

Escursioni Parco Nazionale Dabruzzo

Rovere è un piccolo borgo dell'Appennino Abruzzese nel comune di Rocca di Mezzo (AQ), all'interno del Parco Regionale Sirente- Velino. Questo volume, concepito in occasione dell'inaugurazione dell'Albergo diffuso "Robur Marsorum" e voluto dai suoi promotori Siro e Mirella Cinti, è una guida per chiunque voglia approfondire la storia e i valori culturali e ambientali del centro antico e del territorio circostante. È destinato sia ai Roveresi che ancora oggi qui vivono e lavorano, sia a coloro che qui sono nati, e pur lontani ne mantengono viva la memoria, sia a coloro che sceglieranno di passare qui il loro tempo libero per il riposo e per la pratica degli sport legati alla montagna. Hanno contribuito alla sua redazione Domenico Colasante, che ha ricostruito i momenti più significativi dell'evoluzione storica dal Medioevo ad oggi, Paola Artizzu che ha indicato alcuni percorsi di visita del centro storico, Lucia Valente che ha documentato le fasi costruttive e lo stato attuale dei monumenti più significativi, Maurizio Doglia e Alberto Liberati che hanno illustrato le risorse naturalistiche e ambientali suggerendo le mete di possibili escursioni. Siro Cinti infine ha evidenziato i criteri che hanno ispirato l'operazione di recupero edilizio e di riscoperta della memoria alla ricerca di un modello innovativo di accoglienza turistica come quello perseguito nell'Albergo diffuso "Robur Marsorum". Il volume è a cura di Saro Cinti e Domenico Colasante.

La parola trekking è l'estrema sintesi di due concetti: camminare in ambiente naturale - rispettandolo; può diventare parte significativa di uno stile di vita e la sua pratica regolare è in grado di influenzare altri aspetti del quotidiano, come l'alimentazione e la dipendenza da veicoli a motore. Questo libro vuole essere appunto una breve guida introduttiva ai vari tipi di "corsa", trekking e maratona, e ai regimi alimentari corretti per chi pratica questi tipi di sport attraverso l'esperienza diretta dell'autore Benedetto Scarpellino, pediatra neonatologo ed esperto di alimentazione ma al contempo maratoneta e appassionato di trekking.

Weekend low cost in Italia

Camminare in Italia

Solo montagna

Micologia italiana

This volume gathers case studies on plant diversity from selected, representative mountain systems of Italy (Mediterranean and temperate zones), while also addressing the biodiversity of avian fauna. For the Alps, Wilhalm and Prosser examine the species biodiversity (also with the help of highly detailed location maps) of the sector of the central Alps that corresponds to the basin of the Adige, including some nearby valleys, between the watershed to the north and the Prealps to the south (Alto Adige and Trentino). In turn, Pedrotti investigates the vegetation series of the same territory in relation to the three climatic sectors identified: prealpine, alpine and endoalpine. Aleffi then explores the relationships between the distribution of a number of species of bryophytes and the main mesoclimatic gradients along a transect through the Valle dell' Adige between 46°40'N and 45°42'N. Lastly, Siniscalco studies the ways in which alien species are now invading the western Alps, which to date have remained largely unaffected by this phenomenon, unlike the plains and hills. For the Apennines, Ferrari studies the tree line and the biodiversity of the vegetation of the northern Apennines; for the mountains of Sicily, Bazan conducts a diachronic analysis of the beech forests of the Monti Nebrodi. The contribution by Venanzoni interprets the chorology of associations of the Magnocaricetalia order throughout Italy, relating it to the climatic and geographic gradients. He describes a total of 55 associations, reporting on the distribution in the temperate zone (differentiating between the alpine and continental) and the Mediterranean zone for each of them. Cianfaglione presents the Signal Project Italian site. This project investigates the effects of extreme weather events on secondary grassland and the role of selected alien species, mowing, biodiversity, productivity and functional traits, in Italy and along a European gradient. For the Marches Region, Forconi describes the biodiversity of the avian fauna in relation to the altitudinal gradient and the potential vegetation.

L'elenco delle 72 "meraviglie sconosciute" d'Abruzzo proposte in questa 2ª edizione, dopo il grande successo ottenuto dalla prima edizione del 2000, comprende mete molto diverse. Centri storici, aree archeologiche, architetture tradizionali, castelli e musei si affiancano a boschi, valloni rocciosi, calanchi, aree protette, aree faunistiche e laghi.

Completano l'elenco i tratti più integri e spettacolari del litorale adriatico. Alcuni di questi luoghi possono essere visitati in auto, altri richiedono passeggiate o brevi escursioni a piedi. Ci sono "meraviglie" che possono essere visitate tutto l'anno, e altre che hanno una "alta" e una "bassa" stagione. Tutti gli itinerari della guida sono corredati dalle informazioni pratiche essenziali: le caratteristiche più importanti del percorso, quando andare, cosa portare con sé, dove mangiare e dormire, a chi rivolgersi per avere tutte le informazioni necessarie.

90 passeggiate, escursioni e alte vie

Iter para tutum

Abruzzo

Campeggi e villaggi turistici 2005

Vacanze in camper in Italia

This book provides an updated list of the vascular flora of the National Park of Abruzzo, Lazio and Molise, incorporating the latest nomenclatural and floristic findings. The list of plants was extrapolated from a geographic database including all data from floristic or vegetational references and herbarium specimens concerning the Park area. This data storage tool was obtained from the database of Abruzzo vascular flora (Conti et al. 2010) and adapted to the study area by adding those areas of the Park falling in the regions of Lazio and Molise and their accompanying floristic and vegetational data. Analysis of the data has allowed gaps in the floristic knowledge of the Park, such as comparatively or completely unexplored areas, to be identified, together with those species records that still require confirmation and/or further study. On the basis of these deductions, fieldwork aimed at the collection of new floristic data was carried out. Verification of the correct identification of herbarium specimens collected in the past, as well as a systematic study of critical genera, were also important priorities.

Il Corona Virus ci ha forzato a rimanere in casa e pensare al nostro vissuto. Giorgio Galofaro ripercorre le proprie origini: nato e cresciuto in un piccolo paese della Sicilia, dove ancora era diffuso l'analfabetismo, aiutava i genitori nei lavori sui campi; pascolava le capre e montava a cavallo. Nei suoi valori ed interessi fu fortemente influenzato dal suo papà, piccolo coltivatore diretto, sindacalista della Camera del Lavoro e militante comunista. La società di allora viene raccontata con gli occhi di un bambino, che vede i propri fratelli maggiori e tanti altri emigrare verso il Nord. Poi, il grande balzo verso Milano con tutta la sua famiglia, la difficoltà a scuola di quel bambino che fino a quel momento sapeva parlare solo in siciliano. Ma anche la forte voglia di conoscere, apprendere, viaggiare. La militanza politica: fin da giovanissimo coi giovani comunisti e l'incontro con Alcide Cervi, padre dei sette fratelli Cervi martiri della Resistenza. Seguiremo, passo dopo passo, la società che cambia, i primi viaggi all'estero ed i primi amori. Il giovane, arrivato a Milano dalla Sicilia, sognava la fratellanza e la solidarietà fra i popoli, fervente sostenitore della Primavera di Praga del 1968 e della riscossa dei popoli del terzo mondo. Questi ideali lo hanno portato nel 1984 in Nicaragua, dove fece parte di quella schiera di migliaia di giovani che, da tutto il mondo, affascinati dalla Teologia della Liberazione e dall'incontro fra Marxismo e Cristianesimo, accorsero per aiutare questo piccolo paese del Centro America. Conosceremo una vita tumultuosa, con successi e traguardi raggiunti, una incredibile storia d'amore attorno al violino "Antonius Stradivarius fecit in Cremona 1715", ma anche delusioni e cocenti sconfitte. Ad un osservatore superficiale potrà sembrare la storia di un perdente, di una persona sconfitta, ma, come ebbe a dire ai suoi studenti la grande Rita Levi Montalcini, "Non temete i momenti difficili, il meglio viene da lì...". Il protagonista di questo racconto mostra di saper vincere i momenti difficili, in ogni pagina dimostra di avere lottato e vissuto.

I laghi delle Dolomiti

An Annotated Checklist

Rovere. La storia e il luogo

Morbidity and Mortality Weekly Report

La montagna mi ha dato tutto: benessere fisico e tranquillità di spirito!

"Il titolo dell'opera, Traverse, implica un viatico romantico, simbolico ed evocativo: il nome di un vento che trasporti questi componimenti in fuga, verso altri territori, altre culture, lettori, autori. All'interno di Traverse (vento di ponente, in Francia soffia a nord ovest del Massiccio Centrale, una imponente catena montuosa che giunge oltre i 1800 metri) si susseguono, in ordine alfabetico: Peppe Casa con Muricani doc e U Scogghiri; Grazia Chiavacci con Giovita; Paolo Cimarelli con Per Parlarti Ancora; Antonio de Gennaro con Madre terra; Francesco Guarino con Amore Prigioniero; Assunta Sparaco con Speranza nel dare amore." (tratto dalla prefazione di Giuseppe Aletti)

ePub: HFL090

Rivista

Lazio, Abruzzo, Molise, Sardegna

I 50 sentieri più belli d'Abruzzo

Geographical Guide to Floras of the World

Alberghi e Ristoranti d'Italia 2011

La montagna ha la capacità di formare l'animo di chi la frequenta e la conosce. Le avventure e le impressioni, riportate in questa serie di racconti, realmente vissuti dall'Autore, diventano comunque piccolissime se paragonate alla maestosa, solenne grandezza dei monti ed alla inarrestabile forza del sole, del gelo, del vento. Eppure, proprio la piccolezza di questi fatti quotidiani ed individuali, li rende umani. TOMMASO BASTI è nato a Ortona (Ch) il 24 marzo 1923. Ha redatto nel 1945 lo Statuto dell'Associazione Agricoltori di Ortona, che si riprometteva di tutelare gli interessi dei coltivatori diretti della zona. Ha partecipato alle varie campagne amministrative e comunali e, a Roma, all'Assemblea dei Coltivatori Diretti Nazionali. Durante questa sporadica attività, negli anni immediatamente successivi alla seconda guerra mondiale, ha scritto alcuni pensieri, raccolti in un'opera dal titolo «Ecclettissimo Politico», andata dispersa, che aveva per soggetto lo stralcio e il riassunto di alcune idee e programmi contenuti nelle ideologie di diversi partiti politici e ritenuti idonei per uno stabile e pacifico governo del paese. Faceva parte della Filodrammatica di Pescara, nella quale recitava e creava gli sketch.

Eremi, Castelli, Santuari & Sapori d'Abruzzo", è un vademecum per il turista, il viaggiatore, l'appassionato o il semplice curioso, su alcuni dei maggiori eremi, castelli e santuari della regione Abruzzo. Sono indicati centinaia di città, paesi o località, dove ci sono questi siti da visitare. Inoltre, nella guida sono indicate oltre ottanta aziende del settore enogastronomico, fra produttori, venditori o semplicemente ristoratori che producono, commercializzano o utilizzano prodotti tipici del territorio (a km 0, bio, o piatti caratteristici e originali della singola località). Alla fine dell'opera, ci sono dei percorsi esperienziali, enogastronomici - culturali che possono essere percorsi anche visitando gli eremi, i castelli, i santuari e le aziende indicate in "Eremi, Castelli, Santuari & Sapori d'Abruzzo". L'opera originale, patrocinata dall'Associazione Abruzzo Tourism, è in italiano - inglese, con un lessico e una sintassi né scolastica, né letteraria, ma con uno "slang" comprensibile a tutti coloro che nell'epoca della Globalizzazione vogliono venire a visitare l'Abruzzo, "culla della civiltà urbana italica", dove fra le alte vette dell'Appennino Centrale, parchi incontaminati e il 70% delle specie animali protette dell'Europa occidentale, permangono ancora isole culturali che conservano ambienti e tradizioni millenarie che affondano le proprie origini nell'Età del Ferro.

Escursioni parco nazionale d'Abruzzo

Campania, Abruzzo, Molise

An Annotated List with Special Reference to Useful Plants and Common Plant Names ...

Agriturismo e vacanze in campagna 2005

L'Aquila e il Gran Sasso, Chieti, Pescara, Teramo, i parchi e la costa adriatica

Scalare le Dolomiti, belle da togliere il fiato, raggiungere il ciglio di un vulcano che ribolle di lava in Sicilia, esplorare i villaggi medievali lungo le vie dei pellegrini in Toscana, gironzolare per le scintillanti coste delle Cinque Terre: abbiamo selezionato i migliori sentieri del paese per soddisfare ogni interesse e ogni livello di preparazione. Che desideriate una tranquilla camminata di un giorno tra vigne e oliveti, avventurosi trekking di più giorni sulle Alpi o l'emozione di sfidare una via ferrata, questa guida vi condurrà tra le ricchezze naturali, culturali e storiche dell'Italia. Tutto ciò che bisogna sapere per prepararsi a ogni tipo di escursione. Informazioni su pernottamento, pasti e servizi lungo i percorsi. Consigli su attrezzature, salute e sicurezza

Escursioni parco nazionale d'AbruzzoSentieri nel Parco Nazionale d'Abruzzo. 96 passeggiate ed escursioni nella prima area protetta d'ItaliaParco nazionale d'Abruzzo90 passeggiate, escursioni e alte vieSentieri nel Parco Nazionale Gran Sasso Laga. 120 itinerari con dati GPSI 50 sentieri più belli d'AbruzzoAbruzzoL'Aquila e il Gran Sasso, Chieti, Pescara, Teramo, i parchi e la costa adriaticaTouring EditoreMiscellaneous

PublicationGeographical Guide to Floras of the WorldAn Annotated List with Special Reference to Useful Plants and Common Plant Names

...Morbidity and Mortality Weekly ReportMMWRParco nazionale della Majella. 30 itinerari scelti nel cuore della Montagna madre. Con carta topografica 1:50.000. Ediz. illustrataEdizioni MediterraneeAbruzzo, MoliseTouring EditoreLazio, Abruzzo, Molise, SardegnaTouring

EditoreTraverseAletti Editore

(non compresa Roma e dintorni)

Parco nazionale della Majella. 30 itinerari scelti nel cuore della Montagna madre. Con carta topografica 1:50.000. Ediz. illustrata

Sentieri nel Parco Nazionale Gran Sasso Laga. 120 itinerari con dati GPS

Eremiti, Castelli, Santuari & Sapori d'Abruzzo

MMWR

Una vacanza è una vacanza, anche - o forse soprattutto - quando dura poco! Ma con un tempo ridotto a disposizione, niente deve essere lasciato al caso. Grazie a questa guida scoprirete sessanta mete imperdibili e poco conosciute sparse in tutta Italia, dal mare alla montagna alle città d'arte: posti veri, dove la cucina, la cultura e l'accoglienza turistica sono ancora genuine e a buon mercato. Vi attendono suggestive magioni infestate nel parmense, spiagge bellissime e vestigia romane sulle isole pontine, borghi e castelli medievali (per non parlare dell'olio agrumato) lungo la costa abruzzese dei Trabocchi, l'incantevole barocco siracusano e naturalmente le innumerevoli sfumature della tavola italiana. Tanti itinerari semplici da consultare, perfetti per chi sceglie la formula del weekend lungo e breve per i propri viaggi di piacere. Ogni proposta è corredata da cartine e dalle informazioni logistiche necessarie per muoversi a colpo sicuro, da nord a sud, alla scoperta di un'Italia bellissima e sostenibile.

Il Libro "ITER PARA TUTUM" è stato scritto dall'autore per descrivere le sue montagne: l'Appennino, le Alpi, i monti e i deserti dell'Africa compreso il Kilimangiaro, il Deserto del Ténéré (il nulla del nulla) e l'Erg Chec un deserto ancora sconosciuto tra Algeria-Mali-Mauritania, dove si trova l'unico pozzo esistente, e dove è stata trovata l'acqua assolutamente necessaria per la sopravvivenza dell'autore e della sua spedizione nell'anno 1989. Il libro è ripartito in tre parti: la prima dedicata alle scalate dell'autore sulle Dolomiti, in Valle d'Aosta e al lungo soggiorno durato ben quaranta anni sul Monte Rosa (Dufour, Zumstein, Castore, Breithorn) dove quest'ultimo ha raggiunto la vetta del Cervino con la Guida Alpina Ferdinando Gaspard e Lino Tamone, col quale è stato anche sul Monte Bianco (Vetta a 4.810 m.slm, Petit Anguille Verte, Tour Ronde, Les Pyramides Calcaires e Pic Adolph). Narra dei vari tentativi dell'autore di arrivare in vetta al Monte Cervino, che ha poi finalmente raggiunto l'otto settembre 1971, con la Guida Alpina Ferdinando Gaspard da Pecou-Vatourneche. Ultimamente è diventato membro del Club "Amici del Monte Cervino" nel 150° anno della sua conquista e ha chiuso la sua carriera alpinistica andando in cima al Monviso, dove è stato fondato il Club Alpino Italiano del quale è stato membro. Nella sua lunga vita ha scalato quasi tutte le montagne dell'Appennino al quale è dedicata la seconda parte del suo libro. La terza è dedicata a montagne quali il Kilimangiaro, i Monti Bagzans e una buona conoscenza del Demavend in Iran che coi suoi i quasi 6.000 msl.m. è la più alta vetta vulcanica dell'Iran. In copertina: Arnaldo Bavicchi con lo sguardo rapito dalle montagne dell'Appennino mentre si trova nel luogo da lui preferito: Monte Guadagnolo 1.280 m. u. m. Sul retro: L'autore nella sua biblioteca dove trascorre gran parte della vita.

Abruzzo, Molise

Lazio

Parco nazionale d'Abruzzo

Tuttitalia Trekking

Comune di Rocca di Mezzo (AQ)