



**Club Alpino Italiano**  
**Sezione di Ascoli**  
**Piceno**  
**Via Serafino Cellini, 10**

[www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it)

**Tel. 073645158**



## **I SENTIERI DELL'ACQUA E DEL VENTO**

### **TRAVERSATA: MONTE PORCHE-CIMA**

### **VALLELUNGA-MONTE SIBILLA-MONTE ZAMPA**

**Parco Nazionale dei Monti Sibillini**

### **Intersezionale Around Salaria con Amatrice e Antrodoco**

<b>DATA ESCURSIONE</b>	<b>Domenica 5 giugno 2016</b>
<b>ORA PARTENZA</b>	<b>6:30</b>
<b>RITROVO</b>	<b>Ore 6.15 puntuali, parcheggio davanti al mercato coperto di via Recanati</b>
<b>MEZZO di TRASPORTO</b>	<b>PULLMAN (il costo dipenderà dal numero dei partecipanti)</b>
<b>DISLIVELLO</b>	<b>in salita m. 800; in discesa m. 1550 circa</b>
<b>LUNGHEZZA</b>	<b>22 km circa</b>
<b>DIFFICOLTA' TECNICA</b>	<b>EE per escursionisti esperti</b>
<b>DURATA</b>	<b>8 h. circa (soste escluse)</b>
<b>ACCOMPAGNATORI</b>	<b>Francesco Valente - Graziano Raponi - Dino Recchi</b>
<b>PUNTO di PARTENZA</b>	<b>Impianti sciistici del Monte della Prata (m. 1650)</b>
<b>PUNTO di ARRIVO</b>	<b>Isola S. Biagio, dove è previsto il pranzo-cena di fine escursione al costo di 15 € (bevande incluse) :</b> <b>MENU</b> <b>Tagliatelle ai Corbini, o Ragù</b> <b>Arrosto misto</b> <b>Contorno</b> <b>Dolce</b> <b>Caffè</b>

**EQUIPAGGIAMENTO  
CONSIGLIATO**

Scarponi da montagna, occhiali da sole, crema solare, bastoncini, guanti, cappello, giacca a vento, acqua a sufficienza (non si trovano fonti lungo il percorso), viveri secondo personali esigenze, zaino e macchina fotografica.

Portare con se un ricambio completo da lasciare in autobus e da poter utilizzare una volta rientrati dall'escursione.

**Per questa escursione si richiede una buona preparazione fisica e sapersi muovere con una certa sicurezza su tracce strette ed esposte, terreno impervio ed infido, misto di rocce, erba e detriti. Attenersi sempre alle indicazioni fornite dagli accompagnatori, evitando di uscire dal tragitto prestabilito. In caso di necessità gli accompagnatori si riservano la facoltà di cambiare il percorso.**

**Leggere attentamente il Regolamento Escursioni, scaricabile dal sito [www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it)**

**RELAZIONE**

1EZY| xyml Z'ybyfnj` Z'j| l` n | l`UZjjbytk n` b`b ZxVln`XbVxZy{MvaZ {nWMJZ`Vtk Z`XZj`Monte Porche§Cima Vallelunga§Monte Sibilla` b`n`MVM` b`l`` ZxZ` b`i`Monte Zampa<sup>a</sup>



**Sotto la vetta del Monte Sibilla**

?M' b l ' ZxZk n' Vhl j' b' i' m' p' i' a' n' t' i' s' c' i' a' t' i' c' i' d' e' l' M' o' n' t' e' d' e' l' l' a' P' r' a' t' a' (m. 1650) Z' w' p' b' Xb  
 b' 1963xZk n' M' u' z' x' h' x' z' x' z' j' m' y' (x' x' M' y' U' N' V' M' M' V' a' Z' N' j' b' b' 1963' y' o' k' M' i' {Z' I' Z' y' j' j' M' X' Z' y' (x' M' )  
**sentiero 261** A' Z' V' a' Z' V' h' l' X' | V' Z' N' j' M' **Fonte della Iumenta (m. 1799)** a' @' x' b' y' Z' w' p' b' Xb' b' u' Z' I' X' b' n'  
 X' b' M' n' l' N' j' k' Z' I' {Z' y' b' n' M' M' b' l' ' Z' x' Z' j' M' y' Z' j' M' x' M' b' **Monte Porche e Palazzo Borghese (m. 2090)** a'  
 < x' n' V' Z' X' Z' I' X' n' u' z' x' | I' M' x' u' b' X' M' S' k' M' U' x' Z' F' Z' V' x' Z' y' (N' S' y' o' x' M' b' l' ' Z' x' N' j' M' M' k' M' X' Z' j' **Monte Porche (m.  
 2233)** a'

> | b' b' 1963' j' E' y' (x' z' k' M' k' Z' I' {Z' ' x' M' b' M' i' {Z' u' z' x' h' x' y' n' X' b' V' x' Z' y' (M' V' a' Z' u' z' x' k' Z' {Z' x' N' X' b' M' F' z' x' Z' | I' M'  
 V' h' k' u' j' Z' {M' f' y' o' n' l' Z' u' M' i' n' x' N' k' b' M' M' P' a' U' E' S' j' **Valle del Lago** y' j' j' M' X' Z' y' (x' M' V' **Capotenna** y' j' j' M' y' b' b' y' (x' M'  
 V' h' x' n' l' M' b' X' N' j' Z' V' t' k' Z' V' a' V' h' y' (M' i' {b' ' 5' x' M' u' z' x' h' x' Z' I' X' n' X' b' F' z' y' o' y' N' j' y' V' Z' I' X' b' y' o' x' M' b' l' ' Z' **Cima  
 Vallelunga (m. 2221)** a' j' u' z' x' h' x' y' n' l' n' l' u' x' Z' y' Z' I' {M' x' n' y' y' Z' X' b' b' h' j' {N' k' M' i' ' V' h' k' | I' w' p' Z' X' M'  
 M' x' n' l' {M' Z' V' h' l' M' {Z' I' %' a' l' Z' S' y' o' f' o' M' b' M' b' V' x' Z' y' (M' b' ' | I' y' N' j' y' V' Z' I' X' b' V' h' l' {b' | n' S' w' p' b' X' b' [ n' u' u' n' x' | I' n'  
 u' x' n' V' Z' X' Z' X' Z' y' Z' I' %' a' l' X' b' y' (x' M' V' a' l' S' b' b' u' M' X' {b' h' j' M' k' n' X' n' i' Z' b' u' | I' {b' Z' y' u' n' y' {b' ' .



ž M' t' k' M' G' N' j' Z' j' | I' M' y' o' X' b' V' Z' I' X' Z' S'  
 y' z' k' u' x' Z' b' V' x' Z' y' (M' b' n' N' j' M' **Sella (m. 2129)** X' n' f' Z' {Z' x' k' b' M' j' f' i' x' x' u' l' j' Z'  
 y' (x' x' n' l' Z' V' a' Z' y' N' j' Z' X' M' 2' n' l' {Z' k' n' l' M' h' a' °' w' p' Z' y' (n' u' | I' {n' V' o' y' o' b'  
 M' f' o' M' f' Z' x' y' n' j' M' f' Z' {M' X' Z' j' **Monte Sibilla** S' x' b' y' Z' I' X' n' y' | S' y' z' k' u' x' Z' V' h' l' M' {Z' I' %' a' l' Z' S' j' Z' x' n' W' Z' {Z' X' b' y' M' j' b' M'  
 x' n' y' M' M' j' E' j' {t' k' n' {x' M' {n' y' M' N' | I' u' o' u' b' ' t' k' u' Z' | I' M' l' o' f' n' b' w' p' M' i' X' n' y' o' X' n' f' x' N' -y' M' y' N' Z' ® | I' u' b' M' h' j' n' X' b' j' b' Z' j' j' n' X' b' x' n' W' o' M' V' Z' w' p' b' X' b' y' o' x' M' b' l' ' Z' j' M' **Vetta (m. 2173)** a'

ž N' j' M' M' k' M' X' Z' j' 2' n' l' {Z' @' u' l' j' M' b' u' z' x' h' x' y' n' V' h' l' {b' | M' b' n' N' k' | I' y' N' j' (n' X' b' x' n' W' o' M' X' b' N' y' M' | I' b' k' Z' {x' b'  
 M' {x' z' %' a' l' n' V' h' l' V' M' Z' I' S' j' | j' j' M' X' b' Z' y' (x' z' k' M' k' Z' I' {Z' V' h' k' u' j' b' M' i' n' k' M' h' k' | I' w' p' Z' X' M' M' x' n' l' {M' Z' V' h' l' j' M'  
 X' n' f' | {M' M' M' {Z' j' M' °' f' x' Z' k' n' b' n' j' {x' Z' k' n' X' n' X' b' -f' o' y' t' M' V' Z' ® j' M' x' n' {M' X' Z' j' j' M' @' u' l' j' M' S' n' f' f' Z' x' n' y' o' M' w' p' Z' j'  
 V' | k' | j' n' X' b' x' n' W' Z' V' a' Z' x' Z' y' (M' X' n' u' n' b' k' N' j' X' Z' y' (x' n' {Z' I' {M' b' o' n' Z' Z' {I' M' i' n' u' z' x' x' Z' I' X' Z' x' j' M' -M' i' b' u' l' j' Z' ®  
 < x' n' y' Z' | I' b' k' n' w' p' b' X' b' k' M' i' {Z' I' Z' I' X' n' V' o' b' b' V' x' Z' y' (M' (sentiero 155) b' n' M' x' M' b' l' ' Z' x' Z' b' **Monte  
 Zampa (m. 1791)** a'

\* 1963' w' p' b' X' b' j' M' X' b' y' V' Z' y' M' V' a' Z' u' z' x' h' x' z' x' z' k' n' b' 1963' k' Z' I' {Z' b' n' N' j' **Rifugio Sibilla (m. 1540)** Z' y'  
 y' | u' z' x' M' i' n' j' n' V' o' t' k' k' Z' {Z' x' z' k' n' b' ' | I' {x' M' M' o' j' b' n' {x' w' y' f' Z' x' y' N' j' Z' (**Selvette**) V' a' Z' X' Z' V' b' M' i' X' n' V' h' l' X' | V' Z'  
 N' k' b' {Z' x' Z' {M' Z' | I' M' y' {Z' x' M' M' V' a' Z' M' x' o' f' M' b' n' N' j' -M' U' l' M' i' n' X' b' **Isola S. Biagio** X' n' f' Z' j' E' y' M' x' y' n' l' Z'  
 {Z' x' k' b' M' .

...la Sibilla appenninica e le fate

j' k' n' l' {Z' @' u' l' j' M' i' j' M' F' Z' {M' M' a' Z' S' u' | x' i' n' l' Z' y' y' Z' I' X' n' j' M' u' b' N' j' (M' S' X' M' b' i' n' k' Z' M' i' | {M' j' M' M' M' Z' I' M' X' Z' b'  
 2' n' l' {b' @' u' l' j' b' b' 1' M' y' | M' i' n' {n' x' z' {N' [ ' X' n' f' | {M' N' j' Z' j' Z' ' Z' I' X' Z' V' a' Z' u' z' x' y' Z' V' h' j' b' a' M' i' l' n' V' a' V' h' l' X' M' i' n'  
 w' p' Z' y' (n' k' M' y' o' M' o' n' y' Z' V' h' l' X' n' V' | b' j' M' x' n' {M' S' V' a' Z' y' o' {x' n' f' M' b' u' x' n' y' y' t' k' b' N' X' Z' j' j' M' M' k' M' X' Z' j' k' n' l' {Z' S'  
 n' y' u' l' o' | I' M' P' Z' b' M' X' Z' j' k' n' l' X' n' y' n' {Z' x' M' i' Z' n' c' j' M' @' u' l' j' M' i'

...  
\* k l n' XZjjM @UljjM° uuZI I b bMxyNyZ' NjJM @nxMZXb† ZyMb Xb @FZ{nI bSk MI [ Vhl ' b'  
Vxy{MZYtk n' VaZ' {NYZ' \_b | xMyb Mk k MI{ o' Xb VM{Zxó I Z' Mb' b Z' XZk nl bWó' 1ñuZxM  
{xZVZl {ZyMM-Il Guerrin Meschino® XbAndrea da BarberinoSvhl {xbl| cNyI Xb\_nl XZxybXZjjM  
y{nxMxbl | V' NyZzZ' ZxMI{Z VaZ' \_b cúZx' fZfZxZ | I' MI n' I ZjjM xn{{MXZjjM@UljjMZI {MI Xn'  
Vhl ' | {{Z'jZ' y| Z' \_nx%ZxZyof{ZxZ' NyZ' b I | | k ZxZfnjb{ZI {V%al bxZjj| n' n<sup>a</sup>

1M\_Nk MXZjjM?Z' b Mk MIMVhl {b | o' MWZYVZxZ' I Zj' ÜBYÜ' w' MlXn' **Antoine de la Sale** ' \_ | '  
b fM'n' XM° ' I Zyz' XbŁnx' n' I My| j' k nl {Z' uZx' fyxMl Z'jM xn{{M'3Zj' y| n' j' b' xn' -Il paradiso  
**della Regina Sibilla** @Svaz' Vhy{k| byZ' | I n' y{MnxXb Vln' XnV| k Zl {n' l M| xlyb{bn Z' y{nxMhSjM  
@UljjMfZl Z' XZyWt{M' k MlZxMVZy{xZk Mk Zl {Z' yZl y| NyZ' bybM Xn' b' AMll aR| yZx'XbH MI Zx<sup>a</sup>

1M{xXV%al Z' jnVYz' XZyWt' fZ' b' fZVZ' jM@UljjMVhk Z' | I M\_MIMU| nl S' b VMI{MxVZ' k MI nI '  
XZk nl bWNS' VbVhl XMlMxMMIVZjjZ' VaZ' yob' fZx(nl n' MUnjMVZ' Vhl ' b' b' fM' bWlqM {bXZjjZ' f' Vj' b'  
yn{{ny{M{b' | | MM\_NyMb MI{Z' jZ' ` Zl XM' jnVYz' VaZ' fZxZ' jM@UljjMlXbMIMVhl ' ` j' b' WlqM {bXb'  
† nj' \_mXnSMVZI {bXbXyuz{{n' l Z' bVhl \_xl {bXZjjZ' y| Z' MIVZjjZ' SyMMj' bVZ' | I Mub' ` b' KbyNyby| j'  
uNYZ<sup>a</sup>

**...la grotta**

*“là, sopra i gioghi dell'Appennin selvaggio,  
fra l'erte rupi una caverna appar:  
vegliano le sirene quel faraggio,  
fremono i canti e fanno delirar”*

Giulio Arisitide Sartorio, *nel suo poema drammatico Sibilla*, 192`



## Traccia del percorso

