



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 – 5ª ESCURSIONE MTB

**La valle del Vomano, da Castel Nuovo al mare di Scerne di Pineto (TE)
In collaborazione con la Commissione Alpinismo Giovanile**

DATA ESCURSIONE: 15 maggio 2011

ORA PARTENZA: ore 8.15 con auto propria

RITROVO: ore 8,00 Porta Cartara - Ascoli Piceno

IMPEGNO LUNGHEZZA COMPLESSIVA 30 km.

FISICO: DISLIVELLO COMPLESSIVO 100 m.

**DIFFICOLTA'
TECNICA:** TC/TC (vedi informazioni)

DURATA: 3,00 h circa (soste escluse)

ACCOMPAGNATORI: Sonia Stipa
Gianluigi Camillini

Premessa

Ragazzi ci siamo: è arrivato il momento di pedalare insieme ai nostri giovani soci.

Anche quest'anno, un giornata su misura per i ragazzi dell'Alpinismo Giovanile lungo le sponde di un fiume importante: il Vomano, figlio delle sorgenti e degli imponenti nevai del Gran Sasso.

Avremo modo di ammirare le montagne, non proprio vicine ma comunque maestose, per poi scendere, seguendo il corso del fiume, fino al mare. Arrivati sulla spiaggia faremo una breve sosta ed è sicuro che, se la giornata lo consente, almeno i piedi ce li andremo a bagnare, vero????

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



Descrizione Itinerario

In mountain bike nella valle del Vomano

L'escursione che descriviamo, ha come teatro la valle del fiume Vomano, da qualcuno definita la valle delle abbazie. Il percorso è praticamente in piano - meno di 100 m slm per una lunghezza di 30 km tra andata e ritorno - quindi adatto a tutti.

Fatta eccezione per brevi tratti stradali, sul percorso proposto non circolano automezzi e ciò rende l'itinerario adatto anche a ragazzi al di sotto dei dieci anni.

Si va alla scoperta di un percorso poco noto anche a chi abita nella zona, in luoghi in cui un tempo passava un ramo della Via Cecilia, antico collegamento tra Roma e la costa adriatica.

L'escursione, organizzata dal Gruppo Slow Bike in collaborazione con la Commissione Alpinismo Giovanile, si svolge nel tratto più a valle del percorso complessivo, in particolare dalla località Piane di Guardia Vomano fino a Scerne di Pineto sulle rive dell'Adriatico (il percorso integrale risale la valle fino alla località Val Vomano, con possibilità di giungere

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

fino a Montorio al Vomano dove poi si può proseguire sulla più famosa Strada Maestra del Parco, fino alla piana dell'Aquila).

La partenza di questa escursione è nella piazzetta antistante la chiesetta dedicata alla Madonna del Carmine, adiacente la statale 150: prima di partire, si può visitare l'antica chiesa di San Clemente al Vomano, percorrendo una salita di circa 2 km.

S'inizia a pedalare su una strada secondaria asfaltata dirigendosi verso la sponda sinistra del Vomano e si procede verso valle, per un tratto con fondo brecciato. Dopo un paio di chilometri su asfalto, si percorre l'attraversamento del Ponte di Fontanelle e dopo circa 500 metri, in prossimità di un bar e di un agriturismo, si svolta a sinistra puntando sulla sponda destra del Vomano. Inizia ora un lungo percorso sull'argine con fondo in ghiaia: ragazzi, dopo le piogge.....vai con le pozzanghere!!!! A proposito: consigliamo di portare nello zainetto qualche paio di calzini di scorta..non si sa mai!

Qui è possibile incontrare greggi e si torna al tempo dei pastori di dannunziana memoria: "Settembre andiamo. È tempo di migrare...".

Incrociata la statale adriatica, la si attraversa e si raggiunge il mare in località Scerne di Pineto (ricordiamo che da qui è possibile proseguire fino a Pineto percorrendo il bellissimo tratto di *Ciclabile Adriatica* inaugurato il 15 giugno 2008),dove termina la nostra "andata": chissà, se la temperatura lo permette (costume nello zaino?)splash!!!!

Al ritorno, previsto sullo stesso percorso a ritroso, potremo fare insieme un gustoso pranzo al sacco: portate vettovaglie varie, godremo dell'aria di primavera e ci rifocilleremo in allegria, vi aspettiamo!



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 e € 8,50 per i non soci CAI : la quota comprende, per i non soci, l'assicurazione del CAI. Le difficoltà TC-TC fanno riferimento alla "Scala delle difficoltà" espressa dalla Commissione Cicloescursionismo MTB del Convegno Ligure Piemontese Valdostano del Club Alpino Italiano. La doppia sigla TC / TC indica rispettivamente la difficoltà in salita ed in discesa. TC (turistico): percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile.

Per partecipare all'escursione in mtb occorre compilare, in qualità di soci CAI, la domanda d'iscrizione al Gruppo Ciclo Escursionismo "SLOW BIKE", ed occorre, sia per i soci che per i non soci, 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, da presentare in sede entro il venerdì precedente l'escursione, termine tassativo oltre il quale non si possono accettare prenotazioni.

Gli orari di apertura della sede CAI di via Cellini sono i seguenti: mercoledì' e venerdì', dalle ore 19,00 all'ore 20,00. Raccomandiamo un idoneo abbigliamento da mtb (anche guanti, occhiali protettivi), una preventiva messa a punto della bici e di portare con sé sufficienti scorte di acqua e qualche barretta (o panino, frutta secca ecc.) È obbligatorio l'uso del casco che va indossato ed allacciato regolarmente per tutta la durata dell'escursione. E' consigliabile portare con sé un cambio di abbigliamento completo, da lasciare in auto ed utilizzare nel dopo-escursione.

Per qualsiasi richiesta di ulteriori informazioni, scriveteci: 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



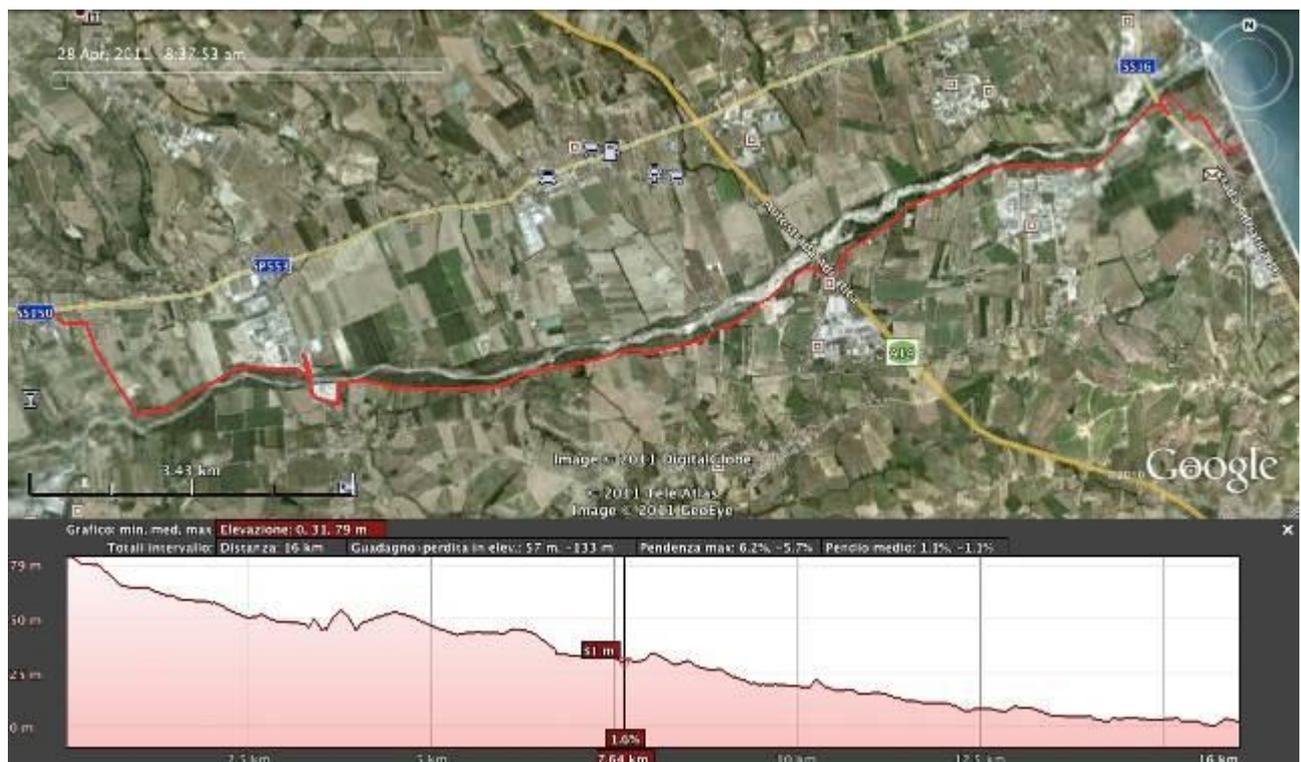
Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it



TRACCIATO GPS TRIDIMENSIONALE DEL PERCORSO E PROFILO ALTIMETRICO DEL PERCORSO



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