



Club Alpino
Italiano

20
23

Programma annuale Sezione
SAN BENEDETTO DEL TRONTO

Il cammino dei borghi silenti

IN BICICLETTA

Pedalando tra i Monti Amerini (TR) - Umbria

16-18 Giugno 2023

Si tratta di un **percorso ad anello** che si snoda sulle pendici settentrionali dei Monti Amerini, nell'Umbria sud-occidentale, lontano dalle grandi mete turistiche affollate. È suddiviso in **due tappe**.



Il percorso in bicicletta del Cammino dei Borghi Silenti è fattibile esclusivamente con una **mountain bike** o **gravel**, visto che alcuni tratti sono su sentieri sassosi e accidentati; l'itinerario ricalca per l'80% quello a piedi, tranne alcuni inevitabili punti nei quali neanche la mountain bike può accedervi.

PARTENZA:	venerdì 16 giugno 2023
RITROVO:	ore 15:30 presso parcheggio Tonic – Porto d'Ascoli
Viaggio	Con auto proprie
DURATA percorso in bici:	2 giorni (da sabato mattina 17 a domenica pomeriggio 18 giugno 2023)
ACCOMPAGNATORI:	<ul style="list-style-type: none"> • Marzia Palestini tel. 3474090872 (marzia.palestini@gmail.com) • Paolo Schiavi
Alloggio	2 notti (venerdì e sabato sera) in alloggi comunali e donativi <i>NB: necessario portare sacco letto e asciugamano</i>



Club Alpino Italiano

2023



Programma annuale Sezione SAN BENEDETTO DEL TRONTO

Le cime dei monti sono per lo più arrotondate e coperte di prati, l'elevazione massima è il **Monte Croce di Serra** a quota **996 metri s.l.m.**, da cui la vista spazia su gran parte dell'Italia centrale, dalla Toscana alla Toscana meridionale a occidente, fino all'intera Umbria, ai monti Sibillini, il Gran Sasso e al Terminillo a oriente.

IL CAMMINO DEI BORGHI SILENTI

Il Cammino dei Borghi Silenti è un connubio tra natura, storia, paesaggi mozzafiato e sapori antichi.

Un viaggio attraverso i magnifici monti Amerini, compreso nei comuni di Montecchio, Guardea, Avigliano Umbro e Baschi.

Nel silenzio senza tempo dei borghi medievali, tra i ruderi di antiche fornaci di epoca romana, necropoli millenarie, castelli misteriosi ed eremi solitari, il cammino diviene un'esperienza a tutto tondo per conoscere uno dei luoghi più affascinanti dell'Umbria.

Comuni: MONTECCHIO, GUARDEA, AVIGLIANO UMBRO, BASCHI, TENAGLIE, COCCIANO, SANTA RESTITUTA, TENUTA DEI CICLAMINI, TOSCOLANO, MELEZZOLE, MORRE, COLLELUNGO, MORRUZZE, SCOPPIETO, ACQUALORETO, SALVIANO, CIVITELLA DEL LAGO, CERRETO.

Provincia di Terni

QR Code www.camminodeiborghisilenti.it @camminodeiborghisilenti @CSilenti YouTube

Programma:

<p style="text-align: center;">Ven. 16 giugno</p> <p>Trasferimento in auto proprie da S. Benedetto del Tronto al borgo di Civitella del lago (230 km circa) per raggiungere il gruppo di escursionisti a piedi, con il quale faremo cena e pernottamento insieme.</p>	<p style="text-align: center;">Sab. 17 giugno</p> <p>Ore 08:30 - Trasferimento in auto a Tenaglie. Qui si lasciano le auto e si parte in bici.</p> <p>Prima tappa TENAGLIE – MORRE/COLLELUNGO/ACQUALORETO KM: 35-40 DISLIVELLO: Salita 1075 m – Discesa 980 m DIFFICOLTÀ: media FONDO: 75 % Sterrato 25% Asfalto</p> <p>Pernottamento e cena ad Acqualoreto.</p>
<p style="text-align: center;">Dom. 18 giugno</p> <p>Seconda tappa ACQUALORETO – TENAGLIE KM: 43,6 DISLIVELLO: Salita 1179 m – Discesa 1283 m DIFFICOLTÀ: media/difficile FONDO: 55 % Sterrato 45% Asfalto</p>	



Norme di Partecipazione

1) ISCRIZIONE:

- massimo 5 partecipanti
- la richiesta di partecipazione va effettuata comunicando nome, cognome e recapito telefonico agli accompagnatori entro Venerdì 19 maggio 2023 tramite Telegram, e-mail o telefono.

2) QUOTA DI PARTECIPAZIONE: € 70,00 (settanta/00)

- la quota comprende: tutti gli alloggi e le credenziali
- la quota non comprende:
 - tutti i pasti,
 - per coloro che non sono soci CAI il costo dell'assicurazione infortuni in attività sociale, che è pari a € 7,50 al giorno/persona al quale si aggiunge quello del soccorso alpino che è di € 8,10 compless./persona.

3) INCONTRO INFORMATIVO

Venerdì 19/05/2023, ore 21:30, c/o la Sede CAI di San Benedetto del Tronto sita all'interno dell'ex Cinema delle Palme, Via A. Gramsci n.16, si terrà un incontro informativo necessario a svolgere le seguenti attività: conoscenza dei partecipanti, presentazione del percorso a cura degli accompagnatori, descrizione dei servizi di accoglienza.

NOTE TECNICHE	<p>a) È obbligatorio l'uso dei guanti e del casco che deve essere mantenuto correttamente posizionato e allacciato per l'intera durata dell'escursione, con la sola esclusione delle pause.</p> <p>b) Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività, alle previsioni meteo ed all'ambiente in cui ci si troverà e di avere con sé sufficienti scorte di acqua e cibo. È necessario disporre della dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multi uso, ecc).</p> <p>c) È indispensabile una preventiva verifica meccanica e messa a punto della bici.</p> <p>d) E' necessario avere borsa/e da viaggio al seguito per portarsi un cambio di vestiti, il sacco-lenzuolo, l'asciugamano.</p>
--------------------------	--

L'attività escursionistica è un'attività che presenta dei rischi e chi la pratica se ne assume la piena responsabilità.

Le Scuole e le Commissioni del CAI adottano tutte le misure precauzionali affinché nei vari ambienti si operi con il maggior grado di sicurezza possibile, ma comunque il rischio è sempre presente e mai azzerabile.