



gruppo SlowBike slowbikeap.it
Club Alpino Italiano - sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10 - 63100 Ascoli Piceno (AP)
tel / fax. 0736 45158 - caiascoli.it



ESCURSIONE	DATA: 1 giugno 2013
	REGIONE: Lazio
ORGANIZZAZIONE: CAI Amatrice e CAI Antrodoto	
DENOMINAZIONE: CAMMINACAI150 - "Salaria 4 regioni senza confini" - da Amatrice ad Antrodoto	
IMPEGNO FISICO: lunghezza 57 km. / dislivello 500 m.	
DIFFICOLTA' TECNICA: MC MC+	per ciclo escursionisti di media capacità tecnica - percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi carrarecce) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole.
DIREZIONE: Luciano Mezzetti, Franco Tanzi - CAI Amatrice Referenti CAI AP : Alessandro Federici, Fabio Carloni	

ORARI	RITROVO: per logistica da Ascoli contattare segreteria@slowbikeap.it
	PARTENZA:
	RITROVO SUL POSTO: ore 8.00 Torre Civica Amatrice
	INIZIO ESCURSIONE: ore 8.15
DURATA: 5,00 ore circa (soste escluse)	

DESCRIZIONE SINTETICA: Il percorso inizia dalla Torre Civica (955 m slm) e percorrendo il corso principale della città giunge a piazza S. Francesco, (facciata Chiesa omonima e Polo Agroalimentare Ente Parco (a suo tempo sede Pretura e carceri di Amatrice). Proseguendo l'itinerario lungo il corso si risale verso la SS. 260 in direzione l'Aquila. Dopo un breve tratto di strada asfaltata si devia per la frazione Musicchio (981 m slm) e percorrendo una mulattiera in discesa si intercetta il sentiero che porta all' Eremo della "Croce" (993 m slm), punto panoramico sulla cittadina e sui monti circostanti. Proseguendo il sentiero si giunge alla frazione Colli (933 m slm) e per strada brecciata molto panoramica si scende al lago Scandarello. Costeggiando il lago con una sterrata che lambisce dolcemente le sue sponde si arriva alla frazione S. Benedetto (936 m slm) e, per secondaria via di comunicazione detta "Romanella", si arriva al Casale Nibbi. Attraversando il cavalcavia sulla Salaria raggiungiamo Bagnolo e per sterrata, Torrita (1003 m slm). Si prosegue lungo la vecchia Via Salaria e con una deviazione sulla brecciata si giunge alla frazione di Vezzano, nel comune di Cittareale. Lungo la strada provinciale n 17 si sale in direzione del centro di Cittareale (962 m slm) (Rocca e museo scavi Romani di Falacrinae). Scendendo si visita il santuario della Madonna di Capodacqua e si riprende la vecchia via Salaria in direzione Posta (721 m slm). Seguendo la via Salaria, attraversando l'abitato di Sigillo, la si percorre fino ad una deviazione che scende lungo il fiume Velino fino ad arrivare ad Antrodoto (525 m slm). Il rientro ad Amatrice avverrà alle ore 18,00 con il servizio pubblico COTRAL e per il trasporto delle biciclette è previsto un furgone che le riporterà ad Amatrice.

ISCRIZIONE: Costi: soci CAI €3, non soci €8 (quota comprendente assicurazione obbligatoria). Le iscrizioni vanno effettuate obbligatoriamente entro il venerdì antecedente l'escursione, alla sede CAI di Via Cellini, aperta mercoledì e venerdì dalle 19 alle 20. Non incluso: quota € 10 per rientro ad Amatrice (costo biglietto COTRAL per rientro da Antrodoto alle ore 18:20 e furgone per trasporto bici)

NOTE: Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività ed all'ambiente in cui ci si troverà e di avere con se sufficienti scorte di acqua e cibo. E' necessario portare nello zaino la dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multi uso ecc). E' indispensabile una preventiva verifica meccanica e messa a punto della bici.

NB: È obbligatorio l'uso del casco che va indossato e tenuto allacciato per tutta la durata dell'escursione.

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi alla sede 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



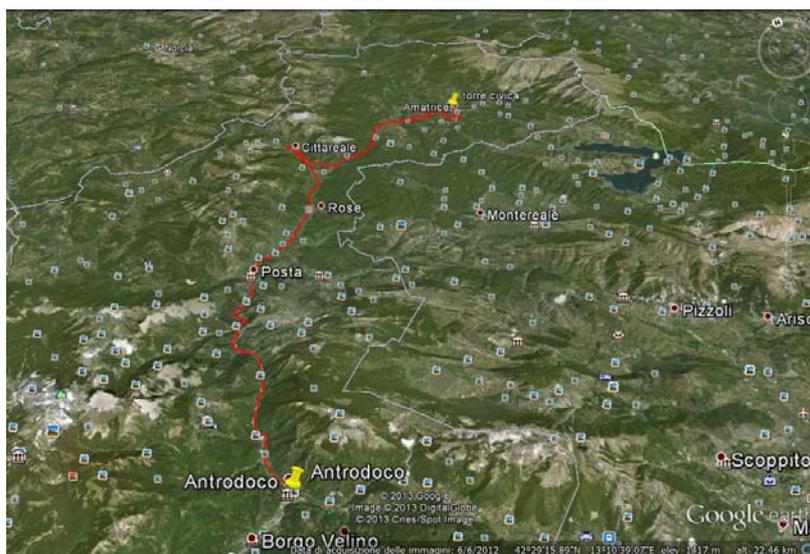
gruppo SlowBike slowbikeap.it
Club Alpino Italiano - sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10 - 63100 Ascoli Piceno (AP)
tel / fax. 0736 45158 - caiascoli.it



PROFILO ALTIMETRICO



TRACCIA TRIDIMENSIONALE



LUOGO SIMBOLO



Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi alla sede 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