



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 2012 – 3ª ESCURSIONE MTB

“Tra sogno e realtà”, da Peltuinum a Bominaco: la piana di Navelli, i suoi tesori e le ferite del sisma del 2009.

DATA ESCURSIONE: 6 maggio 2012

RITROVO: porta Cartara – Ascoli Piceno

PARTENZA: ore 6.45 con auto propria

PARTENZA: ore 9.00 S. Pio alle Camere (AQ)

ESCURSIONE: incrocio al km 60 SS. 17

IMPEGNO: LUNGHEZZA COMPLESSIVA 30 km.

FISICO: DISLIVELLO COMPLESSIVO 700 m.

**DIFFICOLTA’
TECNICA:** MC/MC (vedi informazioni)

DURATA: 6 h circa (soste incluse)

ACCOMPAGNATORI: Sonia Stipa
Mario Cittadini

Premessa

“La bellezza e l’inferno”

Questa che vi proponiamo, non è solo un’escursione in mtb come usiamo sempre organizzare, bella e divertente: crediamo che si tratti di un’occasione unica per fare un vero e proprio salto indietro nei secoli, immersi in paesaggi e luoghi incantati, alcuni rimasti miracolosamente intatti anche dopo il devastante sisma del 2009 ed altri che, purtroppo, hanno invece avuto destino peggiore. L’appartenenza al nostro sodalizio, da sempre vicino alle popolazioni colpite dal dramma di tre anni fa, ci fa credere fortemente che sia molto importante far conoscere e promuovere le meraviglie di queste zone, anche per contribuire alla loro rinascita. Recarsi in questi posti ha un sapore diverso, intenso e le

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

emozioni che vivremo faranno sì che questa escursione ci resti nel cuore per tanto tempo: preparatevi a qualcosa di indimenticabile!

Descrizione Itinerario

Parcheggiata l'auto in prossimità dell'incrocio per S. Pio alle Camere (km. 60 della SS. 17 dell'Appennino Abruzzese e Appulo-Sannitica), si attraversa nuovamente la strada statale e si percorre la strada bianca in direzione ovest. Dopo un breve tratto pianeggiante, superato un breve strappo, si incontra un bivio e svoltando a destra ci si immette sull'antica Via Claudia Nova sede anche del tratturo pastorale L'Aquila Foggia.

Ben poco è rimasto dell'originario percorso, un tempo largo sino a 111 metri. Qui il tracciato è facilmente (purtroppo!), riconoscibile perché tabellato con paline indicative del metanodotto. Superato un nuovo breve strappo in salita si raggiunge in circa 20 minuti dalla partenza l'incontaminato e solitario sito archeologico di Peltuinum, dominante da un'altura con vista superba sulla piana di Navelli (2,5 km).

Compiuta l'indispensabile visita ai resti del teatro, del tempio e delle mura, si scende verso l'isolata chiesa di S. Paolo in Peltuinum. Si prosegue su breve tratto di strada asfaltata raggiungendo Ansidonia: superato sulla destra il piccolo borgo, all'incrocio si imbecca una strada bianca in direzione sud che sale dolcemente al Castello Camponeschi, un borgo murato in corso di restauro, purtroppo in parte compromesso dagli ultimi eventi sismici.

Dopo la visita al castello, che ci riporta indietro nel tempo di alcuni secoli, si prosegue in falso piano in direzione est su un tratturo che taglia il panoramico versante e che dopo circa 2 km. conduce al borgo di Tussio.

Attraversato il paese lungo le strette vie, si sale su strada asfaltata verso il cimitero nei cui pressi si imbecca sulla sinistra un tratturo che sale ripido in direzione sud ed entra nel bosco.

Dopo un tratto a piedi, dove è necessario spingere la nostra MTB, si raggiunge la cresta a quota 1050 m., dove termina il bosco. In vista dell'abitato di Bominaco, si gira a sinistra in leggera salita sino a raggiungere la cinta murata del Castello di Bominaco.

Qui la dura fatica è ampiamente ripagata dalla stupenda vista del sottostante altopiano, con vista sui borghi che andremo a visitare in successione: Bominaco, Caporciano, Navelli, Civitaretenga e S. Pio alle Camere. A sud-est, l'orizzonte ci regala una cornice in cui sveltano il Morrone e la Majella ancora imbiancati.

Dal castello si scende, con grande prudenza, su ripido sentiero sino a Bominaco dove visiteremo due piccoli gioielli: la chiesa di Santa Maria Assunta e l'Oratorio di San Pellegrino. Dopo questa meravigliosa sosta, riprendiamo la discesa verso Caporciano, un caratteristico e arroccato borgo, chiuso in strette viuzze che regala angoli tipici di paesi montani.

Si scende ancora sino alla strada statale che si percorre fino al bivio per Navelli: raggiunto il borgo si sale verso la parte più antica in prossimità del belvedere dove godremo di altre vedute mozzafiato.

Si prosegue ora in direzione nord, prima in leggera discesa e poi nuovamente in salita sino al borgo di Civitaretenga. Superato

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

il paese si scende verso la piana e si percorre la strada bianca che costeggia la statale sino alla chiesa tratturale di S. Maria dei Cinturelli, purtroppo resa inagibile dal recente terremoto.

Si continua ora in direzione nord, lungo il tratturo che in breve conduce a S. Pio alle Camere ed al punto di partenza di questo indimenticabile itinerario.



Il castello di Bominaco

Navelli, una piana incantata

Finalmente. Da molto tempo sogniamo di accompagnarvi in questa che è molto piu' di un'escursione: non crediamo sia così usuale pedalare intorno ad una piana di incredibile valore ambientale e famosa ovunque per il suo "oro" profumato in pistilli (lo zafferano dell'Aquila DOP) e, contemporaneamente "sfogliare" la storia tra templi, castelli, borghi, luoghi dichiarati Patrimonio Mondiale dell'Umanità dall'UNESCO (Bominaco).

Saremo a pedalare nel I secolo a.C. a Peltuinum dove l'atmosfera è quasi irreali: percorreremo strade che hanno visto la storia di popoli e culture spostarsi da un mare all'altro e potremo far correre la nostra fantasia indietro nel tempo. Poi, a Castelcamponeschi, in una splendida collocazione ambientale ci accoglierà un esemplare

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

unico di borgo fortificato e viaggeremo nel XIV secolo. Sarà un continuo salto nella storia, nella bellezza, nell'arte: il contatto con la realtà del XXI secolo ci arriverà a tratti, ma anche con profonda tristezza, nelle tante ferite ancora colpevolmente aperte nell'immenso patrimonio culturale di questa zona d'Italia. Credeteci, è impossibile descrivere quanto avremo la possibilità di vedere e conoscere, senza ricorrere a descrizioni infinite, tanto sarebbe lungo l'elenco delle meraviglie: ci limiteremo ad alcune immagini che speriamo vi trasmettano le emozioni irripetibili che ci legano a questi luoghi ed all'indicazione dei siti web delle principali località interessate dall'escursione.



Veduta aerea di Peltuinum

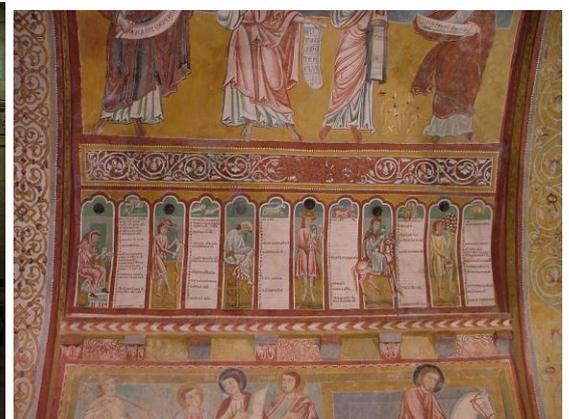
Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito www.slowbikeap.it



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



www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it



Immagini di Bominaco

Approfondimenti sul WEB

<http://www.comune.pratadansidonia.aq.it/html2/peltuinum.htm>

<http://www.comune.pratadansidonia.aq.it/html2/camponeschi.htm>

<http://www.comunecaporciano.aq.it/>

http://www.borghitalia.it/html/borgo_it.php?codice_borgo=526

<http://www.storianavelli.it/>

http://www.comunesanpiodellecamere.it/san_pio_delle_camere,27,365.html

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 € 10,00 per i non soci CAI. La quota d'iscrizione per i non soci CAI comprende l'assicurazione obbligatoria.

Le difficoltà MC-MC fanno riferimento alla "scala delle difficoltà" adottata dal Club Alpino Italiano. La doppia sigla MC / MC indica rispettivamente la difficoltà in salita ed in discesa.

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

Per partecipare occorre compilare, in qualità di soci CAI, la domanda d'iscrizione al Gruppo Ciclo Escursionismo CAI "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 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 alle 20.00.

Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività ed all'ambiente in cui ci si troverà, di portare con sé sufficienti scorte di acqua (il primo paese si incontrerà dopo circa 2,5 ore), qualche barretta energetica ed anche l'occorrente per un eventuale pranzo al sacco (panini). Raccomandiamo di portare nello zaino la dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multi uso ecc.).

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

E' indispensabile, infine, una preventiva verifica e messa a punto della bici. Per qualsiasi ulteriore richiesta o informazione, scrivetece 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

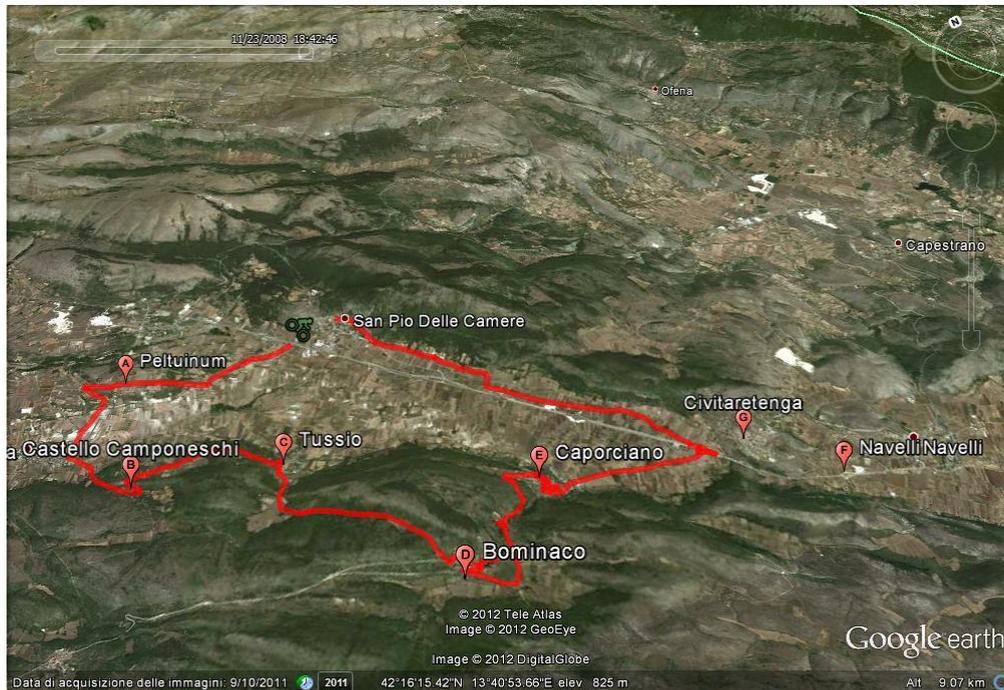


Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



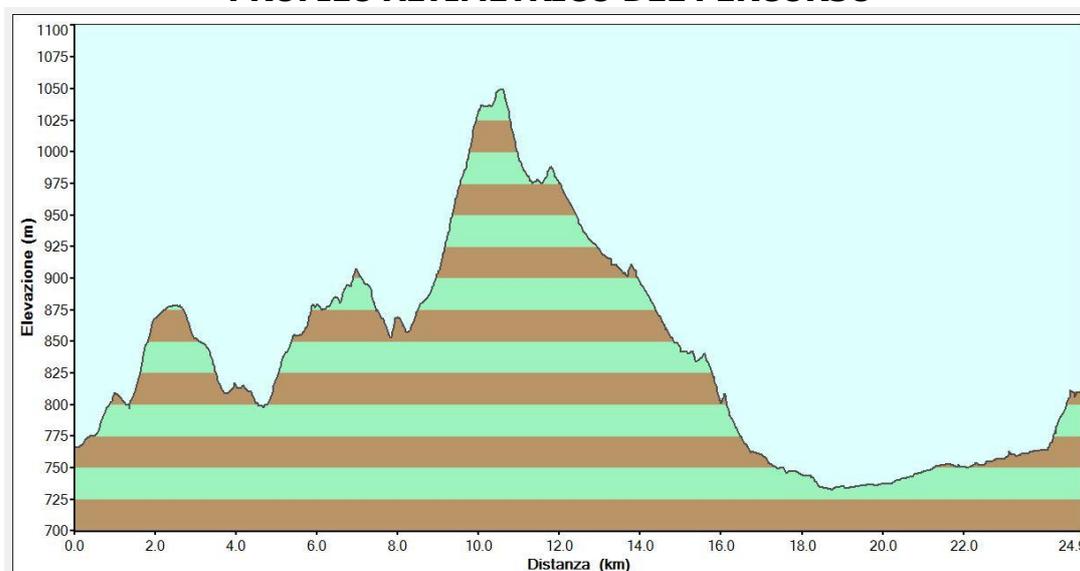
www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it

TRACCIATI GPS TRIDIMENSIONALI DEL PERCORSO



NB: non riportato dettaglio variante Navelli e Civitaretenga per complessivi approssimati km 5.

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