



Club Alpino Italiano - Sezione di Frascati

Via Palmiro Togliatti, 12/A; 00044 – Frascati (località Cocciano)

www.caifrascati.it

Monte Etra (1818m)

Anello per la val d'Arano e via romana

(Gruppo Sirente)

17 ottobre 2026

Itinerario

Si tratta di un percorso ad anello di circa 14km per un dislivello cumulativo di 580m. Passato il paese di Ovindoli, partiremo dall'imbocco ovest della val d'Arano a quota 1337m, dove è possibile parcheggiare le auto in uno slargo prima della carrareccia chiusa al traffico. Percorreremo tale strada seguendo il sentiero n° 13 con pendenze lievi fino alla Bocchetta di Prato dei Popoli a 1608m. Da lì comincia la salita per la cresta nord a tratti ripida ma sempre escursionistica seguendo il sentiero 13A. Si supera l'elevazione del monte Savina a 1768m con begli affacci sulla parete ovest a strapiombo sulle gole di Celano. Dopo una lieve discesa si percorrerà la panoramica cresta finale che ci porterà alla cima a 1818m. Dopo una pausa si proseguirà per il ripido crestone sud fino all'imbocco a q. 1410 della traccia della antica via romana che collegava l'altipiano delle rocche con la zona di Aielli. Si procederà quindi a mezza costa nel bosco autunnale fino a ritornare alla piana della val d'Arano dal lato est. Con breve percorso pianeggiante si ritornerà alle auto.

Avendo tempo e voglia si potrà, arrivati alla piana, fare una deviazione per visitare i resti del monastero di San Marco all'imbocco nord delle gole di Celano (deviazione di circa 1 ora che aggiunge 240m al dislivello totale).

Iscrizioni: *Giovedì, 15 ottobre 2026, presso la sezione CAI di Frascati dalle 19 alle 20.30., oppure (solo per i soci) contattando gli accompagnatori telefonicamente o tramite wa/mail entro venerdì 15 ore 12:00.*

Assicurazione obbligatoria partecipanti NON SOCI CAI, dell'importo di Euro 8,40, che saranno consegnati al responsabile di escursione contestualmente all'iscrizione all'escursione.

Dettagli su <http://www.cai.it/assicurazione-3/assicurazione/>

Difficoltà	Disliv. complessivo	Lunghezza	Durata	quote
E (un paio di tratti EE)	570 (+240 opzionali)	14 (+4 opz) km	4/5 ore+soste	1337 - 1818 m
Equipaggiamento		Accompagnatori		
Equipaggiamento: escursionistico opportuno per la stagione. Obbligatorie scarponcini da trekking alti. Pranzo al sacco e almeno un litro d’acqua.		Marco Avancini (3358062078, mavmar@libero.it) Flavio Crisanti (3298313759)		
Appuntamento				
Sabato 17 ottobre ore 7:30, Cocciano, ampio parcheggio di fronte alla chiesa.				

Con l'iscrizione all'escursione il partecipante dichiara di conoscere e accettare le *Regole di comportamento per le escursioni sociali* della Sezione di Frascati