



ESCURSIONE	DATA: Sabato 17-Domenica 18 ottobre 2026
	REGIONE: Abruzzo
	ORGANIZZAZIONE: CAI Sezione Ascoli Piceno - Gruppo SlowBike
	DENOMINAZIONE: Due giorni in Abruzzo tra Parco Sirente-Velino e Piana del Fucino
	IMPEGNO FISICO: Giorno 1: lunghezza 47 km / dislivello 900 m Giorno 2: lunghezza 38 km / dislivello 190 m
	DIFFICOLTÀ TECNICA: TC+/MC La doppia sigla TC/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 ciclo-escursionisti di capacità tecnica turistica (TC) e di media capacità tecnica (MC). Il segno "+" indica la presenza di tratti a pendenza elevata.
ORARI	DIREZIONE: AC Nicola Santini – AC-ONC Franco Laganà – Maurizio Di Cosmo
	RITROVO: ore 5:30 partenza Stazione Ascoli Piceno, 2 cambi, ore 9:08 arrivo Stazione Avezzano
	DURATA: Giorno 1: ore 6:00 (soste incluse) – Giorno 2: ore 6:00 (soste incluse)
	RIENTRO: Ore 16:25 partenza Stazione Celano-Ovindoli 3 cambi, ore 22:02 arrivo Stazione Ascoli Piceno (20:02 P. d'Ascoli)

LAGO DEL FUCINO
E MONTE VELINO



[Jean-Joseph-Xavier Bidault](#), *Lac Fucino et les montagnes des Abruzzes*, 1789

COSTI: - Non soci € 12.

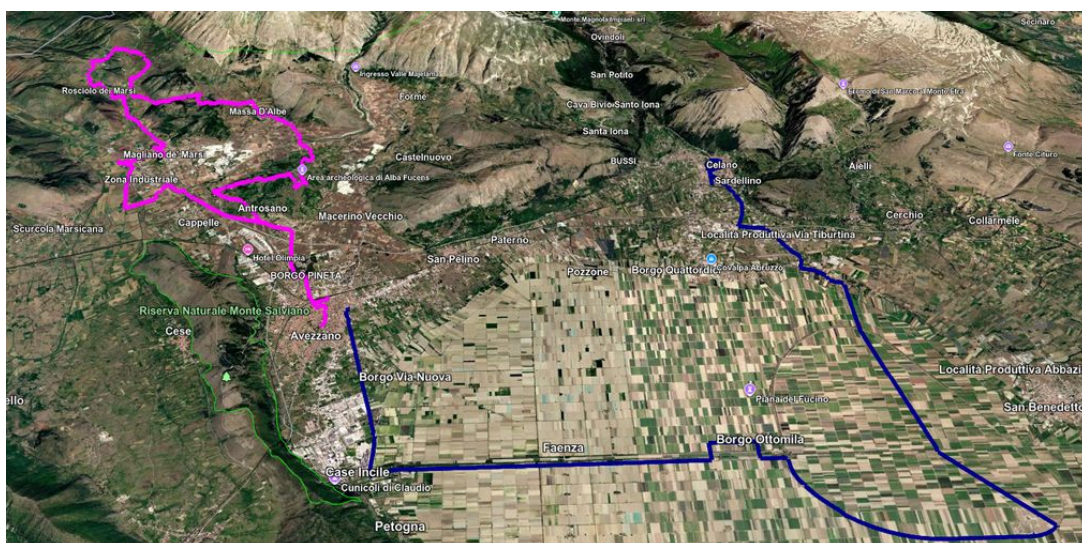
MODALITÀ: L'iscrizione va effettuata obbligatoriamente entro il venerdì antecedente all'escursione; via email a slowbike@caiascoli.it oppure recandosi presso la sede CAI di Via Cellini 10 (aperta il Venerdì dalle 18:30 alle 20:00). I non soci CAI potranno iscriversi all'escursione esclusivamente recandosi in sede per attivare l'assicurazione.
ISCRIZIONE Per partecipare alle iniziative SlowBike, occorre consultare il Regolamento Escursioni, disponibile anche in sede CAI.

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
NOTE (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.

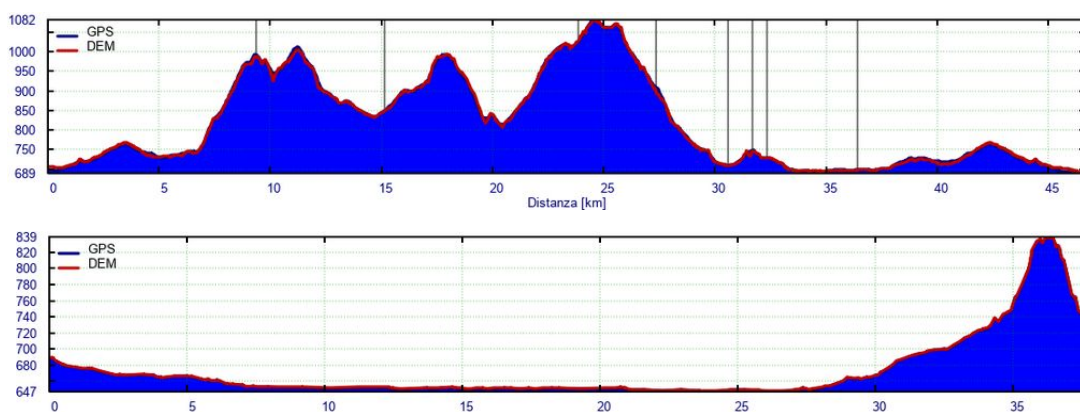
È obbligatorio l'uso del casco che va indossato e tenuto allacciato per tutta la durata dell'escursione.



gg 1 e 2: TRACCIA TRIDIMENSIONALE



gg 1 e 2: SVILUPPO ALTIMETRICO



DESCRIZIONE SINTETICA

Giorno 1: Dalla Stazione di **Avezzano** (704 m) si pedala verso nord, salendo ad **Alba Fucens** (966 m); visitati i resti della città romana, si prosegue per Massa d'Albe (877 m), entrando nel **Parco del Sirente-Velino** e raggiungendo l'antica chiesa di **S. Maria in Valle Porclaneta** (1022 m), punto più a nord dell'escursione. Scesi a **Rosciolo dei Marsi** (877 m), si mantiene la direzione SE sino a **Magliano de' Marsi** (728 m). Superata in sottopasso l'autostrada, si fiancheggia il fiume **Rafia** fino ai ruderi di **S. Maria della Vittoria** (sec. XIII, costruita in ricordo della Battaglia di Tagliacozzo) e si prosegue per il **Monumento a Perseo**. Tenendo la direzione SE si rientra ad Avezzano.

Giorno 2: Si esce da **Avezzano** diretti a sud, lungo Via Paganini, per visitare l'affascinante **Incile del Fucino** (660 m) e, voltando decisamente ad est, tagliare l'enorme pianura coltivata sino a **Borgo Ottomila**, oggi quasi in abbandono ma decisamente suggestivo. Impegnato uno dei pochi tratti viari curvilinei, si prosegue verso SE per raggiungere l'affascinante centro comunicazioni satellitari di **Telespazio**, dopo il quale si punta verso NNO, con **Celano** (840 m) e il castello che la domina, nel mirino. Dal castello si scende in direzione S per circa un Km, sino alla stazione FS; punto conclusivo del trekking.

NOTE STORICHE PAESAGGISTICHE

Pedaleremo lungo il versante a meridione del **Parco Sirente-Velino**; quello che digrada verso la **Conca del Fucino** in un susseguirsi di contrasti spettacolari tra le montagne, la pianura, l'arte e le opere create dall'uomo. Raggiungeremo e visiteremo l'emozionante città romana fortificata di **Alba Fucens** (IV sec. a.C.); la sorprendente e antichissima chiesa di **Santa Maria in Valle Porclaneta** (inizi XI sec.); l'**Incile** monumentale dell'emissario ipogeo di quello che fu il terzo lago italiano per estensione, oggetto di una gigantesca bonifica iniziata sotto Claudio dai Romani (41-52 d.C.) e conclusa dai Torlonia nel 1878 col totale prosciugamento; il futuribile Centro di **Telespazio**, cammeo tecnologico che non t'aspetti, silenziosamente incastonato nell'habitat naturale; l'imponente **Castello Piccolomini** (sec. XIV ma di più antica nuce Federiciana) che presidia **Celano** dal colle di S. Flaviano.