

In breve

Tipologia	Gole, Forra e Alta montagna carsica, itinerario fisico e tecnico
Difficoltà	E / E+ (Medio-Impegnativa) – Per escursionisti allenati
Ideale per	Amanti del canyoning e del trekking tecnico, escursionisti esperti e gruppi
Carattere	Spettacolare, rupestre, selvaggio
Paesaggio	Canyon roccioso → Letto del fiume → Bosco e praterie d'alta quota
Panorami	Vista verticale sulle pareti rocciose all'interno delle gole e orizzonti aperti in uscita
Dislivello	Circa 220 – 500 m (a seconda del percorso)
Quota max	Circa 1330 m (apice settentrionale) o 1800 m (Monte Etra)
Fatica	Media–alta, passaggi rocciosi e a volte bagnati
Affollamento	Medio (variabile, più intenso in alta stagione)
Valore distintivo	Uno dei canyon più belli d'Italia, fenomeno carsico
Tipologia	Gole, Forra e Alta montagna carsica, itinerario fisico e tecnico

Distanza da Il Timo: Circa 20-30 minuti di trasferimento (Celano/Aielli)

Ambiente: Canyon carsico, profondo e spettacolare, scolpito dall'erosione.



Le Gole di Celano rappresentano uno dei canyon più imponenti e suggestivi dell'Appennino, frutto di una profonda erosione che ha intagliato i rilievi calcarei dei Monti della Marsica.

Il percorso si snoda lungo il letto del Rio La Foce, incassato tra pareti rocciose altissime, offrendo un'esperienza di trekking intensa e "sconvolgente" che combina l'ambiente rupestre e la vegetazione d'alta quota.

L'escursione classica conduce alla suggestiva Fonte degli Innamorati e, per i più allenati, prosegue fino alle rovine dell'antico Eremo di San Marco. È un luogo che richiede attenzione (in particolare per il rischio caduta massi e il fondo a tratti scivoloso), ma che restituisce la sensazione di una natura selvaggia e inesorabile.

Agriturismo il Timo

..... info e prenotazioni

Tel e WhatsApp: +39.0863.1931001

Email: info@iltimo.it

Web: iltimo.it

Gole di Celano

*Sentiero: La Forra (Rio La Foce)
Verso la Fonte degli Innamorati*

L'escursione inizia spesso con un avvicinamento dal borgo di Celano (o Aielli) fino all'imbocco. La parte più spettacolare è la forra stessa: un cunicolo naturale dalle pareti sinuose e altissime, dove si cammina sul letto del fiume (spesso in secca durante l'estate, ma con fondo sassoso e irregolare).

La progressione è lenta e la vista è dominata dalla verticalità della roccia. Superato il tratto più stretto delle gole, il sentiero si apre progressivamente verso la **Fonte degli Innamorati** (una piccola cascata) e, in seguito, in ampie zone boschive o pascoli che conducono all'Eremo di San Marco, con panorami aperti sui rilievi circostanti.

Dopo l'intensità e l'impegno fisico del trekking nella forra, il rientro a Il Timo è l'ideale per:

Recupero Muscolare: L'atmosfera tranquilla e silenziosa favorisce il riposo profondo necessario dopo i passaggi impegnativi tra i massi e il dislivello affrontato.

Posizione Strategica: La vicinanza (circa 20-30 minuti di auto) permette di completare l'escursione in giornata e di rientrare agevolmente.

Ristoro: Un'alimentazione genuina e adeguata agli sforzi compiuti, bilanciando l'asprezza della montagna con la calda ospitalità agricola.

Questo trekking è un'esperienza intensa. Il carattere del luogo è selvaggio, quasi claustrofobico all'interno della forra, ma anche maestoso.

È un itinerario che non concede nulla: la fatica è ricompensata dall'unicità del passaggio tra le alte pareti e dalla soddisfazione di superare i tratti più tecnici, dove a volte è necessario aiutarsi con le mani.

È sconsigliato nei mesi invernali a causa di piogge e nevicate che rendono il percorso molto scivoloso e pericoloso.



Aspetti Naturalistici e Tecnici

•••••

Le Gole sono un importante fenomeno carsico nell'Appennino Centrale.

Attrezzatura

L'escursione è impegnativa e richiede l'uso di scarponcini da trekking alti (meglio se impermeabili in primavera/autunno) e, per il rischio caduta massi, l'utilizzo del casco protettivo (spesso noleggiabile in loco). Le mani devono essere libere per aiutarsi nei passaggi più rocciosi.

Flora

Nel periodo primaverile ed estivo è possibile osservare la fioritura di numerose specie tipiche dell'ambiente rupicolo, incluse diverse specie di orchidee.

Fauna

Le pareti rocciose e le vette circostanti sono l'habitat ideale per l'avvistamento di rapaci, in particolare l'Aquila Reale e il Grifone (presente grazie a un progetto di ripopolamento). Sono altresì possibili incontri con Cervi, Caprioli, Lupi e Volpi.