



GR ABRUZZO



Sezione di Sulmona

Una
montagna
di salute

maggio 2026
Evento diffuso
6ª edizione



Commissione Centrale Medica del CAI in
collaborazione con le Commissioni Mediche Regionali
e Interregionali del CAI



Una montagna di salute

5ª edizione

La Commissione Medica dell'Abruzzo, aderendo all'iniziativa della CCM del CAI
all'interno del Festival dello Sviluppo Sostenibile 2026 promosso da ASviS,
organizza un'escursione al

Anello del Pizzo di Ovindoli

San Benedetto in Perillis

con la partecipazione delle Sezioni CAI di Sulmona e di Ortona

Domenica 10 maggio

Programma:

L'escursione non è solo un'occasione per immergersi nella natura, ma anche per riflettere insieme sul concetto di One Health: un approccio integrato che riconosce il legame tra salute umana, animale e ambientale. Mentre si cammina, i relatori condividono informazioni ed esperienze con i partecipanti e discutono di come la tutela degli ecosistemi montani contribuisca a prevenire malattie e a promuovere il benessere collettivo. Durante le soste, si approfondiscono temi come la biodiversità, la sicurezza alimentare e la prevenzione delle zoonosi, valorizzando il dialogo e la collaborazione interdisciplinare. Partecipando all'escursione si può comprendere l'idea che il nostro benessere dipenda dall'armonia tra uomo e ambiente. Al termine della giornata, si ritorna a casa arricchiti non solo dalla bellezza della montagna, ma anche da una maggiore consapevolezza sull'importanza della salute globale.

ITINERARIO – Da Pzza San Rocco di Ovindoli si segue la strada per San Potito, si scende tra le case lungo la mulattiera fino alla vecchia fabbrica d'asfalto. Si attraversa la sterrata e si arriva ai ruderi del castello di San Potito vecchio (1181 m, 45 min), sopra il borgo abbandonato. Più in basso c'è San Potito nuovo. Si continua su un sentiero poco visibile verso il Rio di San Potito, si sale a sinistra fino alla sella con vista su Ovindoli. Si raggiunge la strada (1413 m, 15-60 min) vicino alla pineta. Da una croce inizia il sentiero ripido per il Pizzo di Ovindoli, passando per un'altra croce e poi la vetta (1574 m, 30-90 min). Dal Pizzo si ritorna al punto di partenza e poi al paese (1 ora).

Referenti

Ludovico Iannozzi - 349 8120453

Patrizia Dragone - 349 8128756

Angelo Radoccia - 327 332 7607

Informazioni:

www.caisulmona.it;

<https://it-it.facebook.com/caisulmona/>

<https://www.facebook.com/people/Club-Alpino-Italiano-Sezione-di-Ortona/100049203576923/>

