



<b>ESCURSIONE</b>	<b>DATA:</b> domenica 18 luglio 2021
	<b>REGIONE:</b> Marche
	<b>ORGANIZZAZIONE:</b> Gruppo Slowbike – Sezione CAI Ascoli Piceno
	<b>DENOMINAZIONE:</b> SICAI MTB – anello Amatrice - Campotosto
	<b>IMPEGNO FISICO:</b> Lunghezza 31 km / dislivello 980 m
	<b>DIFFICOLTÀ TECNICA:</b> MC/MC+ <p>La doppia sigla MC/MC+ si riferisce alla “Scala delle difficoltà” del percorso (in conformità a quanto indicato dal Gruppo di Lavoro CCE Ciclo-escursionismo CAI) e indica, rispettivamente, la difficoltà in salita/discesa. In questo caso 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; il segno “+” indica la presenza di significativi tratti a pendenza elevata.</p>
	<b>DIREZIONE:</b> AC Franco Laganà (Responsabile attuazione misure anti Covid) ANC Sonia Stipa – Orlando Firmani
<b>ORARI</b>	<b>RITROVO:</b> 8:00 Amatrice, area Food, frazione San Cipriano
	<b>INIZIO ESCURSIONE:</b> 8:15
	<b>DURATA:</b> 5h (soste incluse)

Lago di Campotosto



**ISCRIZIONE:** Modalità e costi: soci CAI € 3 – non soci € 12. **Gli interessati a partecipare, entro il venerdì ore 20.00 precedente l'escursione dovranno:**  
 - leggere scrupolosamente, attenersi a quanto contenuto nei documenti “Note operative partecipanti” e “Autocertificazione” scaricabili dal sito [www.slowbikeap.it](http://www.slowbikeap.it) ;  
 - inviare richiesta preventiva esclusivamente via email a [segreteria@slowbikeap.it](mailto:segreteria@slowbikeap.it) , indicando dati anagrafici, recapiti e sezione di appartenenza (soci);  
 - attendere conferma di iscrizione da parte degli organizzatori, sempre via email.

**NOTE:** Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività, alle previsioni meteo, 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. **I partecipanti ammessi, dovranno obbligatoriamente avere con sé gel disinfettante e mascherina, da utilizzare secondo quanto contenuto nelle note citate operative, che esplicitano anche i criteri fondamentali per l'accettazione dei partecipanti all'escursione e le regole di svolgimento della stessa; la mattina dell'escursione, prima della partenza, i partecipanti dovranno consegnare l'autocertificazione allegata all'accompagnatore designato al rispetto delle norme anti contagio.**

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



TRACCIA e SVILUPPO  
 ALTIMETRICO :



DESCRIZIONE  
 SINTETICA:

Percorreremo un altro tratto del Sentiero Italia CAI in MTB presentato ufficialmente all'Assemblea dei Delegati nazionale del 22-23 maggio, la tappa ad anello da Amatrice a Campotosto. Il SICAI MTB è un progetto CAI, coordinato a livello nazionale dall'ANC Alessandro Federici, che permetterà a breve di percorrere in MTB l'intero Sentiero Italia CAI, da S. Teresa di Gallura a Trieste, con opportune varianti ciclo-escursionistiche.

Si lascia Amatrice in direzione est e si entra nel Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga percorrendo la SP 577 sino alla frazione di Cornillo Nuovo. Si continua a salire per tratturo, sino ad incrociare nuovamente la S.P. dove si gira a sinistra e dopo 200 m a destra, salendo su tratturo, all'inizio sconnesso. Si continua a seguire il tratturo, ora pianeggiante, mantenendo la sinistra ai successivi bivi, costeggiando il Fiume Tronto. Si percorre successivamente un sentiero che attraversa due piccoli fossi per poi risalire dolcemente sino alla parte alta del paese di Campotosto e quindi scendere al centro dell'abitato che sventa sull'omonimo grande lago. Caratteristiche Fondo: in prevalenza compatto, nella prima parte su strade asfaltate e su carrarecce nella parte terminale. Tappa di versante, con percorso soleggiato ma ventilato. E' possibile rifornirsi d'acqua dalle numerose fonti presenti nel centro dei piccoli borghi attraversati. Il rientro avviene in parte sullo stesso percorso, con un tratto in variante più ad est su tratturo che attraversa boschi di versante e alcuni fossi in corrispondenza delle prese Enel per l'alimentazione del lago di Campotosto.

LETTURA DEL  
 PAESAGGIO:

Escursione su SICAI MTB dalle innumerevoli valenze ambientali e culturali, nel Parco Nazionale Gran Sasso – Monti della Laga, ai piedi del versante ovest della catena della Laga, da Cima Lepri (2445 m) a Pizzo di Moscio (2411 m), Monte Gorzano (2458 m) fino a Cima della Laghetta (2369 m) e Monte di Mezzo ((2155 m). E' significativo il passaggio a Cornillo Nuovo (chiesa quattrocentesca di Sant'Antonio Abate affrescata da Dioniso Cappelli nel 1511), che insieme a Capricchia, Castel Trione e Preta costituiscono il sistema di frazioni più ad est di Amatrice. Poco sopra il punto più alto dell'escursione, dirimpetto alle sorgenti del Tronto, si trovano i ruderi della grancia benedettina di S. Jaco a quota 1545 m, nata per sfruttare gli estesi pascoli di Monte Cardito, ma abbandonata già nel '500 per le proibitive condizioni di vita dovute alle quote elevate. La seconda parte della tappa è segnata dalla presenza del grande lago di Campotosto formato ad oltre 1300 m di quota con la costruzione di ben tre dighe avvenuta a metà sec. XX.