



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



ESC  
CUR  
SIONE

**DATA:** Sabato 17 Dicembre 2016  
**REGIONE:** Marche - Abruzzo  
**ORGANIZZAZIONE:** CAI; Gruppo Slowbike, Sez. di Ascoli Piceno  
**DENOMINAZIONE:** Quattro stagioni in MTB: Inverno (consegna diplomi Corso Ciclo-Escursionismo)  
**IMPEGNO FISICO:** Lunghezza: 15 km. Dislivello totale: 715 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: TC: (per cicloescursionisti di capacità tecnica turistica) percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo prevalentemente carrozzabile. 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.

**DIREZIONE:** Franco Laganà (ACE) - Nicola Santini

OR  
ARI

**RITROVO:** Ore 8.45 parcheggio antistante il Rifugio Mario Paci  
**INIZIO ESCURSIONE:** Ore 9.00 dal parcheggio medesimo  
**DURATA:** 4 ore circa (soste incluse)

**DESCRIZIONE SINTETICA:** La stagione 2016 dell'escursionismo CAI non poteva rimanere indenne, dato il terribile lascito di lutti e disastri seguiti alla crisi sismica tuttora perdurante. Diversi appuntamenti sono saltati, travolti dal dolore o dalle condizioni impossibili che conosciamo. Sono stati duramente colpiti moltissimi soci e amici. Persone magari sconosciute, con le quali abbiamo scambiato anche un solo silenzioso sorriso semplicemente salendo sulle nostre montagne, non ci sono più.

Anche noi esercitando l'umiltà, la sensibilità e la memoria più che mai necessarie, lottiamo; per divincolarci dall'immane turbamento, per tornare gradualmente a scambiare quei sorrisi all'aria aperta che scaldano il cuore e in alcuni frangenti sono in grado di edificare al pari del più tecnologico materiale da costruzione. Torneremo dunque a seguire il programma, che quest'anno si estende alle soglie dell'Inverno grazie all'ultima uscita del ciclo **Quattro stagioni in MTB**. Lo coroneremo con un momento conviviale; durante il quale avverrà la consegna dei diplomi alla colorata pattuglia delle partecipanti e dei partecipanti al Corso di Ciclo-Escursionismo culminato nel recente stage a Fornara di Acquasanta Terme ( per chi desiderasse approfondire è accessibile la galleria fotografica; seguire il link <https://goo.gl/photos/hyRbikB2zNSCYroRA> ).

Il tracciato individuato per l'occasione sarà breve, ma tutt'altro che banale sia dal punto di vista atletico sia da quello paesaggistico (oltre 700m di dislivello in soli 15 Km, con tratti decisamente interessanti anche dal punto di vista tecnico).

Dal parcheggio del Rifugio Paci (905 m s.l.m.) presso Colle La Pelera saliremo su asfalto per svoltare ben presto a destra, in prossimità del bivio per Monte Giammatura (1.1 Km dalla partenza 987 m s.l.m.), su una visibile traccia sterrata che termina a San Giacomo di Valle Castellana (3,2 Km d.p. 1115 m s.l.m.). Dopo una brevissima sosta per il caffè di rito affronteremo la salita che ci condurrà in località Tre Caciare (7,5 Km d.p. 1435 m s.l.m.). Dalle Tre Caciare, interpretato un breve tratto in falsopiano, intercetteremo il sentiero CAI n°3 che proviene dalla Montagna Dei Fiori percorrendolo in discesa sino al Lago (detto "del Tritone" - 8,5 Km d.p. 1305 m s.l.m.). Proseguiremo, sempre scendendo, su pendenze a tratti piuttosto severe, sino a raggiungere la SP53 e, svoltando a destra, la risaliremo per poche centinaia di metri. A ridosso del primo guardrail impegneremo, scendendo sulla sinistra, un single track a tratti poco visibile che, attraversato l'alveo del torrente Marino, risale su asfalto sfiorando il tratto iniziale dell'escursione (11,8 Km d.p. 973 m s.l.m.). Svolteremo subito a destra, stavolta imboccando la carrareccia per Monte Giammatura che lasceremo dopo un Km circa per inoltrarci in single track tra le conifere in direzione Nord-Nord-Ovest (Fosso Gran Caso, Bosco Impero). Ormai alla conclusione riemergeremo dal bosco in corrispondenza di un tornante (13,6 Km d.p. 827 m s.l.m.) della SP76 che sale da Colle San Marco e decideremo, in dipendenza sia dell'ora sia delle contingenze fisico-meccaniche ;) se chiudere continuando su asfalto oppure affrontando un ultimo breve tratto di stuzzicante fuoristrada.



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



Costi: soci CAI € 3 – non soci € 8. Pranzo c/o Rifugio Mario Paci € 15 circa (da corrispondere sul posto). Le iscrizioni vanno effettuate obbligatoriamente entro il Giovedì antecedente l'escursione, se si intende pranzare, o entro il Venerdì per la sola escursione; via e-mail a [segreteria@slowbikeap.it](mailto:segreteria@slowbikeap.it) o recandosi presso la sede CAI di Via

**ISCRIZIONE:** Cellini (aperta Mercoledì e Venerdì dalle 19 alle 20). I non soci possono iscriversi all'escursione esclusivamente recandosi in sede.

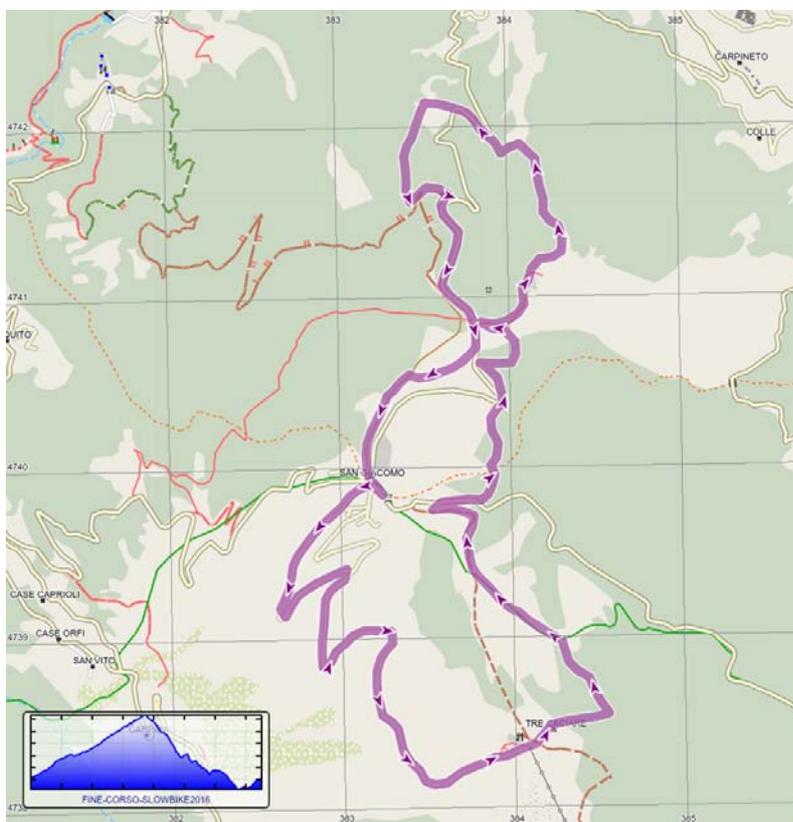
Per partecipare alle iniziative SlowBike occorre consultare il Regolamento Escursioni; disponibile in sede o su [www.slowbikeap.it](http://www.slowbikeap.it)

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 cibo.

**NOTE:** 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**



**SVILUPPO  
ALTIMETRICO:**



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 nostro sito: [www.slowbikeap.it](http://www.slowbikeap.it)



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



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 nostro sito: [www.slowbikeap.it](http://www.slowbikeap.it)