



ESCURSIONE	DATA: Da giovedì 7 a domenica 10 maggio 2026
	REGIONE: Abruzzo
ORGANIZZAZIONE: Sezione CAI Ascoli Piceno - Gruppo SlowBike	
DENOMINAZIONE: Tratturo Magno Trekking Regio (parte 1: L'Aquila - Punta Aderci)	
IMPEGNO FISICO:	Tappa 1 L'Aquila - Navelli: lunghezza 39 Km / dislivello 450 m
	Tappa 2 Navelli - Bucchianico: lunghezza 58 Km / dislivello 1010 m
	Tappa 3 Bucchianico - Lanciano: lunghezza 45 Km / dislivello 1105 m
	Tappa 4 Lanciano - Punta Aderci: lunghezza 41 Km / dislivello 215 m
DIFFICOLTÀ TECNICA: TC+/TC+	La doppia sigla TC/TC 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 ciclo-escursionisti di capacità tecnica turistica (TC); su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo prevalentemente carrozzabile. Il segno "+" indica la presenza di tratti a pendenza elevata.
DIREZIONE: AC Nicola Santini - AC/ONC Franco Laganà	
ORARI	RITROVO: ore 7:00 Ascoli Piceno Autonoleggio Piuzero Circonvallazione Ovest, 35 (N42° 51.596 E013° 33.870).
	INIZIO ESCURSIONE: ore 9:00 L'Aquila; Sagrato della Basilica di Collemaggio.
	DURATA: Tappa 1: 5h - Tappa 2: 7h - Tappa 3: 6h Tappa 4: 6h (stima; soste incluse).
	RIENTRO: Ore 15:06 Stazione RFI Porto di Vasto - arrivo ad Ascoli ore 19:04.

Punto di partenza: Basilica di Collemaggio



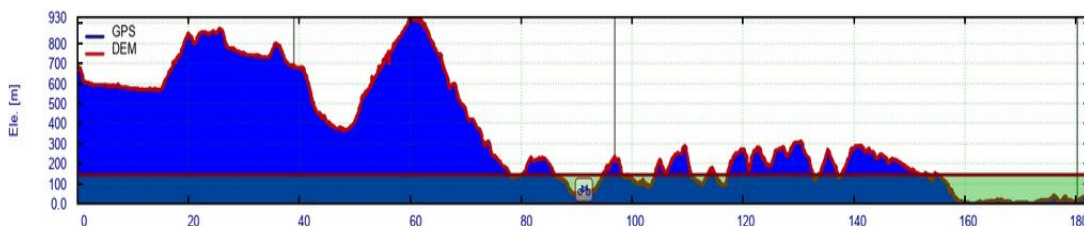
COSTI: Non soci 12€ per ogni giorno (assicurazione). Pulmino navetta per L'Aquila (bici al seguito) 60€. Pernottamenti e pasti da liquidare sul posto (stima) 160€ tot. Treno 16€.

ISCRIZIONE E NORME PARTECIPAZIONE
MODALITÀ: L'iscrizione va richiesta (sarà valutata in ragione dei posti disponibili) obbligatoriamente entro martedì 05 maggio; via email a slowbike@caiascoli.it oppure recandosi presso la sede CAI di Via Cellini 10 (aperta il Venerdì dalle 18:30 alle 20:00). I non soci CAI potranno iscriversi all'escursione esclusivamente recandosi in sede per attivare l'assicurazione. Per partecipare alle iniziative SlowBike, occorre consultare il Regolamento Escursioni, disponibile anche in sede CAI.

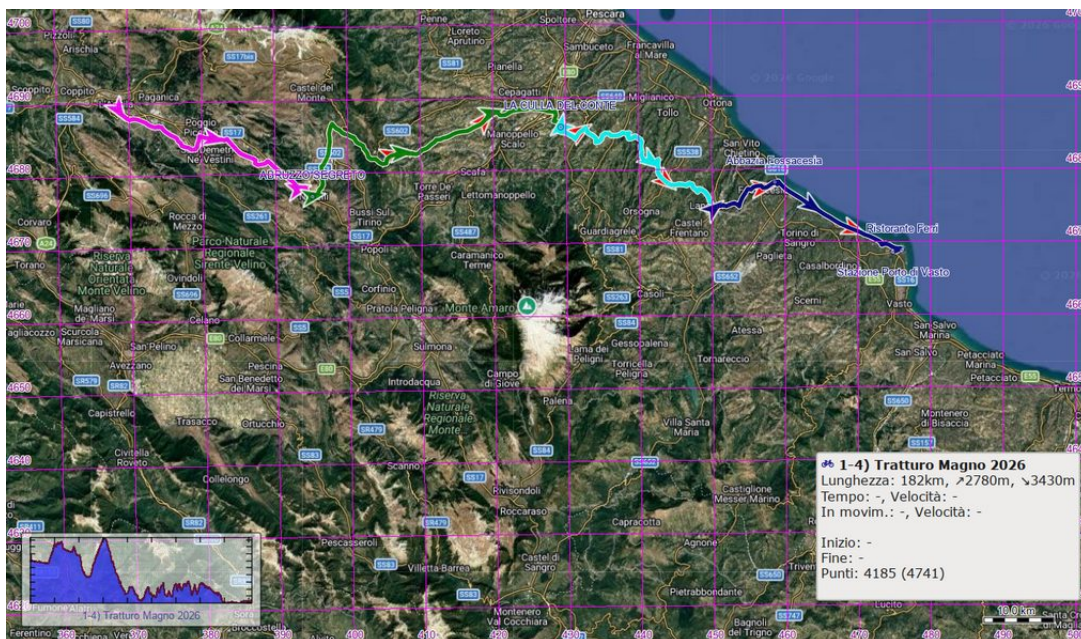
NOTE
 Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività, alle previsioni meteo, all'ambiente in cui ci si troverà e di avere con sé sufficienti scorte di acqua e cibo. È necessario disporre della dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multi uso ecc). È indispensabile una preventiva verifica meccanica e messa a punto della bici e, nel corso dell'escursione, il rispetto del Codice della strada.

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

**SVILUPPO
ALTIMETRICO**



**TRACCIA
TRIDIMENSIONALE**



**DESCRIZIONE
SINTETICA**

Raggiunta L'Aquila (per i partenti da Ascoli tramite pulmino bici al seguito) e la splendida Abbazia di [Collemaggio](#) (luogo di incoronazione, nel 1294, del "pontefice eremita" **Celestino V**), storico punto di partenza della transumanza, affronteremo la prima tappa seguendo, inizialmente, il corso del fiume **Aterno**, attraversandolo vicino **Sant'Eusanio** per convergere sul tracciato originale del **Tratturo Magno**. Terremo la direzione SE, immersi nel regno dei **Vestini**, in un fantastico susseguirsi di bellezze naturali, borghi a presidio e vestigia storiche (**Prata d'Ansidonia**, **Tussio**, **Caporciano**, **Bominaco**, **Civita Retenga**, **Peltuinum**); pernosteremo a **Navelli** (B&B Abruzzo Segreto). La seconda tappa sfiora **Capestrano**, passa per **Ofena** e **Cugnoli** per poi dirigere verso la valle del fiume **Pescara**, **Chieti** e **Bucchanico** dove pernosteremo (B&B La Culla del Conte). La terza tappa, decisamente impegnativa per via dei temibili saliscendi dell'entroterra teatino e della scarsa antropizzazione del territorio, ci condurrà a **Lanciano** (città fiera ed elegante, dalla lunghissima e tormentata storia; medaglia d'oro al valor militare per il contributo dato nella guerra di Liberazione); qui troveremo ospitalità presso amici CAI locali. Nella quarta ed ultima frazione, faremo una digressione tagliando anzitempo verso la costa (il Tratturo la raggiunge più a sud, in corrispondenza della foce del fiume **Oseno**), passando per l'imponente abbazia di **San Giovanni in Venere** (sec. XI) e percorrendo un tratto della celebre **Costa dei Trabocchi** sino a raggiungere gli spettacolari affacci di **Punta Aderci** e **Punta della Penna**. Rientreremo in treno, dalla vicina stazione "Porto di Vasto".

NOTE STORICHE

Il **Regio Tratturo Magno**, è il più lungo ed importante tra i tratturi italiani; questa direttrice era già in uso intorno al VII secolo a. C, da parte dei Vestini. Lo sviluppo del tratturo si ebbe, però, soprattutto per mano degli **Aragonesi** (nel tardo XV secolo), che regolamentarono i percorsi della **Transumanza** definendoli «tratturi regi» o «tratturi alfonsini» (da re Alfonso V d'Aragona). Ancora oggi, lungo il percorso, si possono osservare chiese tratturali e ruderi di di vario genere a conforto dei pastori o di appoggio per le attività connesse (come la **Regia Dogana della mena delle pecore**, a **Lucera** ed a **Foggia**).