



# AVVISO CICLOESCURSIONE CONSULTABILE ANCHE SU WWW.CAIAMATRICE.IT

DATA	<b>06 luglio 2014</b>						
LOCALITA' ITINERARIO	<b>ACCUMOLI-PANTANI-TERRACINO-ACCUMOLI</b>						
RITROVO PARTENZA	<b>7:00 sotto la Torre Civica di Amatrice</b>						
Quota inizio	Quota arrivo	Quota massima	Tempo percorrenza	Dislivello totale	Impegno fisico	Rientro	
880 m	880 m	1650 m	4,30 h	1120 m	35 km	Ore 16,30	
DIFFICOLTA'	<b>MC/MC</b>						
SPOSTAMENTI	Mezzo proprio fino ad ACCUMOLI (RI)						
EQUIPAGGIAMENTO	Abbigliamento tecnico idoneo da ciclo escursione, parapigioggia, casco obbligatorio, scorte acqua e cibo, kit riparazione guasti e forature, verificate sempre la bici prima di partire. <b>Si raccomanda buona scorta di acqua</b>						
DESCRIZIONE ITINERARIO	<p>Si parte dalla piazza di Accumoli davanti la caserma dei Carabinieri. Attraversando la cittadina possiamo ammirare gli antichi palazzi tra cui "Palazzo Cappello", "Palazzo del Podestà". Si prosegue verso il santuario "Madonna delle Coste" in direzione dei Pantani (m 1588) attraverso l'antico tracciato che dalla Madonna delle Coste sale verso i monti. Dopo diverse ore di ripida salita brecciata e sterrata, i Pantani appariranno, quasi all'improvviso, come un lembo di paradiso, ricco di prati, faggi secolari e laghetti carsici, ai confini tra Umbria, Marche e Lazio. Queste sono zone tutelate SIC (Siti Interesse Comunitario) e ZPS (Zone Protezione Speciale). A nord possiamo ammirare il Vettore (m 2.478), re dei Sibillini, ad est la corona della Laga, ispida di picchi, più lontano il Gran Sasso e la Maiella. Nelle calde e tranquille giornate di luglio/agosto è possibile osservare l'arrossamento delle acque, dovuto alla presenza di un'alga euglena: un fenomeno davvero raro e spettacolare, che in Italia si verifica solo nel lago di Tovel (Trentino). Percorrendo una sterrata ed un piccolo tratto di single track puntiamo al "Rifugio Tosti" da cui in discesa attraverso verso lo "Scoglio pecorino" alla frazione di Terracino. Arrivati all'abitato di Terracino si percorre la provinciale che ci riporta in discesa ad Accumoli per la conclusione del percorso.</p>						
<p>L'itinerario può subire variazioni o cancellazioni su decisione del direttore di escursione.</p>							
<p>L'escursione è aperta a tutti i soci CAI che dovranno essere in regola con l'iscrizione dell'anno in corso: i <u>soci minorenni</u> per partecipare dovranno comunque essere <u>accompagnati da un adulto</u>.  I <u>non soci</u> CAI possono partecipare previa adesione da dare entro e non oltre le ore 17,00 del venerdì precedente l'escursione e versamento di € 5,00 per la copertura assicurativa presso "Gioielleria Bacigalupo" di Amatrice 0746.826468; Sezione CAI Amatrice 339.4731194, oppure tramite e-mail a : <a href="mailto:amatrice@cai.it">amatrice@cai.it</a> - <a href="mailto:segreteria@caiamatrice.it">segreteria@caiamatrice.it</a> entro il mercoledì precedente l'escursione; per aggiornamenti consultare anche il sito della Sezione <a href="http://www.caiamatrice.it">www.caiamatrice.it</a>  <b>Direttore di escursione: Luciano Mezzetti (338 3837789), Mauro Bondi (393 9328729) Virginio Santarelli (347 0948912)</b></p>							

Amatrice (RI) 955 mt. s.l.m. è dominata dalla dorsale appenninica dei Monti della Laga lunga circa 30 km comprendente 4 vette che superano i 2400 mt. di quota. La segnaletica è curata dalla Sezione CAI di Amatrice  
**Sezione CAI Amatrice P.zza Cavalieri di Vittorio Veneto 02012 Amatrice (RI)**