



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:	30/31 agosto 2014 (sabato - domenica)
	REGIONE:	Abruzzo
	ORGANIZZAZIONE:	Gruppo ciclo escursionistico Slowbikeap - CAI Ascoli Piceno
	DENOMINAZIONE:	Due giorni di immersione nei gruppi montuosi del Sirente e del Velino
	IMPEGNO FISICO:	lunghezza: 1° giorno 58 km. / dislivello 1350 m – 2° giorno 36 km./1050 m.
	DIFFICOLTA' TECNICA:	MC/MC <small>Le difficoltà MC/MC si riferiscono alla "Scala delle difficoltà" espressa dal Gruppo di Lavoro Cicloescursionismo della CCE. La doppia sigla MC/MC indica rispettivamente la difficoltà in salita ed in discesa. MC: (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</small>
	RIF. SEZIONE AP:	A. Federici AE-C / R. Peroli AE-C

ORARI	RITROVO:	ore 6.00 Porta Cartara – Ascoli Piceno
	PARTENZA:	ore 6.10 con auto propria
	RITROVO SUL POSTO:	ore 8.00 Aielli (AQ) - parcheggio del cimitero – quota 900 m.
	INIZIO ESCURSIONE:	ore 8.15
	DURATA:	8/9 ore circa (primo giorno) – 6 ore circa (secondo giorno)

DESCRIZIONE SINTETICA:

Un weekend immersi in una natura incontaminata, con due percorsi che ci permetteranno di scoprire comprensori di grande valore ambientale che niente hanno da invidiare ai più blasonati paesaggi alpini. Il primo giorno effettueremo un anello intorno al gruppo del Monte Sirente, un itinerario certamente molto impegnativo fisicamente per il suo sviluppo ed il dislivello ma che ci offrirà un cambio di visuali ed ambienti inaspettati, con versanti aspri e brulli sul versante ovest, con folti ed ombrosi boschi di faggi sul versante est, verdi altopiani sul versante sud. Il secondo giorno da Rocca di Cambio effettueremo un secondo anello nel comprensorio del Monte Velino, saliremo per boschi, godendo dall'alto di un'insolita vista sul vastissimo sottostante altopiano di Campo Felice, percorrendo poi una lunga ma piacevole salita verso il Rifugio Sebastiani dal quale la vista spazia a 360°. Sorpresa finale: la discesa tecnica con superba vista sui Piani di Pezza che percorreremo sino al punto di partenza.

ISCRIZIONE:

Modalità e costi **per ogni giorno** di escursione: soci CAI € 3 (possibilità di iscrizione anche via e-mail); non soci: € 12 (quota comprensiva di assicurazione obbligatoria). Le iscrizioni dei non soci vanno effettuate obbligatoriamente alla sede CAI di Via Cellini, il venerdì dalle 19 alle 20. Per la cena, il pernottamento e la prima colazione è previsto il soggiorno in mezza pensione all'Hotel Alba Sporting € 45,00 in camera doppia (da prenotare tramite la nostra segreteria con anticipo di 7 giorni). 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 ed all'ambiente in cui ci si troverà e di avere con se sufficienti scorte di acqua e cibo. E' necessario portare nello zaino la dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multi uso ecc). E' 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 e per effettuare prenotazioni 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



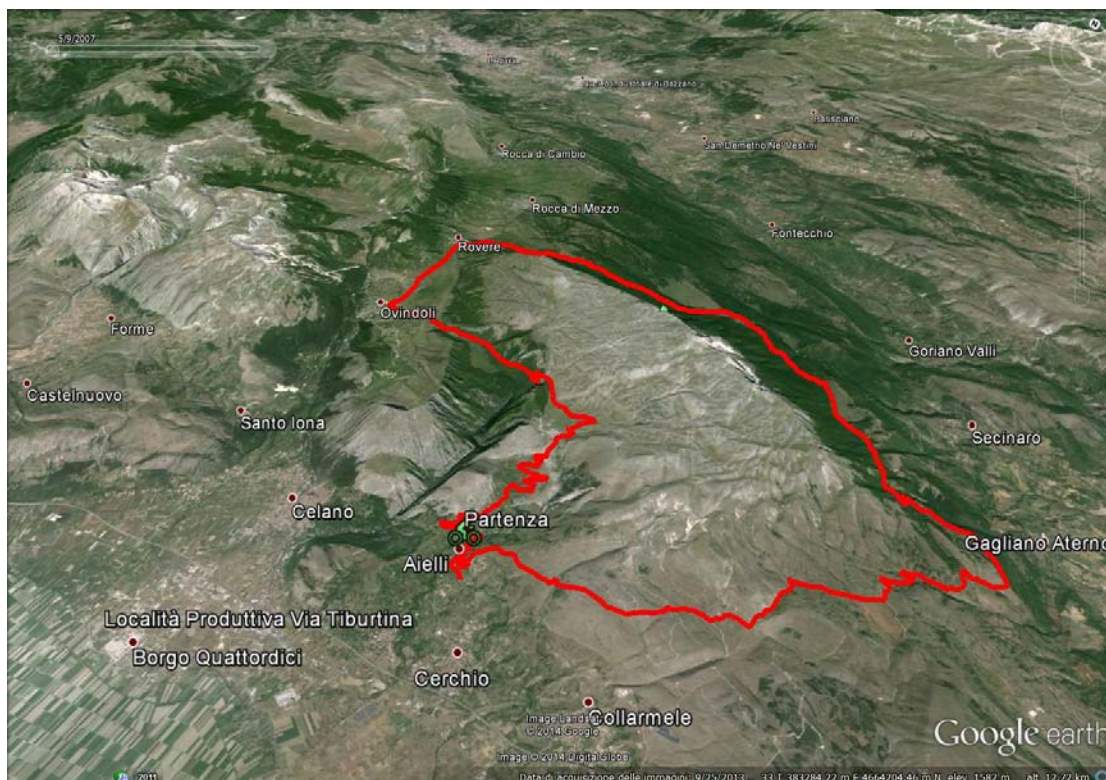
gruppo SlowBike slowbikeap.it
Club Alpino Italiano - sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10 - 63100 Ascoli Piceno (AP)
tel / fax. 0736 45158 - caiascoli.it



30 AGOSTO SVILUPPO ALTIMETRICO



30 AGOSTO TRACCIA TRIDIMENSIONALE



Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni 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



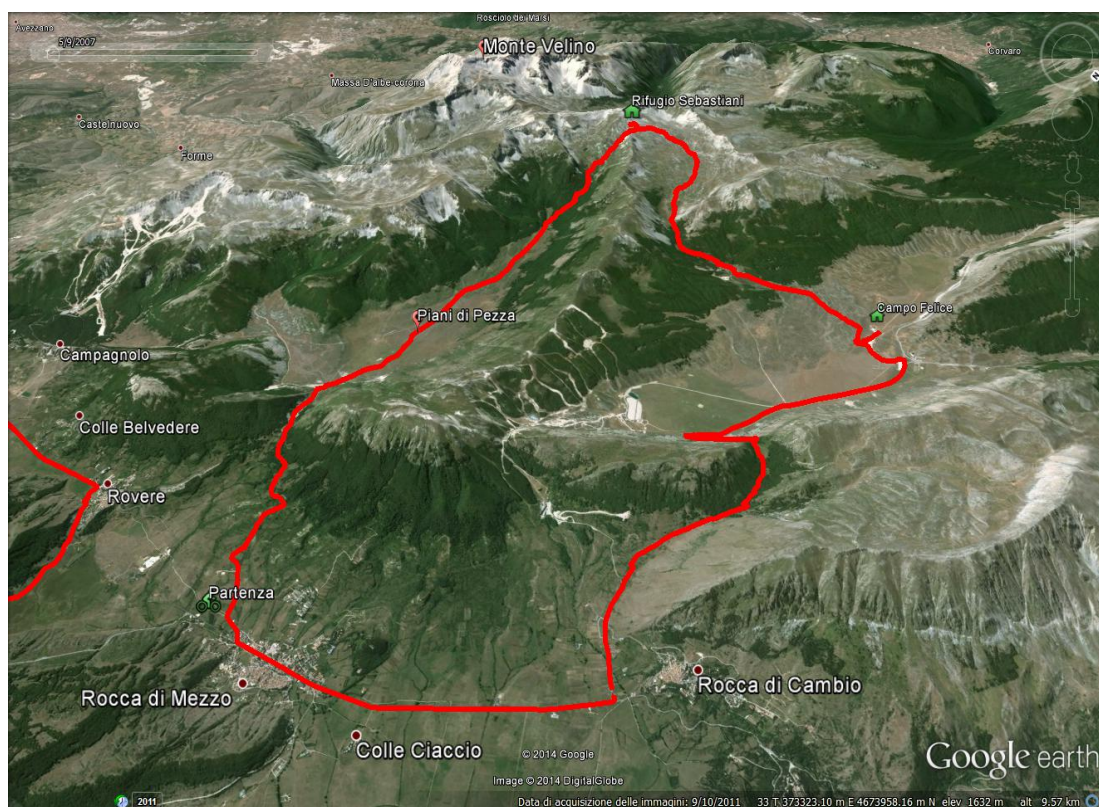
gruppo SlowBike slowbikeap.it
Club Alpino Italiano - sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10 - 63100 Ascoli Piceno (AP)
tel / fax. 0736 45158 - caiascoli.it



31 AGOSTO SVILUPPO ALTIMETRICO



31 AGOSTO TRACCIA TRIDIMENSIONALE



Approfondimenti

I comprensori del Sirente e del Velino ed i nostri due percorsi hanno in comune l'Altopiano delle Rocche che si estende da Ovindoli a Rocca di Cambio e che è stato scelto come miglior punto logistico per il pernottamento.

Itinerario primo giorno: l'inizio dell'escursione è previsto già verso le 8.00, in quanto la prima parte dell'itinerario si svolge su un versante sud, molto assolato. Si sale proseguendo lungo la strada asfaltata che rasenta il paese. In breve la strada diviene bianca, con fondo a tratti sconnesso ma pedalabile, con pendenza costante. Il panorama si apre subito sulla sottostante ampia vallata e sul versante che a nord è dominato dal Monte Etro. Superati i Prati di Cerro, dopo una sbarra, la carrarecchia diviene sconnessa, salendo per ripidi tornanti sino alla località di Vado Castello

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni 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



che si raggiunge dopo circa 10 km. dalla partenza a quota 1560 m.. Il panorama per i primi tratti aspro e brullo, cambia radicalmente: sulla sinistra si costeggia una verdissima conca di prati pianeggianti mentre sulla destra si aprono gli ampi costoni del versante ovest del Monte Sirente. Dopo un tratto pianeggiante, poi in lieve salita, si raggiunge il primo valico a quota 1615 dove al bivio si inizia a scendere sulla sinistra. Superato il primo tornante è obbligatoria una sosta per osservare sulla sinistra la parte alta delle Gole di Celano, sotto il Monte Savina, e nel senso di marcia, la Valle d'Arano in direzione di Ovindoli. Proseguendo si entra nel bosco di faggi ed in breve si raggiunge il fondo valle sino ad arrivare ad Ovindoli a quota 1350 m. circa. Alla rotatoria si gira a sinistra e si percorre la strada asfaltata pianeggiante dell'altopiano delle Rocche per circa 4 km. sino al borgo di Rovere dove si gira a destra entrando in paese. Da qui inizia un tratturo quasi sempre pianeggiante, nel folto bosco di faggi che dopo circa 7 km. conduce ai prati del Sirente sino ad intercettare la strada provinciale. Si apre da qui una superba vista sulla imponente parete est del Monte Sirente, con i suoi ripidi canali, ambite mete degli scialpinisti. Si percorre la strada per qualche centinaio di metri per poi riprendere il tratturo sulla destra che sale nel bosco, a tratti in forte pendenza sino a Colle della Macchie. Si apre qui un altopiano verdissimo, circondato da alti boschi di faggi, dove troviamo la fonte del Canale per rifornirci d'acqua. Superata la radura si rientra nel bosco percorrendo un tratto in falsopiano per poi scendere in direzione sud. A quota 1000 m. si incontra la strada asfaltata che a sinistra scende verso Gagliano Aterno, mentre noi giriamo a destra salendo nuovamente in direzione ovest. Si apre in alto, ripido e sassoso il versante sud del Gruppo del Sirente che ci accompagnerà con continui cambi di paesaggio sino ad Aielli. Superato Col Montone a 1180 m., si apre un nuovo piccolo verdissimo altopiano, incantato, denominato di Baulli, circondato da piccoli colli a sud e dal Costone di Valle Fauto a nord. Superata la valle di Argentieri si scende per un breve ripido tratto, di difficoltà BC che può essere fatto anche a piedi. Raggiunta la sottostante piccola valle, dopo alcuni caseggiati, si sale sulla destra seguendo il tratturo che a mezzacosta, tra filari di pale eoliche riporta al punto di partenza.

Itinerario secondo giorno: dall'Hotel Alba Sporting (partenza ore 8,10) si percorre la poco trafficata, pianeggiante strada asfaltata dell'altopiano delle Rocche, attraversando il centro montano di Rocca di Mezzo sino a Rocca di Cambio che si intravede arroccato in alto, all'estremità nord del grande altopiano. Subito sotto l'abitato, si lascia la strada principale per proseguire sulla sinistra inizialmente ancora su asfalto, in direzione della seggiovia. Dopo circa 1 km. si gira sulla destra seguendo una carrareccia. Superata Fonte Capitone, si entra nel bosco percorrendo in direzione ovest un ripido tratturo. Si raggiunge il valico di Forcamiccia a quota 1700 m., da dove si apre una superba vista sull'altopiano di Campo Felice. In lontananza si intravede il Rifugio Sebastiani ed il tracciato di avvicinamento dell'itinerario di salita. Si scende lungo il tratturo, a tratti ciottoloso, dove occorre avere la massima prudenza ed eventualmente scendere dalla MTB. Arrivati sull'altopiano lo si percorre sino alla strada asfaltata che in breve ci porta in prossimità di alcuni piccoli rifugi. Si gira a sinistra per strada bianca a lungo pianeggiante, con brevissimi strappi, immersi nel variopinto "Giardino Botanico Appenninico di Campo Felice". Attraversato il fosso, si entra nel bosco e si supera una sbarra. Il tratturo diviene ora in forte pendenza, quasi sempre pedalabile sino a quota 1770 dove si apre un piccolo altopiano dove pascolano generalmente mandrie di cavalli e mucche, in un paesaggio quasi idilliaco: il roccioso M. Puzzillo sulla destra, l'omonima valle ad ovest con all'estremità il Rifugio Sebastiani, l'aspro versante della Cimata di Pezza a sud, la cinta di bosco di faggi che chiude la valle ad est. Superata una presa dell'acqua, il tratturo diviene molto impegnativo e occorre spingere la MTB per alcuni tratti sino a raggiungere la cresta ed il Rifugio Sebastiani a quota 2100 m.. La vista si apre a sud sui verdissimi Piani di Pezza e sul gruppo del Monte Sirente che ora possiamo riconoscere per la sua vastità, dopo averlo percorso il giorno precedente. Dopo un meritato riposo, vale la pena lasciare le MTB e percorrere un breve tratto a piedi a raggiungere la cresta che si apre sul brullo Vallone di Teve e sul Monte Velino che con i suoi 2486 m. domina il comprensorio. Tornati al Rifugio si scende per il ripido sentiero in direzione sud verso i Piani di Pezza. Questo tratto è ripido e molto tecnico, classificabile nella scala delle difficoltà del CAI BC/OC e può essere percorso anche a piedi, anzi in alcune zone è indispensabile farlo. L'escursione rimane comunque nel complesso di difficoltà MC. Terminata la ripida discesa si entra nel bosco ed in breve si accede ai Piani di Pezza un altopiano carsico chiuso che percorriamo sino all'ingresso sud e da lì sino al punto di partenza.

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni 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



Saggio fotografico



la discesa verso Ovindoli dopo Vado Castello



filari di pale eoliche nella piana di Pozzolana sul versante sud del Sirente



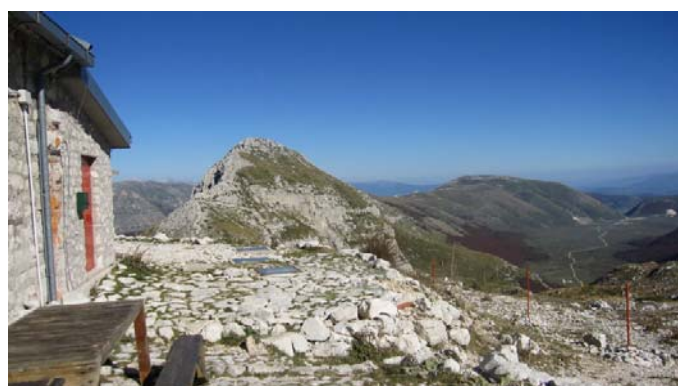
dal Piano delle Rocche il borgo di Rovere



L'altopiano di Campo Felice dal passo di Forcamiccia



La Valle del Puzzilla nei pressi del Rif. Sebastiani



Piani di Pezza dal Rifugio Sebastiani

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni 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