

VADO DI FOCINA RIFUGIO RICOTTA MONTE META

Domenica 31 Agosto, causa le previsioni meteo che prevedevano cattivo tempo e temporali, ho deciso di uscire ugualmente, ma scegliendo un percorso senza pericoli, nel Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga. **L'escursione inizia da Vado di Focina (1383 mt), proseguendo per il Malepasso (1515 mt) e per Monte Meta (1784 m).**

Il territorio interessato è compreso fra le province di Pescara e L'Aquila. **Il Voltigno**, con l'immensa piana, ha vari inghiottitoi di formazione carsica. Importante la fauna, i panorami e **la flora che è molto rigogliosa. Mi ha stupito vedere il croco selvatico**, con il colore dei petali viola, **noto anche con il nome dizafferano maggiore o falso zafferano**, per la somiglianza con il *Crocus Sativus*, dai cui filamenti vermigli, si ricava la nota spezia giallastra.

Uno dei significati attribuiti al croco è quello della passione e dell'amore sensuale ma, questo fiore, svetta ed abbellisce il manto nevoso quando è sicuro che ormai non nevierà più. **Invece, ha un'altra fioritura, a fine estate... o ha percepito che in questi giorni nevierà? Poi, una rarità, il mirtillo rosso.**

Parcheggiata la vettura al Vado di Focina, il sentiero inizia immediatamente sulla destra, visibile, il primo tratto abbastanza ripido ma è breve. **Il percorso è un continuo saliscendi in una bellissima e curata faggeta, purtroppo parzialmente segnato.**

Si giunge così ad un terrazzo, (1515m), il Malepasso, dove bisogna fermarsi e fotografare una delle più belle viste del Gran Sasso. Si vede il Monte Bolza, caratteristico con la sua cima a forma di cappello di alpino e un po' più lontano..., il Cefalone, il Gran Sasso con le tre vette (orientale - centrale - occidentale), quindi Vado di Corno dove inizia il sentiero del centenario con il Brancastello - le Torri di Casanova - l'Infornace - il Monte Prena - Vado di Ferruccio e dirimpetto al terrazzo, quasi da poterlo toccare, il Camicia. Sono vette che vanno dai 2500 ai 2900 metri . Poi, la piana di Campo Imperatore, il piccolo Tibet d'Abruzzo.

La vista spazia all'infinito e dopo aver scattate tante foto, si prosegue il cammino verso **il Rifugio Ricotta, (1517 m),** che si affaccia sulla piana di Campo Imperatore.

Tornando indietro, ad un bivio a 1515m, si prende una carrareccia visibile a destra, che porta alla Vallestrina, dominata e protetta dal roccioso Monte Meta (1784m). Purtroppo, non c'è sentiero per raggiungere la vetta e la salita è ripida, rocciosa e faticosa. L'erba è molto alta ed i ginepri non ti fanno calpestare il terreno. **Per agevolare questa situazione, è più facile superare qualche breve passaggio di 1 grado, su roccia stabile. Insomma si arriva alla sella (1700m).** Ora c'è da fare l'ultimo ripido tratto, ma i tuoni mi hanno fatto riflettere. Sono solo e sicuramente **la discesa alla piana del Voltigno non sarà semplice**, specialmente se non segnata. Infatti, bisogna addentrarsi in un fitto bosco e **si procede per intuizione.** Non si intravedono tracce, né ometti, né bandierine ma, all'improvviso..., su un tronco di un faggio... **vedo un nastro di plastica che sventola...** Con attenzione, su questa **infida discesa**, si vedono altri nastri che fanno raggiungere una radura. Da qui non ci sono più segnali. **Lo sconosciuto che con tanto altruismo ha segnato il sentiero, avrà terminato il nastro?**

Si seguita a scendere, camminando un po' a destra e un po' a sinistra ma la piana, ormai, si intravede in mezzo ai rami. **Si arriva ad un faggio dove c'è una freccia e una scritta ... MTB.** Giusto riposo dopo 4 ore di cammino **ed inizia la pioggia. Sensazione unica, il rumore "schiozzante"** sulle foglie e rami secchi, il profumo del terreno bagnato, un

silenzio, una pace, quasi vien voglia di dormire. Però, c'è ancora un'ora di cammino per arrivare alla vettura. **Si raggiunge il Lago Sfondo**, dove si dissetano le vacche e le poche pecore, perché c'è sempre l'acqua, al contrario dei tanti inghiottitoi e laghetti carsici asciutti.

La tradizione paesana fantastica che questo lago non abbia fondo... da ciò il suo nome.

Proseguo su una carrareccia e ormai si vede l'uscita.

Non è semplice raggiungere il Monte Meta, né da NORD, piana del Voltigno, per la fitta faggeta, né da SUD, da Campo Imperatore, perché ripido e roccioso. Anche se non segnato, dal Malepasso, OVEST, invece di scendere verso il Rifugio Ricotta, conviene guadagnare la cresta che si vede ad occhio, senza difficoltà. Poi, percorrendola tutta, è molto panoramica, con lo sguardo ai due versanti, sulla Vallestrina e sulla Piana del Voltigno, si arriva alla sella e quindi la vetta. Il ritorno per lo stesso itinerario.

Difficoltà: EE con brevi passaggi di 1 grado

Dislivello +/- 600 mt

Durata complessiva 6 ore

Segnavia: parzialmente segnato (bianco-rosso)

Le foto sul link:

<https://plus.google.com/photos/102927067766305302836/albums/6054479202187642305?banner=pwa&gpsrc=pwr1>

Luciano Pellegrini *agnpell@libero.it*

cell +393404904001