

### **LE ESCURSIONI DI SABATO 8 MARZO:**

1. Ripalimosani-Matrice: Santa Maria della Strada e la leggenda del Re Bove (transfer 10 euro – degustazione facoltativa 15 euro - pranzo al sacco), 7 km, 240 metri in salita e 140 metri in discesa (più salite e discese), 3 ore di percorrenza.

**Difficoltà: facile-media.**

Percorso collinare, fra campi coltivati e piccole macchie di vegetazione. Fondo argilloso o stradine bianche o asfaltate. Presenza di fango. Molto panoramico, se il meteo accompagna.

2. Campobasso-Busso-Baranello: Monte Vairano e l'area archeologica della città sannita di Aquilonia (transfer 10 euro – degustazione facoltativa prodotti tartufigeni 25 euro - pranzo al sacco), 9 km, 455 metri di dislivello in salita e 480 metri in discesa (più salite e discese), 3 ore e mezza di percorrenza.

**Difficoltà: facile-media.**

Percorso di alta collina-primissima montagna (punto massimo 997 metri s.l.m.). Si attraversano boschi cedui della famiglia delle querce e rimboschimenti di conifere. Ampi panorami, se il meteo accompagna.

3. Frosolone: lo spettacolo naturalistico de La Montagnola Molisana (transfer 10 euro – visita artigiano dei coltelli e degustazione facoltativa 20 euro - pranzo al sacco), 13 km, 535 metri di dislivello in salita e in discesa (più salite e discese), 5 ore di percorrenza.

**Difficoltà: media-difficile.**

Percorso di montagna: altitudine minima 1239 m s.l.m., altitudine massima 1383 m s.l.m. Si attraversano pascoli e un bosco di faggi. Formazioni rocciose e ampi panorami, se il meteo accompagna.

4. Torella del Sannio e Castropignano: il Regio Tratturo Castel di Sangro-Lucera e la pratica della pastorizia transumante (transfer 10 euro – piccola degustazione facoltativa di formaggi 10 euro - pranzo al sacco). 8 km, 140 metri in salita e 360 metri in discesa (più salite e discese), 3 ore di percorrenza.

**Difficoltà: facile.**

Percorso collinare, fra campi coltivati e piccole macchie di vegetazione. Fondo argilloso o stradine bianche o asfaltate. Presenza di fango. Panoramico, se il meteo accompagna.

### **DOMENICA 9 MARZO:**

Guardiaregia - Saepinum-Altila (area archeologica romana): 7 km, 130 metri in salita e 160 in discesa (più salite e discese), 3 ore di percorrenza.

**Difficoltà: facile.**

Percorso per lo più leggermente ondulato, ai piedi del massiccio appenninico del Matese, fra campi incolti e piccole macchie di vegetazione. Fondo argilloso o stradine bianche o asfaltate. Presenza di fango. Panoramico, se il meteo accompagna, ma soprattutto storico-culturale.