

# L'Aquila, pedali nel silenzio

Due itinerari proposti dal Gruppo Ciclo Escursionismo Slow Bike del CAI di Ascoli Piceno sui luoghi del sisma del 2009, per contribuire alla rinascita del turismo

di **Sonia Stipa**

Mura di cinta del  
sito archeologico di  
Peltuinum

**T**utti noi, amanti di montagna e di luoghi lontani dal rumore delle città, cerchiamo nelle escursioni il silenzio. Ma ci sono situazioni in cui il silenzio è cupo, triste e ci parla d'altro. Non riesce a trasmetterci un senso di pace e la voglia di fermarci ancora un po', di osservare. Il silenzio, certe volte, riesce a farci desiderare invece di sentire suoni, persino rumori, in quei momenti abbiamo bisogno di sentire respiri di vita. È così che mi sono sentita a L'Aquila, a più di tre anni da quella maledetta notte, quando una splendida città d'arte, capoluogo di una magnifica terra, ha conosciuto morte e distruzione a causa del terremoto che l'ha colpita. Il silenzio mi ha avvolto in una nuvola irreali, che è ciò che resta di una città viva, con i suoi tanti studenti che facevano brulicare il centro storico, così straordinariamente ricco di tesori d'arte.

Pedalavo, in una domenica di settembre, tra le vie presidiate dall'Esercito, giravo attonita nella selva metallica dei puntelli, lambivo la "Zona Rossa", poi all'improvviso una stretta. Il battito del cuore fa un tonfo sordo, il silenzio, se possibile, diventa ancora più intenso ed un fitta profonda mi fa bruciare lo stomaco davanti alle foto dei ragazzi morti sotto il crollo del castello di carta della Casa dello Studente. Quei volti, quei sorrisi pieni di speranza, rimarranno per sempre dentro di me, scolpiti nella memoria insieme alle tante domande che





Castello di Bominaco

da allora continuo a farmi, anche per questo assurdo e colpevole immobilismo nella ricostruzione dell'Aquila. Non è facile, ma attraverso la mia storia provo a trasmettere le emozioni, fortissime, vissute da tutti noi giunti a L'Aquila dalle regioni vicine per abbracciare gli amici aquilani per questa intersezione Ascoli Piceno - L'Aquila. Forse dovrei parlare solo dell'itinerario, della pedalata, ma l'esperienza ha avuto un valore davvero particolare, che nessuno di noi dimenticherà. Sono stati i ragazzi della sezione CAI del capoluogo abruzzese, ad accompagnarci nei luoghi del loro dolore e dei ricordi bui. Mi ha colpito la tanta voglia di raccontare, di far conoscere la situazione in cui sono immersi, di far udire la propria voce fuori da L'Aquila e dall'Abruzzo. Vogliono farla arrivare lontano. E' importante non dimenticare L'Aquila, il suo territorio martoriato ancora da ricostruire, e ciò che

oggi questo rappresenta, anche alla luce del sisma che a maggio ha colpito l'Emilia-Romagna, il Veneto e la Lombardia con la sua storia di morte, distruzione, dolore. E' anche lì la voglia di ripartire. Mi è stato chiaro che, oggi più di allora, è necessario non abbandonare queste persone e la loro sofferenza, riuscire a trasmettergli la nostra amicizia, il calore e la vicinanza, non farli sentire soli. Credo che anche un'esperienza quasi di "routine" come un'escursione sociale possa trasformarsi in un anello di una lunga, lunghissima, catena di solidarietà. C'è un momento per l'emergenza e come tanti, anche il CAI di Ascoli Piceno ha dato una mano in quei momenti con il progetto "Campoavventura" che ha ospitato oltre 20 ragazzi di una frazione di L'Aquila ed alcuni adulti presso il Rifugio Mario Paci, sito nel territorio comunale di Ascoli Piceno ai confini tra Marche e Abruzzo, alle porte del Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga. Ma c'è anche il dopo-emergenza, quando chi è solo si sente ancora più solo, quando i riflettori dei media si spengono e intorno il silenzio si fa assordante.

Decidere di passare qualche giorno in terra aquilana, o tornarci ogni anno come fa il Gruppo Ciclo Escursionismo Slow Bike del CAI di Ascoli Piceno è un gesto apparentemente piccolo, ma che contribuisce alla rinascita delle tante attività di servizio al turismo presenti sul territorio. E aiuta a promuovere la conoscenza delle peculiarità di grande valenza culturale ed ambientale di quei luoghi. Ricostruire è anche consolidare nelle nostre coscienze che anche un programma sezionale può diventare un piccolo ma importante tassello di solidarietà e diventare, insieme a tanti altri programmi, un nodo di un lungo e tenace filo che collega una nazione intera. Un filo fatto di tanti soci che ogni giorno mettono testa e cuore nelle innumerevoli e diverse attività. Questa storia minima che ho provato a raccontare in queste poche righe è fatta di persone e di luoghi, di "bellezza e inferno", ma parla di amicizia, di solidarietà concreta, di progettualità, di idee. La rinascita dei tanti siti, purtroppo feriti a morte in questa Italia del terzo millennio, passa soprattutto dalla valorizzazione dei territori, dall'immenso patrimonio rappresentato dal paesaggio, dalla storia, dalla cultura. Questa è una convinzione reale e condivisa, nonché supportata dai fatti. Anche il CAI deve contribuire a dare forza a questo messaggio, mutuandolo in momenti concreti presenti nei rispettivi programmi sezionali. Chiudo con l'augurio che l'eco di queste "Pedalate nel silenzio" giunga a tanti, riuscendo a toccare le corde più interne del cuore e che possa trasformarsi in energia e voglia di ricominciare.

*\*L'autrice è Socia CAI (Sezione Ascoli Piceno) (Accompagnatore di Escursionismo - Specialità Ciclo Escursionismo)*

## ITINERARI

### GLI ITINERARI

Proponiamo due itinerari ciclo escursionistici: il primo con partenza dal centro storico di L'Aquila ed il secondo con partenza da S. Pio alle Camere, nella piana di Navelli.

#### DAL CENTRO STORICO DI L'AQUILA AD AMITERNUM

**Impegno fisico:** lunghezza 28 km

**Dislivello:** 300 m.

**Difficoltà tecnica:** MC/MC

Partenza della cicloescursione dalla sede CAI di L'Aquila, quota 609 m, per una visita presso il centro storico e luoghi divenuti rappresentativi dell'evento sismico aquilano (730 m). Si uscirà dal centro cittadino per attraversare l'adiacente periferia (12 km di fondo asfaltato) ed impegnare il sentiero storico di "Via Antica Arischia", a fondo naturale, che toccherà luoghi e paesaggi collinari caratteristici. Di qui si giunge al fontanile di "Fonte degli Archi" (quota 794 m), nei pressi del paese di Arischia.

Il percorso di media difficoltà toccherà il complesso romanico di "Amiternum" (quota 730 m) ed il paese di S. Vittorino, su fondo asfaltato. In tutto si percorreranno 28 km, con fondo stradale del ritorno più compatto a dislivello negativo, con quota massima di 860 m.



#### DA S. PIO ALLE CAMERE A BOMINACO

**Impegno fisico:** lunghezza 23 km

**Dislivello:** 500 m.

**Difficoltà tecnica:** TC/TC

Da S. Pio alle Camere si attraversa la strada statale e si percorre la strada bianca in direzione ovest sino ad incontrare il tratturo pastorale L'Aquila-Foggia, sede anche dell'antica Via Claudia Nova. Superato un nuovo breve strappo in salita si raggiunge in circa 20 minuti dalla partenza l'incontaminato e solitario sito archeologico di Peltuinium (I sec. a.C.) disposto su di un'altura dove è possibile visitare i resti del teatro, del tempio, delle mura di cinta e in prossimità la chiesa di S. Paolo in Peltuinium.



In alto: Chiesa Parrocchiale di Tussio dedicata a S. Martino vescovo.

In basso: centro storico di L'Aquila nei pressi del Palazzo Comunale

Si prosegue in direzione di Ansidonia e, superato il piccolo borgo, si segue una strada bianca in direzione sud che sale dolcemente al Castello Camponeschi, un borgo murato compromesso dagli ultimi eventi sismici. Si continua in falsopiano in direzione est su una mulattiera che taglia il panoramico versante che conduce al caratteristico borgo di Tussio. Dal cimitero si prende un tratturo che sale ripido in direzione sud. In vista dell'abitato di Bominaco, si gira a sinistra in leggera salita sino a raggiungere i ruderi del castello con stupenda vista del sottostante altopiano di Navelli.

Dal castello si scende su ripido sentiero (a piedi) sino a Bominaco dove è possibile visitare due piccoli gioielli: le chiese benedettine di Santa Maria Assunta e San Pellegrino, inserite fra i monumenti protetti dall'Unesco, miracolosamente non intaccate dai recenti eventi sismici.

Si scende verso Caporciano, un tipico borgo arroccato con caratteristiche strette rue, sino alla strada statale dove si riprende la mulattiera agro-pastorale sino alla chiesa tratturale di S. Maria dei Cinturelli, e da qui al punto di partenza.

Relazioni escursioni in Abruzzo e relativa galleria fotografica su [www.slowbikeap.it](http://www.slowbikeap.it)