



ESCURSIONE	DATA: Domenica 7 Giugno 2026 REGIONE: Abruzzo ORGANIZZAZIONE: CAI Ascoli P. Gruppo Cicloescursionistico SlowBike DENOMINAZIONE: Anello dei colli teramani da Garrufo IMPEGNO FISICO: Lunghezza 29 km; dislivello 615 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 Cicloescursionismo CAI) e indica, rispettivamente, la difficoltà in salita/discesa; in questo caso di livello turistico. Il suffisso "+" indica la presenza di tratti significativi a pendenza elevata.
	DIREZIONE: Maurizio Di Cosmo, Orlando Firmani, Nicola Santini (AC).
ORARI	RITROVO: 07:15 Via Giacomo Matteotti, Garrufo - N42° 48.083 E013° 45.743
	INIZIO ESCURSIONE: 07:30 (si raccomanda puntualità)
	DURATA: 4 ore circa; soste escluse.



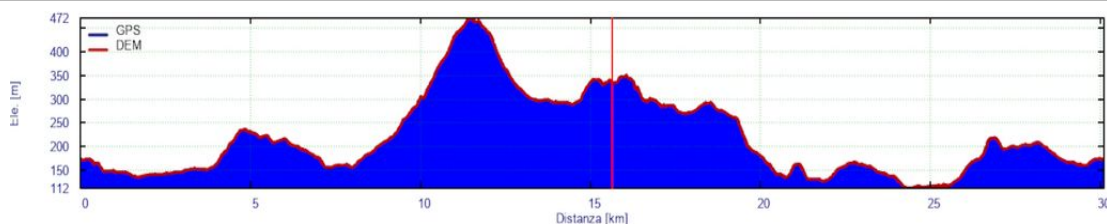
COSTI: Non soci € 12 - Gratuito per Soci CAI in regola con l'iscrizione 2026.
 L'iscrizione va effettuata obbligatoriamente entro il venerdì antecedente all'escursione; via email a slowbike@caiascoli.it oppure recandosi presso la sede CAI di Via Cellini 10 (aperta il Venerdì dalle 18:30 alle 20:00). I non soci CAI potranno iscriversi all'escursione esclusivamente recandosi in sede).
ISCRIZIONE: Per partecipare alle iniziative SlowBike, occorre consultare il Regolamento Escursioni, disponibile sia in sede CAI sia su www.slowbikeap.it

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.

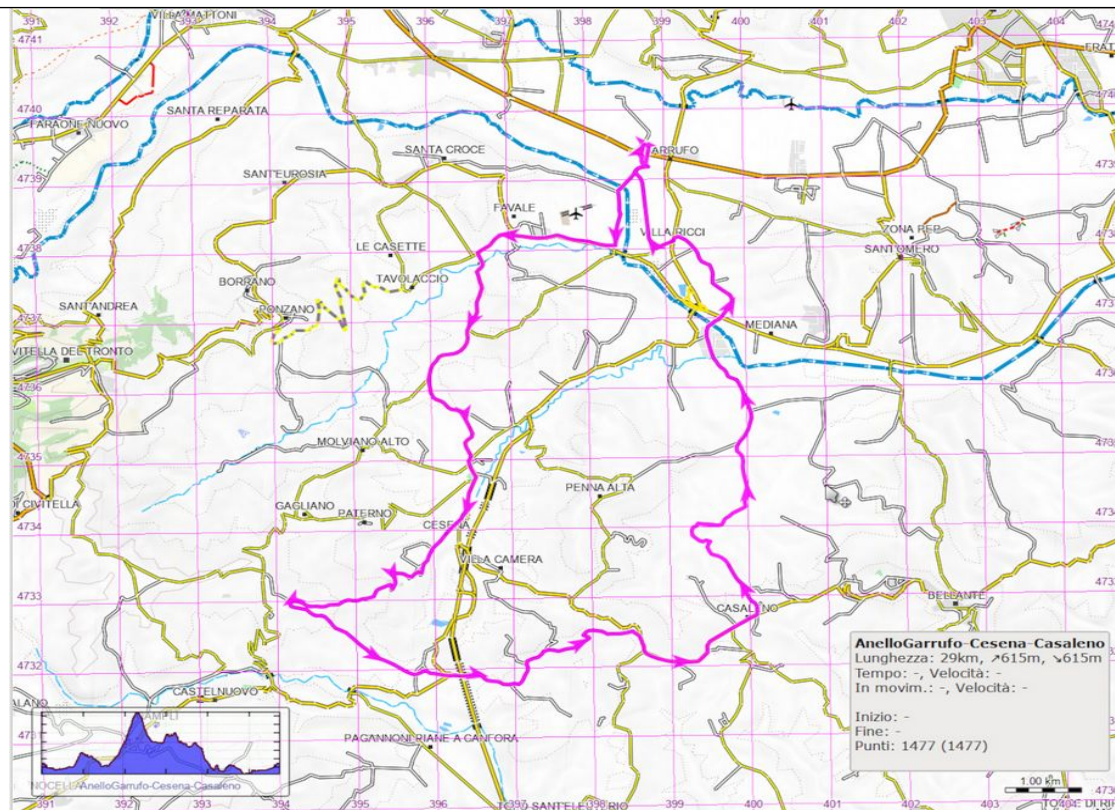
NOTE:

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

**SVILUPPO
 ALTIMETRICO**



TRACCIATO



**DESCRIZIONE
 SINTETICA**

L'escursione inizia dal grazioso nucleo storico di **Garrufo** (Via G. Matteotti); tenendo la direzione Sud attraverseremo la SS259 prendendo via Pablo Picasso e, giunti in via Guido Rossa, devieremo immediatamente a dx su viabilità minore. Attraversato il ponte sul **Salinello** terremo la sx, svoltando poi a dx al bivio di Km 1,8 per confluire sulla SP8. Seguiremo la SP8 per circa 2 Km, svoltando ancora a sx poco dopo **Favale**, così raggiungendo, in saliscendi, le frazioni di **Palazzesi** (Km 4,2) e **Marrocchi** (Km 6,6 svolta a dx). Continuando a scendere, prenderemo la SP17 (Km 7,3 svolta a dx) e, attraversato **S. Onofrio**, di nuovo a dx attaccando la probante salita verso **Cesena** e **Colle S. Martino** (sterrato finale > 20%). All'apice (Km 11,5) svolteremo a sx, per iniziare l'altrettanto ripida discesa che termina a **Piancarani**; attraversata la SP262 proseguiremo in direzione E/NE, in saliscendi a tratti ripido, verso **Colle Arenario** e **Casaleno**, svoltando a sx al Km 19,2 in direzione di **Villa Tassoni** (discesa intervallata da un paio di brevi strappi di salita > 15%) e del fiume **Salinello** che guaderemo al Km 25. Tornati all'asciutto e attraversata la SP8, terremo la direzione NO su viabilità minore sino a **Villa Ricci**; attraversata la SP17 (Km 27) prenderemo Via Concezione, poi via G. Spontini, tornando a Garrufo e chiudendo così l'anello (Km 29). A coronamento dell'escursione sarà facoltà degli arditi partecipare ad un degno epilogo conviviale.

**LETTURA DEL
 PAESAGGIO**

Pedaleremo lungo il margine NE del **Parco nazionale del Gran Sasso e dei Monti della Laga**, seguendo un percorso estremamente panoramico, con le principali cime del gruppo del **Gran Sasso**, i **Monti Gemelli**, il **Monte Ascensione**, quasi sempre in vista e l'**Adriatico** a fare capolino di tanto in tanto tra i colli ed il grano che inizia ad imbianchire. L'area, prevalentemente poco antropizzata e punteggiata da minuscoli insediamenti rurali, si sviluppa nell'intorno alluvionale del **Vibrata** e del **Salinello**; all'inizio caratterizzata da pendenze medio-alte interessa, nella seconda parte del percorso, colline argillose (plio-pleistocene) contraddistinte da un andamento più dolce e da tratti calanchivi. Fauna e flora sono quelle tipiche dell'habitat pedemontano adriatico; non è difficile incrociare il capriolo o essere osservati dall'alto dallo sguardo un po' seccato della poiana mentre, magari, si procede fiancheggiando una piccola macchia di crespino (*Berberis Vulgaris*) in fiore.