima rifugio di eremiti e successivamente di banditi e pastori che per lasciare la propria traccia hanno lasciato delle incisioni che ad oggi risultano interessanti per capire l'epoca e le condizioni di vita (e alle volte frustrazione) che i pastori si trovavano a vivere in queste zone.

Usciti dal bosco a quota ca.1.980mt si entra nella Valle Cannella caratterizzata da numerose doline di origine carsica. Siamo in alta montagna. A quota ca. 2.050mt si incontra sulla sinistra il bivio per il sentiero che conduce alla Grotta dei Diavoli. Si prosegue su sentiero F1 rimanendo nel vallone fino a giungere per comodo sentiero al Rifugio Manzini (quota 2.523mt). Il rifugio solitamente è chiuso nella parte gestita ma aperto nella parte sottostante dove si può pernottare (camino otturato, tavolo, alcuni utensili e due tavolozze una sopra

l'altra sorrette da tubi innocenti da utilizzare come brande per una dozzina di persone). Se si intende pernottare al Manzini è meglio assicurarsi dell'apertura chiamando la Guardia Forestale del Parco (0872/980970) che eventualmente fornisce anche le chiavi.

Dal rifugio Manzini sono presenti diverse tracce che conducono sulla parte sommitale. Si prende il sentiero che risale a mezzacosta fino a giungere sulla cresta finale dove in poco tempo si giunge in vetta al monte Amaro (2.793mt).

In vetta sono presenti i resti del vecchio bivacco "Maiorama" (Spazzato via dal vento molti anni fa) e il nuovo bivacco fisso "Pelino" mantenuto dal CAI di Sulmona. Al bivacco si può pernottare (10 posti disponibili oltre allo spazio a terra) ma anche in questo caso è bene telefonare o mandare una mail al CAI di Sulmona (o in alternativa al CAI di Guardiagrele o alla Guardia Forestale del Parco) per sapere se altre persone hanno preventivato di bivaccare in vetta. Non è raro, soprattutto nei week end estivi, di trovare i posti disponibili tutti occupati rischiando di dover dormire a terra o addirittura esternamente all'addiaccio.

Dalla vetta del Monte Amaro si percorre a ritroso un primo tratto di cresta in direzione Nord tralasciando il sentiero di salita e proseguendo in cresta seguendo il sentiero del parco (segnaletica bianco-rossa con scritta P o SP) fino a raggiungere i Tre Portoni, punto nel quale si deve deviare decisamente verso Est attraversando una cresta che ci riporta nel cuore del parco.

Il sentiero percorre in leggera discesa la cresta fino a superare il versante sudorientale di una fascia rocciosa per poi divenire più comodo ma in salita per risalire sulla Cima Pompilio (2.656mt). Da Cima Pomilio verso est è possibile vedere chiaramente il monte Acquaviva dove siamo diretti sotto il quale si apre la selvaggia Valle delle Mandrelle.

Da Cima Pomilio si prosegue verso nord prima in discesa poi nuovamente in salita fino a giungere nelle zone pianeggianti del Monte Focalone (2.676mt) dove si abbandona il sentiero del parco per deviare a destra verso est per il sentiero 1C/H2 in direzione del monte Acquaviva fino raggiungerne la vetta (2.737mt). In vetta al monte Acquaviva oltre ad una bella croce è presente una casetta in pietra e tronchi dove potersi riparare all'evenienza.

Dalla vetta inizia il tratto dell'anello più avventuroso in cui prestare attenzione all'orientamento. Si prosegue verso est (sentiero 7C sulle carte CAI) con

magnifico panorama cominciando una lenta e lunga discesa che percorre prima la cresta fino a ca.2.600mt dove si scende per tracce di sentiero e segnaletica latitante nell'alta del vallone dell'Acquaviva. Si rimane nel centro del vallone discendendo per oltre 1.000mt fino ad incrociare una zona boschiva dove si incrocia il sentiero G6 proveniente da Bocca dei Valloni. Nei pressi del sentiero è ben visibile la Grotta Callarelli, punto di ricovero dove potersi rifornire d'acqua di raccolta da stillicidio delle rocce.

Dalla Grotta Callarelli il sentiero torna ad essere evidente e abbastanza battuto e mantenuto. Si prosegue in discesa entrando nella Val Serviera rimanendo sul versante settentrionale del torrente (sinistra idrografica). Lungo il sentiero a quota ca.1.550mt si giunge a Fonte Viola dove l'acqua della Majella, con fragore, è stata incanalata in impianti di derivazione accessibili da casette in cemento per abbeverarsi. Superata la fonte si prosegue sul sentiero G6 in direzione di Colle Bandiera fino a raggiungerne la sommità a quota 1.197mt, presente in loco una croce e delle grotte. Il sentiero ormai aperto e fuori dalla Val Serviera discende il versante orientale del Colle fino a raggiungere la valle a quota 500mt dove si svolta a destra per strada bianca n.26 che in falso piano con 2km conduce a Fara San Martino e al punto di partenza.