



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:	domenica 6 ottobre 2019
	REGIONE:	Lazio
	ORGANIZZAZIONE:	CAI Sezione di Ascoli Piceno, Gruppo Slowbike.
	DENOMINAZIONE:	Anello del Monte Giano
	IMPEGNO FISICO:	lunghezza 60 km / dislivello 1200 m.
	DIFFICOLTÀ TECNICA:	MC/MC La doppia sigla MC/MC si riferisce alla "Scala delle difficoltà" del percorso (secondo quanto indicato dal Gruppo di Lavoro CCE Cicloescursionismo CAI) e indica, rispettivamente, la difficoltà in salita/discesa. In questo caso per cicloescursionisti di media capacità tecnica su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole..
	DIREZIONE:	Alessandro Federici AC

ORARI	RITROVO:	ore 7 parcheggio Q8, Mozzano
	INIZIO ESCURSIONE:	ore 8 da Posta
	DURATA:	7 ore circa. Rientro a Posta ore 15, salvo breve sosta a Borbona per spuntino pranzo

FOTO
 LUOGO SIMBOLO
 (Altipiani sotto il Giano)



ISCRIZIONE: Modalità e costi: Costi: soci CAI € 3 – non soci € 8, previa iscrizione effettuata obbligatoriamente entro il venerdì antecedente all'escursione via email a segreteria@slowbikeap.it o recandosi presso la sede CAI di Via Cellini 10 (aperta mercoledì e venerdì dalle 19 alle 20).
 I non soci CAI possono iscriversi all'escursione esclusivamente recandosi in sede.
 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, alle previsioni meteo ed all'ambiente in cui ci si troverà e di avere con sé sufficienti scorte di acqua e cibo. È necessario disporre della dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multi uso ecc).
 È 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.

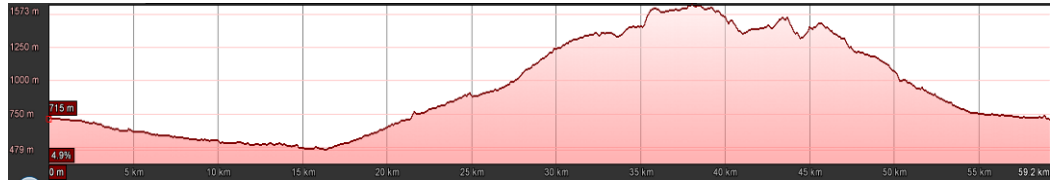
Per ulteriori informazioni potete rivolgervi alla sede CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito www.slowbikeap.it



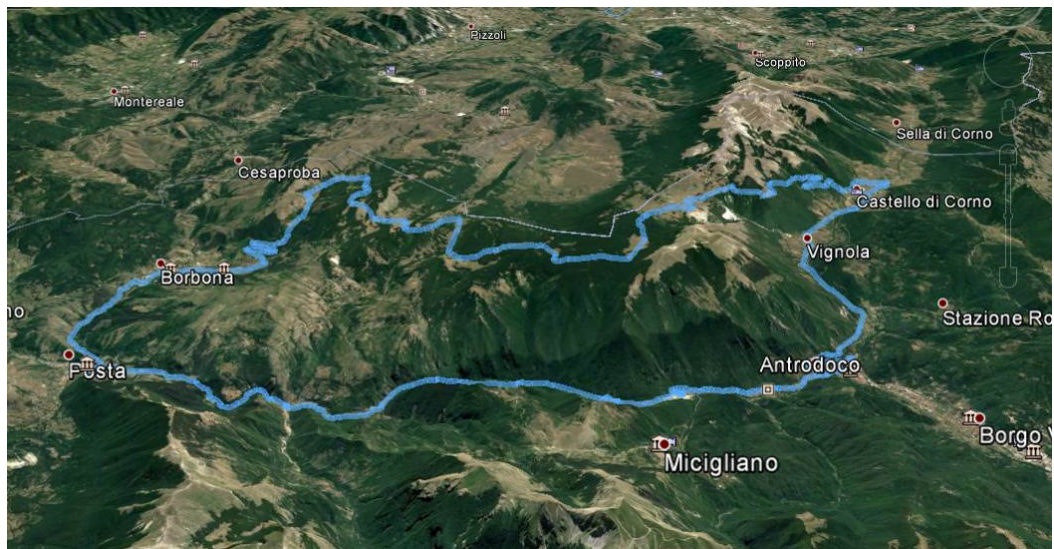
gruppo SlowBike slowbikeap.it
Club Alpino Italiano - sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10 - 63100 Ascoli Piceno (AP)
tel / fax. 0736 45158 - caiascoli.it



SVILUPPO ALTIMETRICO



TRACCIA TRIDIMENSIONALE



DESCRIZIONE SINTETICA:

Dal **Posta** (716 m) si percorre la vecchia Salaria fino a Sigillo, si evita la galleria passando per il tratto chiuso della vecchia Salaria e superata la galleria, si scende nell'alveo del fiume Velino e si prende la sterrata, poi brecciata che lo costeggia fino all'Abbazia di Ss. Quirico e Giulitta e poi, tramite sentiero e brecciata, si giunge ad **Antrodoto** (484 m). Si sale su strada verso **Rocca di Corno** (919 m) e si prende la brecciata della Forestale in salita verso il Monte Giano fino al bivio a quota 1532 m e da qui si attraversa in direzione nord-est l'altopiano sotto monte Cagno per poi raggiungere il Santuario di **S. Maria del Monte** (1000 m). Si scende su strada fino a **Borbona** (750 m) e, sempre su strada, si rientra a Posta costeggiando l'alveo del torrente Ratto.

LETTURA DEL PAESAGGIO

Il periplo attorno al monte Giano consente di attraversare luoghi tra loro molto diversi quali la gola del Velino, segnata da viabilità antiche (i resti della Consolare romana) e moderne (dalla Salaria ottocentesca alle ultime realizzazioni in corso d'opera), e gli ampi altipiani a sud del monte Giano. Sono diversi i borghi attraversati – Posta, Sigillo, Antrodoto, Borbona – ciascuno in intimo rapporto con l'alveo fluviale che lo attraversa e con l'ambiente montano che lo circonda.

Per ulteriori informazioni 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