



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: 19 ottobre 2013 (sabato)
	REGIONE: Abruzzo
	ORGANIZZAZIONE: CAI Ascoli Piceno (AP)
	DENOMINAZIONE: Tra i Gemelli e la Laga alla scoperta di piccoli borghi "assopiti" tra le montagne.
IMPEGNO FISICO: lunghezza 34 km. / dislivello 950 m.	
DIFFICOLTA' TECNICA: MC/BC	Le difficoltà MC/BCsi riferiscono alla "Scala delle difficoltà" espressa dal Gruppo di Lavoro Cicloescursionismo della CCE. La doppia sigla MC/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, carrarecche...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole. BC ((per cicloescursionisti di buone capacità tecniche) percorso su sterrate molto sconnesse...)
DIREZIONE: Enrico Olivieri AE-C / Dario Ripani	

ORARI	RITROVO: ore 7.50 Porta Cartara – Ascoli Piceno
	PARTENZA: ore 8.00.
	RITROVO SUL POSTO: ore 9,00 Rifugio delle Aquile, località Acquachiara – Campi (TE)
	INIZIO ESCURSIONE: ore 9.15
	DURATA: 6,30 ore circa (soste incluse)

DESCRIZIONE SINTETICA: Dal rifugio delle Aquile si percorre la strada in salita che conduce verso il valico di "Pietra Stretta". Dopo circa 4 km si svolta a sinistra e si scende sulla strada per Valle Piola. Raggiunto il piccolo borgo abbandonato inizia un sentiero a mezza costa che conduce ad Acquaratola. Da qui si riprende a salire per una strada bianca risalendo il Colle la Ciuffa e, poco prima della sommità, si svolta a destra per una mulattiera. Dopo pochi metri in salita inizia la discesa che, alternando tratti di faggeta a radure, conduce alla strada per Piano Maggiore. Si prosegue ora per una lunga salita (7 km) seguendo la larga e comoda strada che risale tutto il versante della montagna fino al valico di Pietra Stretta. Dal valico si scende per 1,3 km poi, nei pressi di una zona pic-nic, si svolta a destra e si scende per una ripida e sconnessa mulattiera. Il percorso, dopo una serie di tornanti, raggiunge il fondo della valle che si segue fino all'abitato di Battaglia. Da qui, in breve, sia arriva a Traversa di Campi, dove termina il giro e si procede per il recupero delle auto lasciate al Rifugio delle Aquile. In alternativa, è possibile concludere il giro seguendo la strada bianca da Pietra Stretta fino al punto di partenza.

ISCRIZIONE: Costi: soci CAI € 3 – non soci € 8 (quota comprensiva di assicurazione obbligatoria). Le iscrizioni vanno effettuate obbligatoriamente entro il venerdì antecedente l'escursione, presso la sede CAI di Via Cellini, aperta mercoledì e venerdì dalle 19 alle 20. Per partecipare alle iniziative Slow Bike, occorre consultare il Regolamento Escursioni, disponibile in sede o su www.slowbikeap.it

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



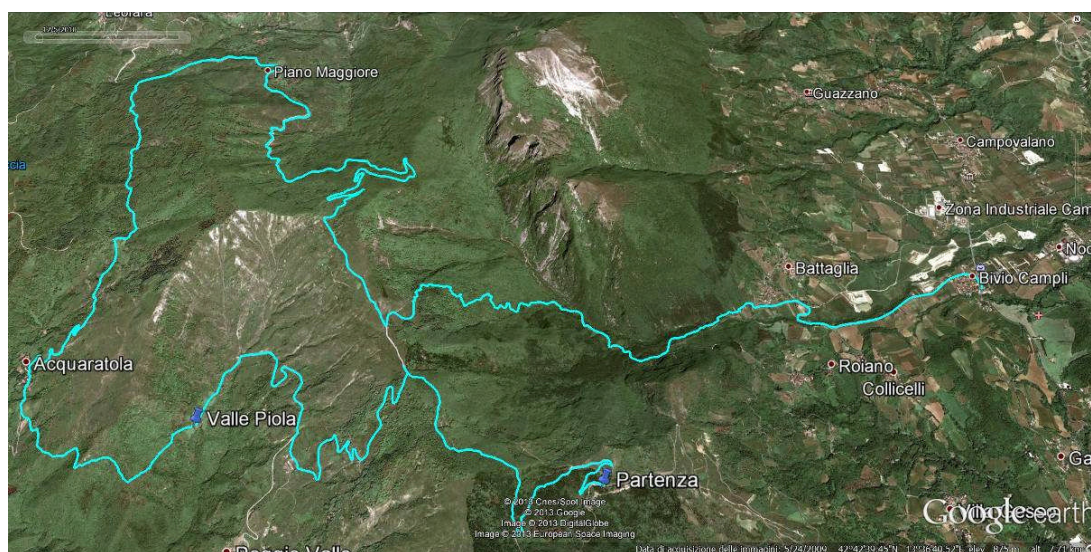
gruppo SlowBike slowbikeap.it
Club Alpino Italiano - sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10 - 63100 Ascoli Piceno (AP)
tel / fax. 0736 45158 - caiascoli.it



SVILUPPO
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



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



Informazioni sui luoghi

Per chi volesse approfondire la conoscenza dei piccoli borghi che andremo a visitare consigliamo i seguenti links:

http://it.wikipedia.org/wiki/Valle_Piola

<http://www.paesiteramani.it/Paesi/Acquaratola.htm>

<http://www.seripubbli.it/Paesi/PianoMaggiore.htm>

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