

ROADBOOK-PERCORSO 16

DA DECONTRA DI CARAMANICO A MACCHIE DI COCO

IL PARCO NAZIONALE DELLA MAIELLA

Il viaggio che stai per compiere ti porterà sulla Maiella che Plinio il Vecchio riteneva fosse il “Padre dei Monti” e che gli abruzzesi considerano la “Montagna Madre”.

Si tratta di un gruppo montuoso alto, imponente, impervio e selvaggio, patrimonio mondiale dei Parchi Nazionali. Con i suoi 2793 m. è il secondo massiccio degli Appennini continentali dopo il Gran Sasso. Costituito da quattro grandi individualità orografiche - la Maiella propriamente detta, massiccio calcareo ampio e compatto, il Morrone, il Porrara e i Monti Pizzi, è un Parco Nazionale che per posizione, asprezza, vastità, imponenza, rigore e mutevolezza climatica, può essere considerato unico nel suo genere, ricco di valli e di piani carsici che si interpongono tra le vette montane.

Francesco Petrarca nel *De vita solitaria* celebrò la spiritualità della Maiella e, per i suoi eremi costruiti all'interno di grotte e boschi, la definì *Domus Christi* (Casa di Cristo). Luogo di riti religiosi fin dalla preistoria, con il Cristianesimo e soprattutto durante il medioevo, la Maiella divenne sede di importanti monasteri benedettini. Numerose sono le grotte in cui nel corso dei secoli si avvicendarono storie di uomini, di santi o di semplici devoti. Tra questi spicca la figura di Pietro da Morrone che visse da eremita tra questi monti, edificò eremi e fondò l'ordine monastico dei Celestini, fino a quando, nel 1294, i messi papali gli annunciarono l'elezione al soglio pontificio.

INDICAZIONI SULLE VACANZE AUTOGUIDATE

I percorsi senza l'ausilio di una guida richiedono grande capacità di adattamento.

E' importante saper leggere le mappe e avere un buon senso di orientamento o essere disponibile a lavorare per migliorarlo. In questo tipo di viaggio perdere la strada, cercare quella giusta e chiedere informazioni agli abitanti del posto, costituisce parte integrante dell'avventura. Se è la prima volta che sperimenti l'esperienza di un itinerario autoguidato potresti inizialmente percepire una sensazione di “spaesamento” e disagio; in questo caso considera che quella stessa sensazione è stata percepita da molte altre persone prima di te: si tratta di un breve momento che potrai superare appieno, così da goderti un'esperienza ricca e appagante.

Se scegli di fare un cammino a piedi autoguidato, devi imparare ad accettare l'esistenza di un livello *certo* di imprevisto, ma è proprio questa la motivazione per la quale molte persone amano questo modo di viaggiare. La sensazione di libertà che potrai assaporare è un'emozione che, una volta provata, cercherai di replicare nuovamente.

RACCOMANDAZIONI (PREVISIONI DEL TEMPO, CALDO)

Prima di incamminarti per il trekking giornaliero, ricordati di controllare sempre le previsioni del tempo. Soprattutto nelle zone di montagna le condizioni climatiche possono cambiare in maniera improvvisa. Quando è molto caldo, fai attenzione al rischio di disidratazione, per questa ragione ti consigliamo di bere almeno 1,5 – 2 lt di acqua al giorno.

LIVELLO DI DIFFICOLTÀ TECNICA DEL TOUR

Livello 1/5: Escursioni brevi con passeggiate generalmente di 2-4 ore (escluse le pause) e/o escursioni giornaliere opzionali; percorso su terreno pianeggiante o leggermente collinare su sentieri ben tenuti e segnati. Non richiedono particolari conoscenze tecniche o preparazione fisica alla camminata.

HIGHLIGHTS DEL VIAGGIO

- Scenari mozzafiato, spazi aperti e selvaggi, picchi frastagliati, verdi e sinuose praterie
- Ambienti ricchi di una rilevante biodiversità floristica e faunistica
- Calorosa accoglienza e ospitalità locale
- Piatti e specialità della tradizione enogastronomica del territorio

PAESI DA VISITARE

CARAMANICO TERME (PE)

Piccolo e incantevole borgo medievale di circa 2000 abitanti, immerso nel Parco Nazionale della Maiella a 650 m. s.l.m. La storia di Caramanico è da sempre legata alle preziose sorgenti sulfuree e oligominerali, che fin dall'antichità rendono questo paese uno dei più importanti e rinomati centri termali in Abruzzo. Tra i luoghi d'interesse la chiesa romanica di San Tommaso Apostolo, la splendida chiesa gotica di Santa Maria Maggiore e i vicini eremi di San Giovanni all'Orfento e Sant'Onofrio.

Ristoranti consigliati:

La tana del lupo, Contrada Scagnano 19. Tel. 085928196. Prezzo medio € 25/30

Le Regard, Via S. Croce. Tel. 0859239507. Prezzo medio € 35/40

Locanda del Barone, Contrada Case del Barone 1. Tel. 08592584/3405104509 Prezzo medio € 25/

PROGRAMMA GIORNALIERO

L'attacco del sentiero si trova a Decontra di Caramanico, poco distante dal borgo di Caramanico Terme. Per godere appieno della giornata, vi consigliamo di mettervi in cammino non troppo tardi al mattino, specialmente se la giornata si preannuncia calda. Lungo l'itinerario sono presenti fontane per fare rifornimento di acqua.








Lungo il percorso potete visitare l'eremo di San Bartolomeo in Legio, autentico capolavoro architettonico completamente incastonato in uno sperone roccioso lungo circa 50 metri.

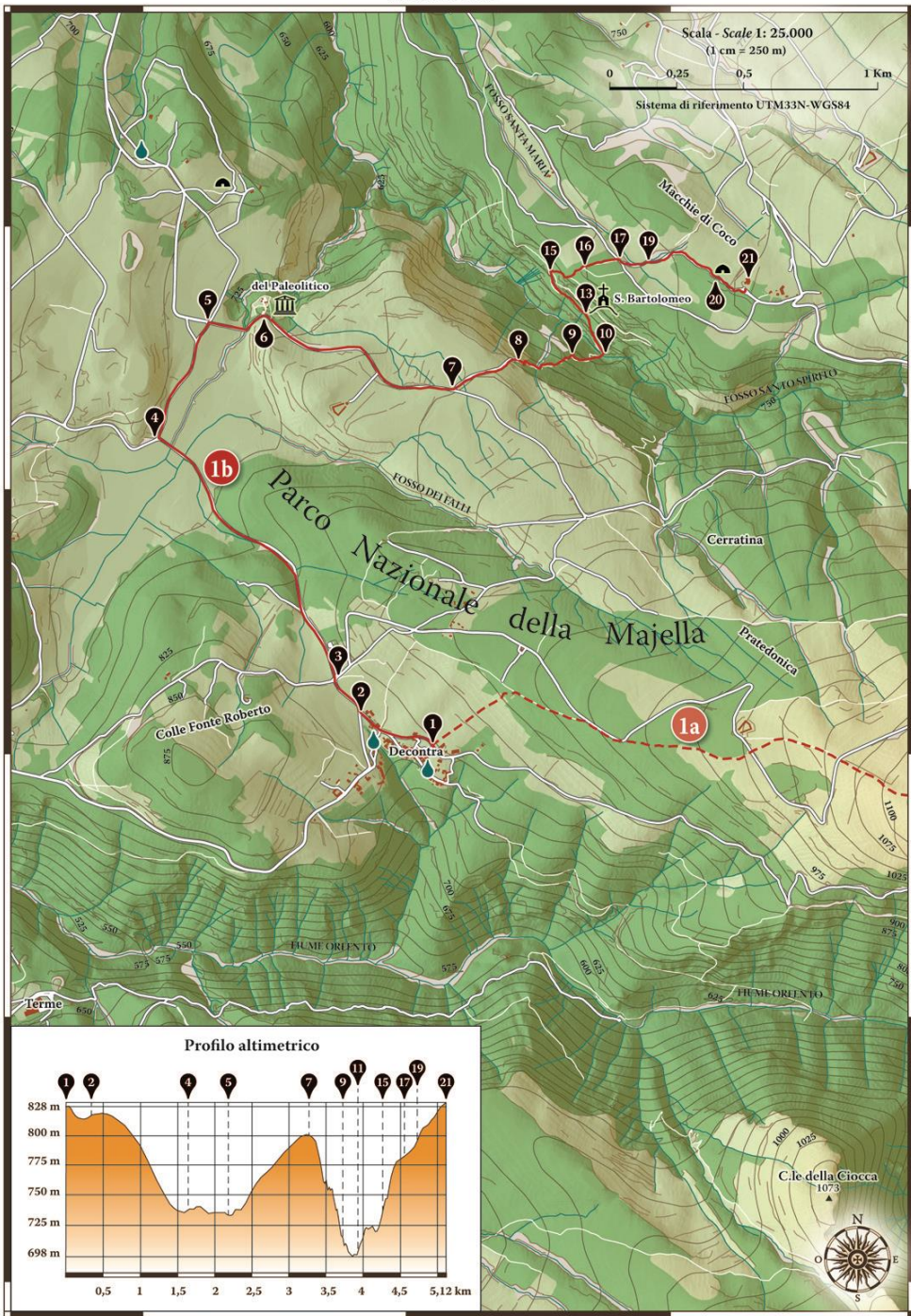
L'eremo, posto a 600 metri fu edificato dopo il 1250 dall'eremita Pietro da Morrone, futuro papa Celestino V, sulle rovine di una precedente costruzione. Il Santo vi si stabilì insieme ad alcuni seguaci intorno al 1274 e vi rimase per almeno due anni.

Il percorso termina in località Macchie di Coco nei pressi di un parcheggio dove si trova la scuola di roccia.

Info

GIORNO 2

 km =	Km di cammino	5,1
 =	Durata del Percorso	3h 30' (incluse pause)
 =	Dislivello in salita	222 m
 =	Dislivello in discesa	228 m
 =	Massima altitudine	828 m
 =	Segnaletica presente	Parco della Maiella
 =	Difficoltà tecnica	1/5



CARAMANICO T.