



Bacino Tirrenico

SOMMARIO

- 10 Introduzione
- 18 Monte Nerone: nella selvaggia Val d'Abisso (1)
- 20 L'anello di Monte Acuto (2)
- 22 Monte Catria: dalla Valle del Sentino a Fonte Avellana (3)
- 24 Dal Fosso della Rocchetta alla Serra Santa e al Monte Penna (4)
- 26 Da Colle Croce al Monte Acuto e al Monte Pennino (5)
- 28 Monte Tezio: boschi e panorami della 'montagna di Perugia' (6)
- 30 Da Massa al Monte Martano (7)
- 32 Intorno e in vetta al Sasso di Pale (8)
- 34 L'oasi WWF di Torricchio e il Monte Fema (9)
- 36 Da Gavelli al Monte Coscerno (10)
- 38 In vetta al Monte Fionchi, montagna di Spoleto (11)
- 42 L'anello di vette intorno alla Val di Bove (12)
- 44 Pizzo Berro e Pizzo Tre Vescovi: la verde Valle di Panico (13)
- 46 Monte Argentella, Monte Palazzo Borghese e Monte Porche (14)
- 48 Monte Vettore: nel 'grande imbuto' del versante nord (15)
- 50 Monte Sibilla: la via normale e la discesa all'Infernaccio (16)
- 52 Da Forca di Presta alle vette intorno al Lago di Pilato (17)
- 54 Da Forca Canapine al Monte dei Signori e al Monte Utero (18)
- 58 Da Pescia a Monte Pizzuto e Monte Prato (19)
- 60 Dalla Valle del Castellano alla Macera della Monte (20)
- 62 Dal Ceppo a Cima Lepri e al Pizzo di Moscio (21)
- 64 Dalla Fiumata al Monte Pelone e al Monte Gorzano (22)
- 66 Dalla Croce di Corano al Monte Girella e al Monte Piselli (23)
- 68 Dal rifugio Panepucci al Monte San Franco e al Monte Jenca (24)
- 70 Pizzo di Camarda: il selvaggio anello di Solagne (25)
- 74 Corno Grande, Vetta Occidentale (26)
- 76 Pizzo Cefalone: l'anello del rifugio Garibaldi e della Portella (27)
- 78 Corno Grande, Vetta Orientale: la via ferrata e il Calderone (28)
- 80 In vetta al Corno Piccolo, per la via dei pionieri (29)
- 82 La traversata di Monte Brancastello (30)
- 84 Monte Prena: il selvaggio canalone di Fonte Rionne (31)
- 86 Monte Camicia, Monte Tremoggia: le selvagge nevi del Gravone (32)
- 90 Monte Picca: l'ultima vetta del Gran Sasso (33)
- 92 Monte Morrone: la Rava del Confine e la Rava Grande (34)
- 94 Cima delle Murelle, Monte Acquaviva e Monte Focalone (35)
- 96 Monte Amaro: nei ripidi valloni che guardano Sulmona (36)
- 98 Monte Porrara: la più elegante cresta della Maiella (37)
- 100 Monte Secine e Serra Tre Monti (38)
- 102 Monte Cimino: la traversata del vulcano più alto del Lazio (39)
- 106 Monte Terminillo: i canali del versante nord (40)
- 108 Monte i Porcini e Monte di Cambio (41)
- 110 Monte Nuria e Monte Nurietta: dai laghi di Rascino e Cornino (42)
- 112 Monte Navegna: dal Lago del Salto a un solitario belvedere (43)
- 114 Monte Morrone, Monte Ginepro: boschi e tracce di ghiacciai (44)
- 116 Monte Velino, la cresta sudovest e il Canalone (45)
- 118 Monte Sirente: nei severi canaloni del versante nord (46)
- 122 Monte Guadagnolo: i fossi e le rocce dei Monti Prenestini (47)
- 124 Monte Tarino: nel cuore del Parco dei Simbruini (48)
- 126 La Monna, il Monte Fanfilli e il Monte Vermicano (49)
- 128 Monte Viglio: lo sconosciuto Vallone delle Portelle (50)
- 130 Dalla Val Roveto alla Serra Comune e alla Monna Sambucito (51)
- 132 Pizzo Deta: nel selvaggio canalone di Peschiomacello (52)
- 134 Monte Fontecchia: nei boschi dell'orso (53)
- 136 Serra Traversa: un facile anello da Forca d'Acero (54)
- 138 La Meta e il Monte Tartaro: dal solitario piano di Biscurri (55)
- 140 Monte Amaro di Opi: la classica montagna dei camosci (56)
- 142 Da Prato di Mezzo al Monte Cavallo e al Monte Forcellone (57)
- 144 Da Pescasseroli al Monte Marsicano e al Monte Forcone (58)
- 146 Da Introdacqua al Monte Rognone e al Monte Genzana (59)
- 148 Dall'Aremogna alle Toppe del Tesoro e al Monte Greco (60)
- 150 Monte Malaina, Monte Gemma e Monte Salerio (61)
- 152 Monte Cairo: la vetta di Montecassino (62)
- 154 Punta Giovanna e Torre Elena: le rocce e i panorami di Leano (63)
- 156 Monte delle Fate: tra sughere, massi e panorami (64)
- 158 Cima del Redentore, Monte Altino: le vette affacciate su Formia (65)