



RIEPILOGO INFORMAZIONI E MODALITÀ PER POTER PARTECIPARE

Le Ciaspolate Poetiche nel Parco Nazionale d’Abruzzo Lazio e Molise, giunte alla quarta edizione, si terranno dal 21 al 23 febbraio 2025 a Pescasseroli e Lecce Nei Marsi, con un programma arricchito di una terza giornata di attività a partire dal venerdì alla domenica.

Tre giorni di Passeggiate, Ciaspolate, incontri, visite, degustazioni e concerti nel cuore di uno dei Parchi Nazionali più rilevanti d’Italia e non solo, guidati da Ecotur, in compagnia di ospiti illustri come lo scrittore molisano Nicola Mastronardi, autore di “Viteliu. Il nome della libertà” e “Figli del Toro”, che ci parlerà dei popoli italici dei Marsi e Sanniti, Daniele De Michele in arte DonPasta che ci presenterà il suo nuovo libro “Il pranzo della domenica”, ed uno spettacolo imperdibile con il trio di Giuseppe Moffa, uno dei più illustri suonatori di zampogna che ha saputo piegare uno degli strumenti più tradizionali della musica popolare alle sonorità blues, folk e world music.

Il programma si svolge in collaborazione con Ecotur e con il patrocinio dei Comuni di Pescasseroli e Lecce Nei Marsi.

Il motto rimane sempre lo stesso “conoscere per tutelare”.

Disponibilità Limitata | Prenotazione obbligatoria|

Unisciti a noi per tutto il week end o per una sola giornata

Per informazioni 329.8424810 | info@exotique.it

Per prenotare uno dei pacchetti tutto incluso messo a punto per voi potete contattare la Gentur Viaggi 0773.549392 | info@gentur.it

PROGRAMMA*

Venerdì 21 Febbraio 2025

ore 10:00 | Passeggiata Poetica al Borgo abbandonato di Sperone in compagnia di Nicola Mastronardi autore di “Viteliu. Il nome della libertà” e “Figli del Toro”

La Passeggiata Poetica ci condurrà alla scoperta dell’antico borgo di Sperone, abbandonato in seguito al terremoto del Fucino del 1915, lungo un sentiero panoramico nel cuore del Parco Nazionale d’Abruzzo Lazio e Molise. A scandire il Cammino ci sarà Nicola Mastronardi con letture e racconti estratti dai suoi libri sui valorosi popoli italici, tra cui Marsi e Sanniti, che proprio tra queste montagne diedero vita per la prima volta allo stato federale chiamato Italia nel I secolo a.C.

Lunghezza totale percorso: 7 km

Dislivello (+): 100 mt

Dislivello (-): 100 mt

Durata: 4 h

Pranzo: al sacco a base di prodotti tipici locali

Cena: presso il Ristorante Plistia di Pescasseroli (opzionale a seconda del pacchetto)

Sabato 22 Febbraio 2025

ore 10:00 | Ciaspolata Poetica all'Eco Rifugio della Cicerana di Lecce nei Marsi con Daniele De Michele in arte DonPasta che presenta il suo nuovo libro il “Pranzo della Domenica”

Un giorno dedicato ai diversi sentieri che conducono all’EcoRifugio La Cicerana, centro di gravità permanente delle Ciaspolate Poetiche, immerso in luoghi di grande rilevanza naturalistica del Parco in cui ci guiderà Cesidio Pandolfi. In cammino con noi Daniele De Michele in arte DonPasta, che al caldo del rifugio ci racconterà del suo nuovo libro, un inno alla condivisione e alla convivialità, un monito a considerare il cibo molto più di un semplice nutrimento: è memoria, è identità, è amore. A supportare il racconto stimolandone il gusto ed i sensi, il pasticciere e panificatore Ezio Centini con le sue gustose creazioni.

Quest’anno raggiungeremo l’EcoRifugio La Cicerana da due punti diversi del sentiero T1 con partenze differenti:

- da Passo del Diavolo per tutti coloro della zona di Pescasseroli
- da Lecce Nei Marsi per tutti coloro che provengono dalla piana del Fucino e da Avezzano. Ci ritroveremo per l'ora di pranzo al caldo del rifugio, per poi continuare ad esplorare i dintorni tutti insieme, e tornare ai rispettivi punti di partenza alla fine delle attività, guidati dalle guide esperte di Ecotur.

Lunghezza totale percorso: 12 km (nell'arco dell'intera giornata)

Dislivello (+): 400 mt

Dislivello (-): 400 mt

Durata: 7 h (nell'arco dell'intera giornata)

Pranzo e cena: EcoRifugio La Cicerana

Domenica 23 Febbraio 2025

ore 10:00 | Passeggiata Poetica ai Colli Nascosti di Pescasseroli con il concerto finale del Giuseppe Moffa Trio

La tre giorni si chiude con una bellissima Passeggiata Poetica ai Colli Nascosti di Pescasseroli, immersi nelle suggestive foreste antiche del Parco d'Abruzzo, tra faggi secolari coperti di muschi e licheni, e ampie radure con panorami mozzafiato. Sarà in questo contesto a tratti fiabesco che incontreremo il Giuseppe Moffa Trio. Poliedrico compositore e musicista, nonché uno dei maggiori esponenti dell'antico strumento della zampogna, per la sua abilità nel contaminarne le sonorità con altri stili in modo straordinariamente originale, in una sintesi unica tra innovazione e tradizione.

Lunghezza totale percorso: 4 km

Dislivello (+): 200 mt

Dislivello (-): 200 mt

Durata: 2 h

Pranzo: presso il Ristorante Plistia di Pescasseroli (opzionale a seconda del pacchetto)

****Il programma potrà subire delle variazioni in relazione alle condizioni meteo***

Programma completo con ulteriori dettagli su <https://exotique.it/le-ciaspolate-poetiche-nel-parco-nazionale-dabruzzo-lazio-e-molise-pescasseroli-e-lecce-nei-marsi-dal-21-al-23-febbraio-2025/>

NOTA BENE: il programma è pensato per trascorrere un week end nel cuore del Parco Nazionale d'Abruzzo ed è confermato sia in caso di neve che in assenza di neve.

In caso di maltempo, ossia persistenti e forti temporali, o condizioni meteo che non consentirebbero lo svolgimento delle attività, il programma è rinviato ad una data alternativa entro il mese di marzo e chi ha prenotato potrà decidere se mantenere la prenotazione, o lasciare il contributo per un'altra iniziativa dell'APS Exotique o essere rimborsato qualora impossibilitato nelle date previste per il recupero.

Nel caso di tempo variabile o nuvoloso il programma rimane confermato!

Come partecipare alle Ciaspolate Poetiche

E' possibile partecipare alle singole giornate o all'intero week end, con varie opzioni grazie ai pacchetti messi a punto da Gentur Viaggi. Per le famiglie è stata messa a punto una proposta agevolata per contenere i costi, nel rispetto di un presupposto di fondo determinante per l'APS Exotique che renda la partecipazione quanto più sostenibile per i genitori con figli.

Per prenotare uno dei pacchetti tutto incluso messo a punto per voi come da prospetto seguente potete contattare la Gentur Viaggi 0773.549392 | info@gentur.it

Tutte le attività in programma nel week end - pacchetto tutto incluso*	€
Contributo a persona per adulto in camera condivisa (doppia o tripla o quadrupla)	320
Contributo a persona per adulto in camera singola o doppia uso singolo	370
Tutte le attività in programma sabato e domenica, con 1 sola notte inclusa (sabato) e i pasti laddove previsti	€
Contributo a persona per adulto in camera condivisa (doppia o tripla o quadrupla)	235
Contributo a persona per adulto in camera singola o doppia uso singolo	255

PACCHETTI AGEVOLATI DEDICATI ALLE FAMIGLIE

Tutte le attività in programma nel week end/tutto incluso*	€
Contributo a persona per genitore in camera doppia/tripla/quadrupla condivisa con i propri figli	370
Contributo extra per ciascun bimbo fino a 17 anni di età - tutto incluso	110
Tutte le attività in programma sabato e domenica con 1 sola notte inclusa (sabato) e i pasti laddove previsti	€
Contributo a persona per genitore in camera doppia/tripla/quadrupla condivisa con i propri figli	275
Contributo extra per ciascun bimbo fino a 17 anni di età - tutto incluso	90
Partecipazione alle singole attività nelle singole giornate – previa verifica disponibilità dei posti**	€
Venerdì 21/2 – contributo per adulto a persona pranzo al sacco incluso (escluso noleggio ciaspole 5 € - esclusa cena 35 €)	25
Venerdì 21/2 - contributo extra per bimbi fino a 17 anni venerdì	10
Sabato 22/2 - contributo a persona per adulto pranzo e cena inclusi	60
Sabato 22/2 - contributo extra per bimbi fino a 17 anni pranzo e cena inclusi	25
Domenica 23/2 - contributo a persona per adulto (escluso noleggio ciaspole 5 € - escluso pranzo 35 €)	20
Domenica 23/2 - contributo extra per bimbi fino a 17 anni	0

***Nota bene, il pacchetto include:**

- Passeggiate/Ciaspolate guidate/incontri/degustazioni/performance artistiche in programma/assicurazione/noleggjo ciaspole (laddove necessario)/guide;
- pernotta (2 NOTTI) e prima colazione secondo lo schema di cui sopra;
- pranzo e cena del venerdì, pranzo e cena del sabato e pranzo della domenica;
- diritti di agenzia.

****Nota bene, il pacchetto include:**

- Passeggiate/Ciaspolate guidate/incontri/de gustazioni/performance artistiche in programma/assicurazione/guide/pasti laddove previsti.
- **i pranzi sono sempre inclusi in quanto parte del percorso, ad eccezione del pranzo della domenica 23 febbraio che prevede un costo extra.**

Nota bene: le richieste di partecipazione alla sola Ciaspolata Poetica del sabato escluso il pernottato, e alla sola Ciaspolata Poetica della Domenica pranzo incluso, saranno confermate una volta esauriti i posti delle opzioni che includono l'alloggio per motivi di natura logistico-organizzativa.

Una volta eseguita la prenotazione è necessario inviare un'email a prenotazioni@exotique.it con i seguenti dati anagrafici per ciascun partecipante: nome/cognome/luogo ed età nascita/indirizzo di residenza/codice fiscale/contatto telefonico, oltre alla ricevuta del bonifico effettuato alla Gentur Viaggi. Questi dati sono utili per la copertura assicurativa.

Pranzi e Cene

Il pranzo al sacco del venerdì 21 febbraio sarà organizzato dalla Proloco di Lecce Nei Marsi, che ci accoglierà all'arrivo in città, e sarà confezionato a base di prodotti tipici locali. La cena del venerdì 21 febbraio sarà presso il Ristorante Plistia di Pescasseroli, a base di piatti della tradizione contadina abruzzese.

Il pranzo e la cena del sabato 22 febbraio saranno allestiti presso l'accogliente Ecorifugio della Cicerana a base di prodotti tipici locali, tra cui farro e polenta calda del giovane agricoltore di Pescasseroli Duilio Antonucci, con la degustazione di alcune specialità del cioccolatiere di Teramo Ezio Centini al termine della cena.

Il pranzo della domenica 23 febbraio sarà presso il Ristorante Plistia di Pescasseroli con un menù completo di antipasto, primo, secondo, contorno, dolce, acqua e vino messo a punto per le Ciaspolate Poetiche.

Nota Bene: è possibile richiedere una variante vegetariana, e chi avesse particolari esigenze alimentari è pregato di comunicarle al momento della prenotazione in modo da fare il possibile per soddisfarle in tempo utile.

Alloggio

Gli alloggi sono stati selezionati con cura in strutture con una sensibilità affine allo spirito del progetto, e sarà presso una serie di alberghi e b&b nel cuore di Pescasseroli, nel dedalo dei caratteristici vicoli del paese:

- [Pensione Pratorosso*](#)
- [Albergo Ristorante Plistia](#);
- [B&B Via della Piazza](#);
- [B&B della Nonna](#);

*Nota bene: gli ospiti del Prato Rosso avranno un buono colazione da consumare a pochi passi dalla struttura.

Abbigliamento Consigliato

L'abbigliamento consigliato è preferibilmente comodo e con la possibilità di aggiungere o togliere "strati" di abbigliamento all'occorrenza e non patire il freddo. I pantaloni possono essere dei pantaloni da trekking invernali (evitando quelli da sci fatti per altre finalità) preferibilmente impermeabili, è consigliata una o più magliette termiche, un pail o altro indumento preferibilmente traspirante, un piumino o giacca invernale impermeabile. Uno scarponcino da trekking alto e preferibilmente impermeabile, che ben si adatta alle ciaspole. Oltre a guanti e cappello, potrebbero essere utili occhiali da sole e creme solari qualora abbiate una pelle particolarmente delicata. Nello zaino è fondamentale che abbiate una maglietta ed un maglioncino o pail di ricambio con un asciugamano in particolare il sabato 22 febbraio, giorno in cui inoltre vi consiglio di tenere un secondo paio di scarpe in auto all'arrivo la sera. La soluzione ideale è non partire troppo pesanti visto che la ciaspolata vi riscalderà senz'altro, ed è importante non sudare oltre il dovuto. Gli strati servono per essere reattivi alle temperature, e semmai qualche strato in più è consigliabile al rientro serale piuttosto che alla partenza.

Se avete dubbi contattateci al 329.8424810 anche per consigliarvi su dove reperire abbigliamento utile.

Sotto alcuni scatti delle passate edizioni.

Saluti

Leczio Parlagreco

Presidente APS Exotique







STEVANO
DEL MONTE