

## ROADBOOK-PERCORSO 9

### DA PASSO LANCIANO A PIANA DELLE MELE

#### 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, imponentza, 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 3/5: Escursioni moderate, 4-5 ore al giorno (escluse le pause) in aree montuose, su sentieri ben tenuti e segnalati, a volte ripidi con dislivelli tra i 500 e i 1000 metri. Richiedono una buona conoscenza dell'ambiente montano e una buona preparazione fisica alla camminata. E' necessaria inoltre una buona sicurezza nel passo e un buon equilibrio.

#### 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

GUARDIAGRELE (CH)

Incantevole borgo inerpicato su un colle di fronte alla Maiella, a 577 metri di altitudine, che conta 10.000 abitanti.

Il paese si contraddistingue per una caratteristica architettura in pietra, pittoreschi scorci e un panorama mozzafiato sulla "Montagna Madre". Di antichissima origine, si hanno notizie del borgo a partire dal 101 d.C..

Fortificata da Belisario e in seguito decorata da Narsete, passò agli Orsini per essere poi riconquistata dagli Sforza e convertita a fortezza nella guerra contro gli Aragonesi. In epoca medievale Guardiagrele divenne importante borgo di fonditori di campane, maestri del ferro battuto e orafi. Di questi ultimi, il più illustre fu Nicola di Andrea Gallucci ovvero Nicola di Guardiagrele, allievo, a Firenze, di Lorenzo Ghiberti. L'artigianato del ferro e dell'oro è tuttora presente in città. In seguito la occuparono i francesi che, nel 1799, la rasero al suolo.

Imperdibile una visita nel cuore del borgo antico per ammirare la splendida facciata gotica della chiesa di Santa Maria Maggiore e assaggiare il dolce simbolo della città, conosciuto come "sise delle monache" o "tre monti": tre ciuffi di soffice pan di spagna, che ricordano la forma della montagna, farciti di deliziosa crema pasticciera.

Ristoranti consigliati:

**Grotta dei Raselli**, Via Raselli – Loc. Comino – Tel. 0871/83354 – prezzi € 40,00 vini esclusi;

**Santa Chiara**, Via Roma, 10 – Tel. 0871/801139 – prezzi € 30,00 vini esclusi;

**Villa Maiella**, Via Sette Dolori, 30 – Tel. 0871/809319 - prezzi € 40,00 vini esclusi;

## PROGRAMMA GIORNALIERO

L'attacco del sentiero si trova in località Passo Lanciano nel comune di Pretoro, comprensorio sciistico che si sviluppa all'estremità settentrionale del crinale principale della Majella e offre fantastici panorami. 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. Il percorso termina in Località Piana delle Mele, distante circa 6 km dal centro della cittadina di Guardiagrele.

**Info**

GIORNO 2

km =	Km di cammino	10,7
 =	Durata del Percorso	4h (incluse pause)
 =	Dislivello in salita	488 m
 =	Dislivello in discesa	848 m
 =	Massima altitudine	1818 m
 =	Segnaletica presente	Parco della Maiella
 =	Difficoltà tecnica	3/5



