



# CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Colleferro  
Sottosezione di Anagni  
[www.caicolleferro.it](http://www.caicolleferro.it)  
[info@caicolleferro.it](mailto:info@caicolleferro.it)



## 21-22-23 Giugno 2019

# Trekking del Sentiero Frassati del LAZIO

La nostra sezione ha individuato e progettato il sentiero intitolato al Beato Pier Giorgio Frassati su una delle traversate più affascinanti e spettacolari attraverso le vette più alte di un comprensorio fra i più intatti e attraenti dal punto di vista naturalistico e religioso. In esso è compreso il Parco Regionale dei Monti Simbruini con le sorgenti dell'Aniene, del Simbrivio e del Cosa, le superbe faggete della Riserva Integrale di Faito e di Fiumata, le creste sommitali dei Cantàri, il Santuario della SS Trinità, l'eremo di

S. Agnello, di San Luca, la Certosa di Trisulti e così via. Si inizia quindi con il ben noto Santuario della SS Trinità di Vallepietra e si conclude con la non meno nota Certosa di Trisulti di notevole suggestione ed importanza dal punto di vista storico e religioso o con l'Eremo di S. Luca austera abbazia benedettina dell'anno 1000. Il Sentiero Frassati del Lazio, per la sua ampiezza e varietà, deve essere percorso dagli escursionisti in tre tappe della durata di un giorno ciascuna; ovviamente è possibile percorrere anche una sola o due delle tappe, poiché i punti di partenza e d'arrivo delle singole tappe sono situati in centri abitati o in prossimità di strutture d'accoglienza turistica.

**Direttori di escursione:** Nicola Caruso (0775 727225 - 368.3287320);

Enzo Mangone (340 3306835 )

**Prenotazioni:** presso i Direttori di escursione **entro e non oltre il 14 giugno** versando un anticipo di € 50.

**Costi:** La quota del pernottamento del primo e secondo giorno è di € 70 a notte e comprende: albergo, cena e prima colazione, assicurazione, servizio trasferimento bagagli all'arrivo delle tappe e trasporto dei partecipanti all'andata e al ritorno

Per coloro che non possono partecipare all'intero trekking è possibile anche una partecipazione parziale e devono provvedere autonomamente a raggiungere la partenza della tappa.

**Organizzazione del trasferimento:** Il trasferimento al parcheggio del Santuario SS Trinità ed il rientro dall'Eremo di S. Luca deve essere concordato con i direttori di escursione. **Luoghi di ritrovo ed orario di partenza:** Appuntamento per tutti al parcheggio del Santuario della Santissima Trinità in Vallepietra alle ore 7,30 di venerdì 21 giugno.

**Nota:** La spesa complessiva potrà subire variazioni, da stabilire preventivamente con i direttori di escursione, per l'ottimizzazione del trasporto bagagli e delle persone.

### Prima tappa

Dal Santuario della S.S. Trinità di Vallepietra (1340m) a Filettino (1075 m) per il Monte Tarino (1957m) ed il Sentiero dell'Arena Bianca.

Difficoltà: **EE** (Escursionisti esperti).

Dislivello: in salita 600 m; in discesa 950 m.

Tempo di percorrenza complessivo: 10,00 h circa.

Ore 07.30 - Ritrovo dei partecipanti al parcheggio del Santuario della SS Trinità di Vallepietra; visita al Santuario.

Ore 08,00 - Santa Messa.

Ore 09,00 - Partenza.

Ore 18.30 - Arrivo a Filettino e sistemazione presso Hotel Ristorante "Monteviglio" (0775.581240 - 377.2007817).

Ore 20.30 - Cena e pernottamento.

### Seconda Tappa

Da Filettino (1075 m) a Campocatino (1800m) per il Monte Viglio (2156m), il Monte Crepacuore (1997m), la fonte Pozzotello (1800m).

Difficoltà: **EE** (Escursionisti esperti).

Dislivello: in salita 1550 m; in discesa 800 m.

Tempo di percorrenza complessivo: 10 h circa.

Ore 07.30 - Colazione Ore

08.00 - Partenza.

Ore 12,30 - Arrivo sulla vetta del Viglio

Ore 18,00 - Arrivo a Campocatino

Ore 19,30 - S. Messa celebrata da Don Augusto Fagnani nella Chiesetta "Stella Mattutina" di Campocatino

Ore 20.30 - Cena e pernottamento presso l'hotel Eden. (0775.435936 -335.6239227).

### Terza Tappa

Da Campocatino all'Eremo di S. Luca per le creste sommitali di Campovano, Monte Fanfilli, Monte Monna (1950m), Sella Fanfilli, Vallone dell'Agnello, Eremo di S. Agnello.

Difficoltà: **EE** (Escursionisti esperti). Il percorso è prevalentemente in discesa.

Dislivello: in salita 300 m, in discesa 1.300 m.

Tempo di percorrenza complessivo: 10 h circa.

Ore 07.30 - Colazione in albergo.

Ore 08.00 - Partenza.

Ore 18.00 - Arrivo all'Eremo di S. Luca.

**Fine del Trekking.**

**Descrizione 1ª Tappa.** Il primo tratto del sentiero si snoda interamente nel territorio del Parco Regionale dei Monti Simbruini, attraversandolo in tutta la sua ampiezza. Punto di partenza della tappa e dell'intero sentiero Frassati, è il Santuario della SS.Trinità di Vallepietra. Sulla destra del gran piazzale-parcheggio posto a monte del Santuario, laddove sono poste le croci lasciate dai pellegrini che ogni anno si recano al santuario, inizia il sentiero che si snoda in direzione est verso il Monte Tarino. Si sale prima dolcemente a mezza costa attraversando i pianori erbosi di Facciate di Pantano per poi seguire più faticosamente la cresta di Morra Costantino; il sentiero costeggia il limite della fitta ed imponente faggeta che si trova sul versante Nord, mentre il panorama verso sud-est spazia sulla valle di Vallepietra e sulla riserva integrale dell'Altopiano di Faito. A circa 1,30 h dalla partenza, dopo aver superato tre elevazioni di Morra Costantino, si giunge alla base del Monte Tarinello. Si lascia la cresta e si attraversano altri ampi pianori di Pozzo della Neve. Il sentiero scende di quota per poi risalire in direzione di Monte Tarino che si staglia sullo sfondo dei Monti Simbruini ed Ernici; nelle giornate limpide dalla base del Monte Tarino già si distingue nettamente la Maiella. Il tratto di sentiero che sale al Monte Tarino dal versante sud-ovest è ripido ma breve; si giunge alla vetta dopo ca. 2,30 h dalla partenza. Si scavalca la vetta e si prosegue in direzione sud-est seguendo le spettacolari creste del Monte Tarino, strette e panoramiche; alla fine di dette coste si rientra nel bosco scendendo rapidamente nell'imponente faggeta in direzione nord-est verso il pianoro di Monna Forcina. Giunti sul pianoro si piega verso destra, nuovamente in direzione sud-est, per scendere ancora di quota attraverso la Valle Forchitto, verso le fonti dell'Aniene (Fonte della Radica); prima di giungervi il sentiero si biforca: da una parte si scende ancora verso Fiumata e le fonti dell'Aniene, mentre nell'altra ci si dirige verso Filettino imboccando il sentiero cosiddetto dell'Arena Bianca, ancora oggi percorso dai pellegrini che da Filettino si dirigono verso il Santuario della SS Trinità. Trattasi di un lungo percorso a mezza costa, quasi interamente nel bosco, e poi in costante discesa che aggira il Monte Cotento e porta direttamente alla Chiesuola di San Bernardino a Filettino.

**Descrizione 2ª Tappa.** Il secondo giorno si affronta la tappa più impegnativa dell'intero itinerario sia per la lunghezza sia per le elevazioni che s'incontrano: il percorso è un lungo saliscendi fra le elevazioni maggiori dei Monti Simbruini ed Ernici, di grande importanza sia dal punto di vista escursionistico che naturalistico. Da Filettino, a monte del paese, nei pressi di un residence, s'imbocca il sentiero che sale al Monte Viglio per il Colle degli Albaneti. Dopo un primo tratto quasi in piano, si sale brevemente e ripidamente verso il bosco alle pendici del versante sud del Monte Viglio; il sentiero nel bosco si fa subito faticoso; dopo circa 1,30 dalla partenza si esce dal bosco trovandosi di fronte l'impegnativa salita verso la selletta del Viglio (1936 m) che si raggiunge dopo altri 45 minuti, (un'ora dal limite del bosco). Qui giunti se si piega a sinistra si raggiunge dopo circa 45 min. il Monte Viglio, il più alto della zona, scavalcando le elevazioni delle Coste del Monte Viglio, mentre obliquando a destra e seguendo il percorso del Sentiero Frassati si segue la cresta delle elevazioni del Monte Pratiglio. Si scende verso il passo di Monte Femmina Morta, per giungere, dopo un'ulteriore ripida salita, sulla vetta di Monte Crepacuore (1981 m). La discesa sul versante ovest del Crepacuore porta alla località di Pozzotello, ove è situata una splendida fonte di purissima acqua posta a 1850 metri di quota. Da qui si raggiunge Campo Catino in circa un'ora di cammino.

**Descrizione 3ª Tappa.** La terza tappa prevede un vario e lungo percorso che da Campocatino si snoda, per la prima parte, lungo un bellissimo tratto di cresta che porta al pianoro di Campovano e poi lungo la dorsale fino al Monte Fanfilli ed al Monte Monna: i panorami sono a 360° e spaziano fino al Gran Sasso e la Maiella, ai Monti del Parco Nazionale d'Abruzzo, ai Monti Lepini, all'ampia e popolosa Valle del Sacco. Lasciata la vetta del M. Monna e raggiunta la Sella Fanfilli, si piega a sinistra verso ovest, attraverso le fonti e i boschi incontaminati del Vallone dell'Agnello e le imponenti pareti rocciose del Vallone di Capo Cosa, si giunge all'Eremo di Sant'Agnello posto in posizione spettacolare, incastonato nella roccia a picco sulla valle, luogo suggestivo di meditazione e di preghiera. In pochi minuti, percorrendo i tornanti di una strada sterrata si giunge alla Casa di preghiera dell'Eremo di S. Luca.

**Vi Aspettiamo in tanti.....**