



Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it

SLOW BIKE 2011 - 17ª ESCURSIONE MTB

Intersezionale a cura della sottosezione CAI di Leonessa (RI)

Escursione nell'area dell'altopiano leonessano

- DATA ESCURSIONE:** 17 settembre 2011
- ORA PARTENZA:** ore 08.30 con auto propria
- RITROVO:** Porta Cartara - Ascoli Piceno
- IMPEGNO** LUNGHEZZA COMPLESSIVA 18 km.
FISICO: DISLIVELLO COMPLESSIVO 600 m.
- DIFFICOLTA' TECNICA:** BC/BC (vedi informazioni)
- DURATA:** 3,00 h circa (soste escluse)
- ACCOMPAGNATORI:** Cittadini Mario
Orsini Anna Maria

Premessa

L'escursione, che la Sottosezione Cai di Leonessa organizza, si svolge nell'ambito del Raduno Regionale di Cicloescursionismo Cai del Lazio e ci permetterà di conoscere la zona dell'altopiano e dei rilievi montuosi circostanti.

Descrizione Itinerario

L'escursione ha inizio, alle ore 10,30, da Piazza VII Aprile. Si percorre, per pochi chilometri, la vecchia strada per Rieti. Successivamente una comoda brecciata permette di

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito www.slowbikeap.it



Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it

raggiungere il Monte Tilia. Qui ha inizia una lunga e panoramica cresta su prati. Per finire si ritorna su strada asfaltata che in breve ci riconduce al punto di partenza.

Gli organizzatori del Raduno hanno pensato di proporre, per chi non volesse cimentarsi con questo itinerario, un'escursione alternativa che si svolge interamente nell'area dell'altopiano di Leonessa percorrendo strade bianche, con difficoltà TC –TC e della durata di circa un'ora.

Leonessa (cenni storici)

Le prime testimonianze scritte sui nuclei abitati dell'altipiano risalgono al sec. VIII d.C., i superstiti documenti dell'alto medioevo parlano di numerose donazioni di terreni e pertinenze fatte all'abbazia di Farfa, la prima di queste notizie risale agli anni 770-774.

E' di questo periodo il formarsi dei vari castelli, che vennero costruiti sulle alture, in posizioni strategiche.

Notizie frammentate non consentono di delineare una precisa storia della zona, ma, trattandosi di zona di confine, fu oggetto di ampie contese tra la monarchia normanna e sveva, i papi e i duchi di Spoleto. Ai margini settentrionali dell'altopiano sul finire del XII secolo si fissò la linea tra stato della Chiesa e regno di Napoli. a ognuno dei quali fece capo un gruppo di castelli. Dal castello di ripa di Corno, per decisione politica dei sovrani di Napoli, si sviluppò l'abitato di Leonessa.

Nei secoli XV-XVI fiorirono le industrie, principalmente quella laniera, la quale trovava sbocchi in numerosi centri commerciali, dai mercati di Farfa a quelli di Ascoli Piceno.

Con l'avvento del regno d'Italia fece parte della provincia di Aquila tramite il circondario di Cittaducale. Nel 1927 fu però aggregata alla provincia di Rieti di nuova istituzione.

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito www.slowbikeap.it



Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it

INFORMAZIONI

Il costo d'iscrizione è di € 3,00 per i soci CAI e € 8,00 per i non soci CAI. La quota comprende, per i non soci, l'assicurazione CAI.

Per partecipare alla gita in MTB occorre compilare, in qualità di soci CAI, la domanda d'iscrizione al Gruppo Ciclo Escursionismo CAI "SLOW BIKE"; tutti i partecipanti, soci CAI e non, dovranno prendere conoscenza del Regolamento del Gruppo Ciclo Escursionismo e del Regolamento Escursioni. I documenti possono essere scaricati da www.slowbikeap.it o richiesti presso la sezione.

All'escursione in MTB, come per le altre iniziative escursionistiche sezionali, possono partecipare oltre ai soci CAI anche i non soci che effettuano la domanda di partecipazione. Per tutti, l'iscrizione è obbligatoria e si potrà effettuare entro venerdì 18 marzo presso la sede CAI di via Cellini, orari di apertura mercoledì e venerdì dalle 19,00 alle 20,00.

Raccomandiamo di adottare un abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività ed all'ambiente in cui ci si troverà, di portare con sé sempre sufficienti scorte di acqua e qualche barretta energetica. Durante tutta la durata dell'escursione è obbligatorio l'uso del casco, regolarmente indossato ed allacciato.

Le difficoltà MC – BC - OC fanno riferimento alla "Scala delle difficoltà" espressa dalla Commissione Cicloescursionismo MTB del Convegno Ligure Piemontese Valdostano del Club Alpino Italiano. La doppia sigla BC / BC indica rispettivamente la difficoltà in salita ed in discesa.

MC (per cicloescursionisti di media capacità tecnica) percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole.

BC: (per cicloescursionisti di buona capacità tecnica) percorso su sterrate molto sconnesse o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (gradini di roccia o radici).

OC: (per ciclo escursionisti di ottime capacità tecniche) come sopra ma su sentieri dal fondo molto sconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli.

Per qualsiasi richiesta di info, potete scrivere a segreteria@slowbikeap.it.

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito www.slowbikeap.it