



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 2014 (domenica)
	REGIONE: Abruzzo
	ORGANIZZAZIONE: Intersezionale CAI di Vasto e Ascoli Piceno
DENOMINAZIONE: Guardiagrele "La città di pietra" (P. N. Maiella)	
IMPEGNO FISICO: lunghezza 41 km. / dislivello 1100 m	
DIFFICOLTÀ TECNICA: MC/MC	Le difficoltà MC/MC si riferiscono alla "Scala delle difficoltà" espressa dal Gruppo di Lavoro Cicloescursionismo della CCE. La doppia sigla MC/MC+ 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, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole.
DIREZIONE: CAI Vasto Marco Maccarone / CAI Ascoli Piceno Roberto Peroli cell. 3201539295	

ORARI	RITROVO: ore 6.45 Porta Cartara
	PARTENZA: ore 7.00 con mezzi propri
	RITROVO SUL POSTO: ore 8.30 Parcheggio cimitero Guardiagrele località Colle Barone
	INIZIO ESCURSIONE: ore 9.00
	DURATA: 5 ore circa (soste incluse)

DESCRIZIONE SINTETICA: Dal parcheggio saliamo a Guardiagrele, breve visita guidata e assaggio dell'esclusivo dolce "Sise delle monache". Si riparte per Rapino, Sant'Eufemia, Pretoro e Piana delle Mele dove c'è un bel rifugio, si scende a Bocca di Valle e si ritorna alle auto. Lungo il percorso ci sono molte fontane.

Il pranzo è previsto a Bocca di Valle che è a 5 minuti da dove abbiamo parcheggiato, si deve prenotare al momento dell'iscrizione.

ISCRIZIONE: Modalità e costi: soci CAI € 3 (possibilità di iscrizione anche via e-mail); non soci: € 10 (quota comprensiva di assicurazione obbligatoria). Le iscrizioni dei non soci vanno effettuate obbligatoriamente alla sede CAI di Via Cellini, il venerdì dalle 19 alle 20. Per partecipare alle iniziative SlowBike, 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



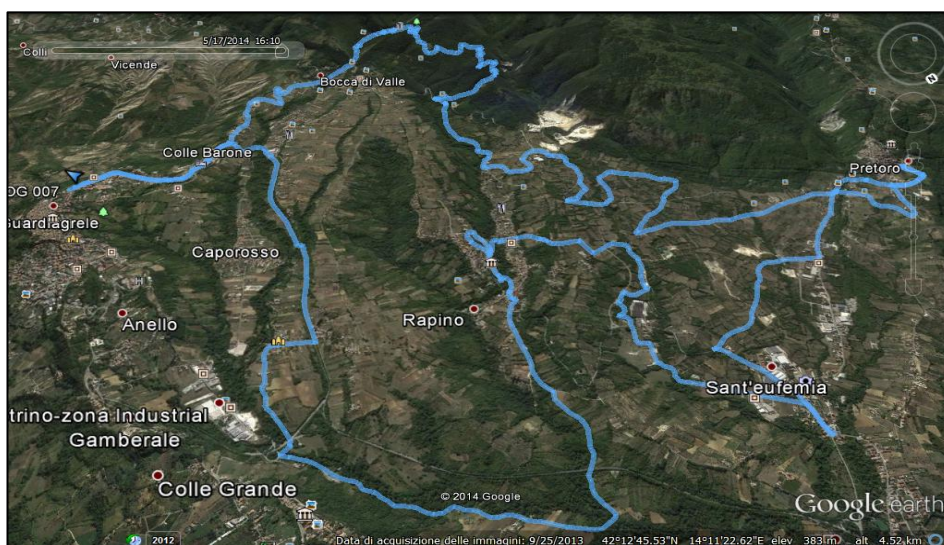
gruppo SlowBike slowbikeap.it
Club Alpino Italiano - sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10 - 63100 Ascoli Piceno (AP)
tel / fax. 0736 45158 - caiascoli.it



SVILUPPO
ALTIMETRICO



TRACCIA
TRIDIMENSIONALE



Guardagrele

“Guardagrele, la città di pietra, risplendeva al sereno di maggio. Un vento fresco agitava le erbe su le grondaie. Santa Maria Maggiore aveva per tutte le fenditure, dalla base al fastigio, certe pianticelle delicate, fiorite di fiori violetti, innumerevoli cosicché l'antichissimo Duomo sorgeva nell'aria cerulea tutto coperto di fiori marmorei e di fiori vivi.” Gabriele D'Annunzio dal *Trionfo della morte* 1894

Guardagrele (popolazione comunale 9.500 abitanti circa), la "città di pietra" immortalata da Gabriele D'Annunzio nel "Trionfo della Morte", sorge su un'alta collina (576 s.l.m.), dalla quale si gode un magnifico panorama. Il territorio comunale è compreso nell'area del Parco Nazionale della Majella, che proprio a Guardagrele ha la sua Sede Legale.

La cittadina, di origine romana, fu fortificata probabilmente da Bellisario e Narsete ed ebbe nel medioevo una propria zecca. Delle antiche fortificazioni, con torri e mura di cinta, rimangono ancora ben visibili la Torre Adriana, vicino alla quale si apre la scenografica Porta S. Giovanni, e il Torrione Orsini. La cattedrale di S. Maria Maggiore, realizzata in pietra della Majella, presenta una torre campanaria della fine del XIV secolo, un portico sul fianco destro con un monumentale affresco quattrocentesco di San Cristoforo, opera di Andrea Delitio, e un loggiato sul lato sinistro con un affresco della "Madonna del latte",



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



anch'esso del XV secolo. L'interno è barocco e fu ricostruito dopo il terremoto del 1706.

Altri monumenti di notevole interesse sono le chiese di S. Francesco, S. Nicola, S. Chiara e la piccola chiesa del Convento dei Cappuccini, che conserva pregevoli altari lignei del XVIII secolo.

La città di Guardiagrele è famosa per l'arte del ferro battuto. Fu inoltre il primo luogo, insieme ad Agnone, dove iniziò la produzione della "Presentosa", un gioiello femminile abruzzese generalmente in oro, indossato nelle occasioni di festa..

Sise delle Monache

Dire "Sise delle Monache" vuol dire Guardiagrele, Chieti. È solo qui che si produce questo caratteristico dolce.

Ma in cosa consiste questo delicatissimo dolce dal nome così curioso?

E' quanto di più semplice si possa immaginare, soffice pan di spagna e delicata crema pasticcera.

La forma di questo dolce è particolare: del pan di spagna, tagliato e farcito di crema pasticcera, con la parte superiore del di pan di Spagna a tre punte, tre ciuffi di impasto disposti a triangolo, che in forno si gonfiano fino a sembrare tre vette, rese innevate dallo zucchero a velo.

Creatore di questo dolce, simbolo di questa cittadina, pare sia stato, nel 1884, Giuseppe Palmerio. Il giovane Palmerio fu mandato dal padre a Napoli ad imparare l'arte della pasticceria, tornato a casa, forte di questa importante esperienza e grazie alla sua fantasia nacque questo dolce semplice e raffinato.

Il nome che Giuseppe Palmerio diede al dolce fu "Tre Monti", in riferimento alle tre vette della Maiella (Murelle, Acquaviva e Focalone), sotto cui sorge la cittadina di Guardiagrele.



Rapino

Rapino è storicamente considerata come uno dei principali centri d'Abruzzo per la produzione di maioliche. Ospitò anche Fedele Cappelletti, tra i più insigni esponenti della ceramica italiana dello Storicismo.

Il periodo di massima fioritura della produzione rapinese fu tra l'Ottocento e il Novecento, quando la ceramica di Rapino si distingueva per la lucentezza degli smalti, la vividezza dei colori e la raffinatezza dei decori. Il primo ceramista fu Raffaele Bozzelli, che abitava in quello che poi diverrà il "quartiere dei ceramisti". I quantitativi della ceramica del primo periodo furono comunque relativamente bassi. Agli anni '40 e '50 del XIX secolo risalgono i primi esemplari di boccali, brocche e zuppiere. I migliori risultati risalgono però agli anni '60 e '70, periodo in cui la ceramica rapinese iniziò ad impressionare per la propria originalità, come per i piatti a fiori policromi del Cappelletti. Tra la fine del XIX e l'inizio del XX secolo la produzione si baserà su piatti, brocche, boccali, zuppiere e borracce decorate con uccellini su ramoscello, eseguiti o a pennello o a stampino. In seguito compariranno il decoro "a tovaglia" ed il gallo. La considerevole produzione di boccali era dovuta alla richiesta da parte dei pellegrini che giungevano in visita al vicino santuario di San Rocco a Roccamontepiano.



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



Pretoro

Le origini del paese di Pretoro possono essere fatte risalire al periodo italico (VI-V secolo a.C.). Per quanto concerne la toponomastica, il nome "Pretoro" o "Preturo" deriverebbe dal nome "Praetorium" e caratterizzerebbe un punto di vigilanza del passaggio dalla vallata nella quale si avevano insediamenti della gente Peligna e avevano la loro sede i Frentani.

L'attuale vecchio borgo medioevale è sorto intorno al 1600 dopo la distruzione del Castello di Pretoro, arroccato sull'estremità della roccia e denominato "Castrum Pretorii de Theti", allora presidiato costantemente da uno scudiero e 12 servitori. Bisogna notare come, sempre in questo periodo, l'insediamento maggiore sia stato trasferito dalla valle a monte. Nel secondo medioevo si hanno anche tracce del passaggio dei Francesi: il Santuario della Mazza XIII-XIV secolo, da loro costruito e adornato da un portale del secolo XIII, ne è sicura testimonianza (la sua facciata è chiaramente rivolta a nord-ovest, cioè verso la Francia). Pretoro in quel periodo partecipò alle crociate (XII secolo) con alcuni suoi uomini.

L'attività artigianale dei Pretoresi era stata molto redditizia e costituiva la maggior fonte di ricchezza. Se andiamo ad analizzare la tipologia dell'economia pretorese tra la fine dell'ottocento e gli inizi del Novecento, la dovremmo definire come prevalentemente "agricolo-pastorale", laddove l'agricoltura è essenzialmente basata sull'ulivo e la pastorizia è forte di ben diecimila capi di bestiame già nel primo dopoguerra. Soltanto dopo la fine della seconda guerra mondiale e la massiccia emigrazione Pretoro ha visto stravolta la sua economia e ha sperimentato una trasformazione dell'originario tessuto artigianale in industria.

È stato rinvenuto un documento molto importante nell'Archivio di Stato di Chieti. Si tratta di una piantina di Pretoro realizzata nel 1854, che riporta tutti gli edifici principali del centro storico. Sono indicate, tra le altre cose, le due chiese principali (Sant'Andrea e San Nicola) e le rovine dell'antico castello.

Bocca di Valle

Posta all'interno del parco nazionale della Majella, è nota per ospitare il Sacrario militare in onore dei caduti abruzzesi in tutte le guerre. La grotta artificiale in cui esso è situato, completamente scavata nella roccia, accoglie dal 1923 le spoglie del tenente Andrea Bafile, originario della provincia dell'Aquila e caduto in guerra sul Piave nel corso della prima guerra mondiale. All'esterno della grotta venne scolpito un epitaffio dettato da Raffaele Paolucci. L'interno è ornato da pannelli in ceramica realizzati da Basilio e Tommaso Cascella, raffiguranti la Pietà, l'Eroe del mare e l'Eroe della montagna.

Bocca di Valle è inoltre punto di partenza per numerose escursioni nel parco della Majella, fra cui la passeggiata alla cascata di San Giovanni e la salita alla Piana della Civita; è inoltre possibile raggiungere la località Piana delle Mele, un'area turistica puntellata da pini neri di rimboschimento.



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