	In montagna con il CAI **Club Alpino Italiano Sez. Gran Sasso d'Italia- T e r a m o**	

	Titolo Escursione: **PANORAMI AD ALTA QUOTA:** **PUNTA UCCETTU, CIMA ZIS E MONTE MORRONE**

Nel: Riserva Naturale Regionale Montagne della Duchessa	**Data:** **VENERDI' 13.06.2025**

Sentieri CAI*: *104, 105	**MASSICCIO MONTUOSO:** **MORRONE**	**Località** **Corvaro (Borgorose)**

Da Teramo si prende l'autostrada A24 ed all'uscita del Casello (Valle del Salto) si gira a destra sulla strada provinciale per Corvaro seguendo le indicazioni per Via Marsicana. Entrati al paese si gira a destra per prendere via dello Sport e proseguire per 2,9 km per giungere al parcheggio posto dopo il sottopasso autostradale, nei pressi della galleria di San Rocco da dove parte il sentiero per la Valle Amara (possibilmente si lascia un'altra auto 2 km prima ad un incrocio con indicazioni per agriturismo L'Anguizzola).
Dal piazzale si prende la carrareccia che risale la valle Amara nel bosco e s'incontra quasi subito una piccola chiesa a quota 1115 metri; più avanti a quota 1415 si ignora il sentiero a destra e si prosegue dritto fino a quota 1440 metri dove si lascia definitivamente il sentiero n. 104 per entrare nella valle dell'Asino (si va a destra, mentre a sinistra si va a rifugio Prato San Rocco).
Si risale la valle ed ad un bivio a quota 1590 si devia a destra, per uscire dal bosco a quota 1670 metri; si prosegue in direzione Sud-Est ed a quota 1780 metri si comincia a piegare a sinistra per salire su un tratto fuori sentiero alla prima vetta della giornata: **Punta Uccettu** a quota 2006 metri (dopo aver percorso 7,5 km dalla partenza in circa 3,30 ore) dove si può godere di una bella vista su Gran sasso, Terminillo, Sibillini, Ernici, Majella, Murolungo e lago della Duchessa.
Si scende fino a Vado dell'Asina a quota 1900 metri senza un evidente sentiero e per cresta spostandosi in direzione Ovest e dopo aver percorso ulteriori 2 km in 50 minuti si arriva a **Cima Zis** a quota 2.130 metri.
Si prosegue per un evidente sentierino di cresta in direzione Nord-Ovest per andare a toccare dopo ulteriori 30 minuti di cammino l'ultima vetta della giornata: **Monte Morrone** a quota 2141 metri.
Da qui si comincia a scendere riprendendo il sentiero n. 104A dirigendosi verso il Rifugio Fonte La Vena a 1750 metri per prendere il sentiero n.105 che sale sulla sinistra e dopo aver riguadagnato 120 metri di quota si ricomincia a scendere per entrare nel bosco ed arrivare dopo circa 2,3 ore di cammino all'altra auto lasciata nei pressi dell'agriturismo.

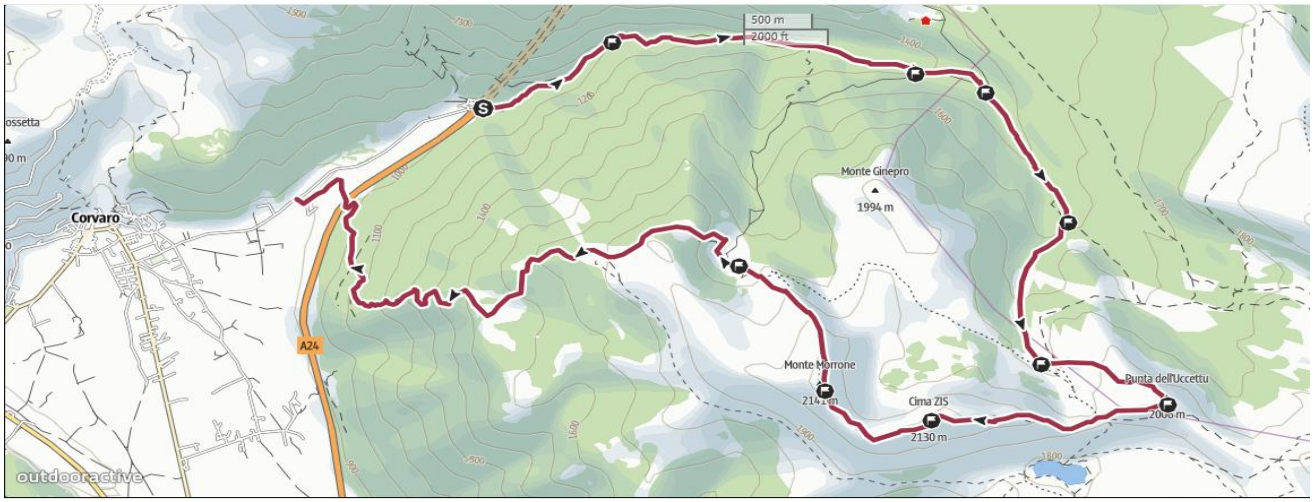
Luogo di partenza: **Parcheggio Cimitero di Teramo** **Prenotazione entro le ORE 14.00** **del 12.06.2025**	**Ora partenza:** **6.30**	**Mezzo di trasporto:** **Auto proprie**
Attrezzatura: *giacca impermeabile, pile, scarponcini da trekking, lampada frontale, Borraccia con 2,5 litri d'acqua, bastoncini, crema solare, ricambio.*	**Lunghezza:** Km 17,5 km	**Dislivello di salita:m. 1450**

Durata: 9 h	**Difficoltà:** E	**Note**: il percorso non presenta difficoltà tecniche di nessun tipo ma risulta essere lungo e con un dislivello importante

Tipo segnaletica:	**r.b.r.** ☒	**r.g.r.** ☐	**Altro** ☒	**Assente** ☐

Natura del percorso: comode carrarecce e tratti di sentiero roccioso

Accompagnatori:		Mail:
Giacinto Urbani ***Fabrizio San Lorenzo***	**3398053810** ***3494707437***	segreteria@CAIteramo.it



https://www.outdooractive.com/it/route/escursione/provincia-di-rieti/uccettu-cima-zis-morrone-da-corvaro-ad-anello/317778747/?share=%7E3iumtmfn%244ossmzfq

Ai sensi del dlgs 196/03 dopo lettura della stessa autorizzo il CAI Teramo al trattamento dei propri dati personali.Autorizzo la trasmissione e l'uso dei propri dati di rintracciabilità e l'uso di immagini e video e riprese filmate per le finalità e gli scopi associativi.
Si ricorda che la frequentazione degli ambienti montani presenta dei rischi mai del tutto azzerabili.

L'iscrizione comporta :

La presa visione della scheda tecnica e dei documenti allegati

L'obbllgo dei partecipanti di osservare rigorosamente le prescrizioni impartite degli accompagnatori CAI

Gli accompagnatori si riservano di escludere le persone non ritenute rigorosamente allenate e/o sufficientemente equipaggiate e di apportare variazioni al percorso in funzione delle condizioni meteo e ambientali