



ESCURSIONE	DATA: sabato 1 luglio 2017 REGIONE: Marche ORGANIZZAZIONE: CAI; Gruppo Slowbike, Sezione di Ascoli Piceno DENOMINAZIONE: Pedalare per non Dimenticare (P4ND): Montegallo e frazioni. IMPEGNO FISICO: Lunghezza: 23 km. Dislivello totale: 1000 m.
	DIFFICOLTÀ TECNICA: MC+/MC+ 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 ciclo-escursionisti con media capacità tecnica: percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole con tratti a pendenza elevata (+).
ORARI	DIREZIONE: Sonia Stipa ACE - Nicola Santini
	RITROVO: Ore 7.30 a Montegallo; parcheggio belvedere ai piedi dell'abitato.
	INIZIO ESCURSIONE: Ore 7.45 dal parcheggio medesimo (raccomandata la massima puntualità) DURATA: Ore 5 (soste incluse)

DESCRIZIONE SINTETICA: Per il 4° appuntamento 2017 del Ciclo "Pedalare per non dimenticare" ci trasferiremo ai piedi del Monte Vettore nel territorio di Montegallo, affrontando il versante orientale in direzione della frazione di Astorara. La nostra presenza continuerà a coniugare la ripresa di una ragionata e non episodica attività escursionistica con il tentativo di rimanere vicini alle persone e ai luoghi dei quali intendiamo confermare coraggio e identità. Proseguirà anche l'opera indipendente di osservazione e documentazione sullo stato post-sisma dei sentieri e delle testimonianze storico-artistiche. Come già accaduto per gli altri eventi del Ciclo e proprio in ragione della perdurante precarietà, il percorso potrà subire variazioni decise sul posto dagli accompagnatori. L'itinerario parte dal capoluogo (860 m s.l.m.), circa 20 Km ad Ovest di Ascoli Piceno lungo la SP 89; ci muoveremo anche stavolta nell'area del Parco Nazionale dei Monti Sibillini. Montegallo deve il nome, assai probabilmente, al vicario Marchio Gallo inviato nel VIII° secolo da Carlo Magno a governarne il territorio. È proprio a partire approssimativamente da quest'epoca che inizia a costituirsi il nucleo più rilevante del patrimonio storico artistico. Attraversata la piazzetta principale, dalla cui balconata si gode di una vista indimenticabile sull'incombente Vettore, supereremo una strettoia per impegnare, tenendoci sulla destra, la strada asfaltata in direzione della frazione di Astorara (4 Km dalla partenza, 995 m s.l.m.). Continuando per circa un Km incroceremo sulla sinistra il tratturo ripido e sassoso, non sempre pedalabile, che ci condurrà ai piedi della chiesa di S. Maria in Pantano (IX° sec. purtroppo semidistrutta dalla fortissima scossa del 30 Ottobre scorso) e all'attigua Fonte Santa (6,5 Km d.p. 1165 m s.l.m.). Inizia qui la bellissima cavalcata tra prati e boschi che scandiscono il notissimo Sentiero dei Mietitori (GAS; Grande Anello dei Sibillini) sino alla frazione di Altino (10,3 Km d.p. 1035 m s.l.m.). La discesa da Altino avverrà continuando sul "GAS", che in questo tratto si fa più divertente e tecnico, anche per evitare la polverosissima strada carrozzabile. Raggiunta la SP 83 proseguiremo su asfalto sino alla frazione di Vallegrascia (16 Km d.p. 850 m s.l.m.), il cui nome deriva proprio dal Sentiero dei Mietitori (o via del grano; il grano, appunto, era detto "grascia"). Attraversato il Fosso della Rota impegneremo una carrareccia in salita sulla sinistra, abbandonandola dopo circa 1,2 Km per imboccare (a dx, poco pedalabile...) un sentiero che s'inerpica nel bosco, sino ad intercettare la dorsale (18 Km d.p. 1030 m s.l.m.) proveniente da Propezzano che inizieremo a seguire prendendo a destra. Le fatiche possono dirsi quasi terminate; ci attende una lunga e veloce discesa su una carrareccia che richiede qualche attenzione, specie nei tratti a pendenza maggiore, sia per via del fondo non sempre compatto sia per evitare le conseguenti disattenzioni da stanchezza. Recuperato l'asfalto in corrispondenza del bivio per la frazione di Castro (non visitabile; zona rossa) svolteremo a destra per percorrere il proverbiale ultimo chilometro e chiudere l'anello raggiungendo il punto di partenza. Ci aspettano il meritissimo ristoro e la convivialità alla quale abbiamo fatto cenno in apertura; in questi luoghi ed in questo tempo elementi fortemente integranti ogni iniziativa Slowbike del Ciclo "P4ND" (consultare di seguito le note d'iscrizione).

ISCRIZIONE: Costi: soci CAI € 3 – non soci € 8. Eventuale pranzo c/o "Lo Spuntino" € 15 circa (da corrispondere sul posto; **confermare prima possibile!**). Le iscrizioni vanno effettuate obbligatoriamente entro il venerdì antecedente l'escursione; via e-mail a segreteria@slowbikeap.it o recandosi presso la sede CAI di Via Cellini (aperta mercoledì e venerdì dalle 19 alle 20). I non soci CAI possono iscriversi all'escursione esclusivamente recandosi in sede. Per partecipare alle iniziative SlowBike occorre consultare il Regolamento Escursioni disponibile in sede o su www.slowbikeap.it

Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività, alle previsioni meteo e all'ambiente in cui ci si troverà, nonché di avere con sé sufficienti scorte di acqua e di cibo. È necessario disporre della dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multi uso ecc). E' indispensabile, infine, 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.

**TRACCIATO E
SVILUPPO
ALTIMETRICO:**

