



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

---

## CANALONE CENTRALE

### Monte Terminillo

**Lunghezza:** 3Km

**Dislivello complessivo:** 400mt (canale 200mt)

**Durata:** 2h30m

**Grado di difficoltà:** F+ 40/45°

**Data ultima modifica:** Febbraio 2018

**Punto di partenza e arrivo:** Rifugio Angelo Sebastiani (1.820 mt.)

**Gruppo Montuoso:** Monti Reatini

**Tipo di percorso:** Andata e ritorno con anello in vetta

**Premessa:** *Il Canalone Centrale al Terminillo è una grande classica dell'alpinismo laziale. La difficoltà contenuta e la rapidità di accesso lo rendono terreno di gioco di molti aspiranti alpinisti che vogliono cimentarsi per la prima volta con facili ma soddisfacenti ascese su canali innevati.*

*Il canale non presenta particolari pericoli e lo sviluppo di ca. 200mt permette di accedere rapidamente alla vetta over 2.000 del Terminillo, tetto dei monti Reatini. Per la sua conformazione è una via che viene percorsa solitamente come via di discesa delle altre salite invernali in alternativa alla via normale proposta invece come via di discesa nel presente tracciato.*

*Una nota di attenzione va fatta sulle invernali al Terminillo di inizio stagione, questa zona è battuta da sole e venti che provocano la formazione di ghiaccio. In periodi stagionali con poco innevamento nella zona sono presenti molte rocce emergenti che unite alla presenza di ghiaccio risultano estremamente pericolose in caso di scivolata. Fare attenzione dunque al ghiaccio di inizio stagione, anche e soprattutto nel tratto di avvicinamento sottostante le pareti.*

**Come arrivare:** Dalla A1 si prende l'uscita per Fiano Romano fino a ricongiungersi con la Salaria, questa si segue per circa 40Km fino a giungere a Rieti dove, senza entrare in città, si svolta a destra per la superstrada di Terni per poi svoltare poco dopo a sinistra per la via Salaria per Roma. Si entra nella città, si prosegue per la Salaria fino a giungere all'incrocio per l'Aquila, si svolta a destra e dopo poco di nuovo a sinistra per Via Terminillo. Si segue questa strada fino a che non diviene Strada statale del Terminillo seguendo la quale si giunge prima a Pian de' Valli e successivamente agli impianti sciistici da dove è facile raggiungere il rifugio Angelo Sebastiani.

Volendo si può decidere di proseguire oltre il rifugio lungo la strada che porta a Leonessa, dopo un paio di tornanti si giunge alla sella di Leonessa dove è possibile parcheggiare la macchina e da dove si può accorciare di poco l'avvicinamento, può convenire se si decide di riscendere per il Canalone mentre se si decidesse di scendere per la normale il risparmio dell'andata andrebbe recuperato al ritorno.

In caso di forte innevamento potrebbe essere necessario parcheggiare a Pian de Valli / Campoforogna e raggiungere a piedi il rifugio.

**Descrizione:** Dal Rifugio si seguono i cartelli in direzione del Terminillo seguendo i piloni della vecchia seggiovia che raggiungono in breve le zone limitrofe a Sella Leonessa con a sinistra la base delle pareti. Ci si avvicina alla base delle pareti Est dove è subito visibile il Canalone centrale posto proprio sotto la vetta del Terminillo ben visibile.

Si raggiunge l'imbocco del cono di neve per risalire il canale per via intuitiva con pendenze costanti sui 40/45° con uscita sui 50°. Usciti in cresta si giunge direttamente in vetta al Terminillo (2.216 mt.).

Per la discesa è possibile percorrere a ritroso il canalone facendo attenzione in caso di neve ghiacciata. In alternativa è possibile tornare all'uscita del canalone e proseguire in cresta facendo attenzione alle cornici, si supera un primo tratto leggermente ripido e successivamente si segue il filo di cresta che conduce al visibile Rifugio Sebastiani. È possibile anche tagliare a metà della discesa verso sinistra in caso fosse necessario raggiungere la Sella di Leonessa.