



Club Alpino Italiano
sez. di San Benedetto del Tronto



CICLO
ESCURSIONISMO



Anello passando per il Lago di San Ruffino

Sabato 13 giugno 2026



Lunghezza

22,42 km



Dislivello

Salita: 733 m
Discesa: 731 m



Durata

3:30 ore
(circa, soste escluse)



Difficoltà

MC/MC



Appuntamento

8:30

Amandola - Piazza
Risorgimento



Accompagnatori
Organizzatori

Marzia Palestini - 347 4090872
Dino Recchi - 328 7180755



Club Alpino Italiano

sez. di San Benedetto del Tronto



Norme di Partecipazione e Iscrizione

Per partecipare bisogna essere in buone condizioni fisiche e attrezzati per una ciclo-escursione in mountain bike. Gli accompagnatori si riservano di modificare il percorso in base alle condizioni del tracciato e dei partecipanti. È **OBBLIGATORIO** l'uso dei **guanti** e del **casco** che deve essere mantenuto correttamente posizionato e allacciato per l'intera durata della ciclo-escursione, con la sola esclusione delle pause. Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività, alle previsioni meteo e 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 multiuso, ecc.). È indispensabile una **preventiva verifica meccanica e messa a punto della bici**.

Per l'iscrizione è OBBLIGATORIA la prenotazione, che deve essere effettuata comunicando nome, cognome e recapito telefonico all'accompagnatore entro **VENERDÌ 12 giugno** tramite Whatsapp, Telegram, SMS, telefonicamente, o presentandosi in sede nell'orario di apertura. L'accettazione dell'iscrizione sarà comunicata in risposta alla richiesta di partecipazione. Le richieste sono accettate secondo l'ordine di ricezione. Gli accompagnatori si riservano di accettare solo le persone ritenute idonee.

Solo per i NON SOCI, occorre presentarsi in sede **VENERDÌ 12 giugno**, dalle ore 21:30 alle ore 23:00, per incontro conoscitivo con gli accompagnatori, e versamento della quota di **euro 13,00** per l'attivazione delle coperture assicurative.

Il partecipante è tenuto a rispettare il regolamento della commissione escursionismo, consultabile sul nostro sito. Gli accompagnatori si riservano di escludere gli escursionisti non adeguatamente equipaggiati e/o non rispettosi del regolamento.

Al termine dell'escursione valuteremo al momento la possibilità di pranzare insieme.

L'attività ciclo 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.



Descrizione del percorso

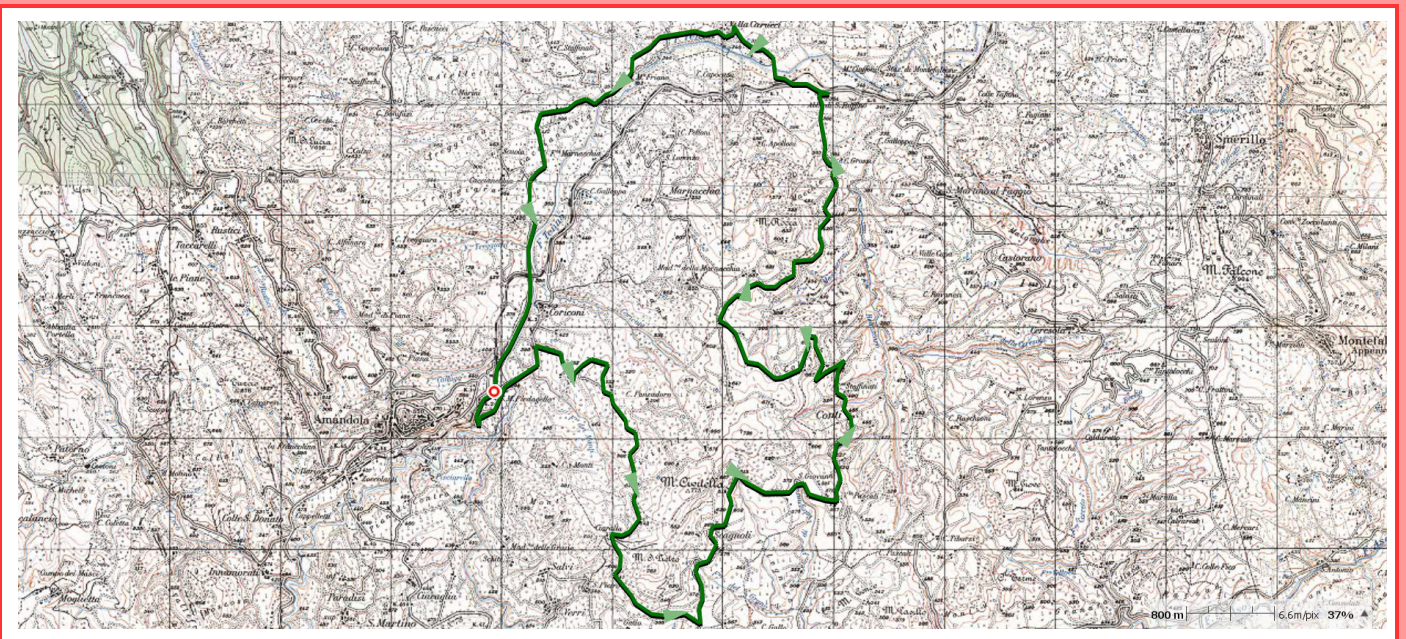
Questo itinerario in mountain bike attraversa le colline ai piedi dei Monti Sibillini e la media **valle del Tenna**. Si articola su strade bianche e sterrate, con tratti di asfalto e alcuni strappi impegnativi.

Si parte dal **centro di Amandola (FM)** e ci si dirige verso est scendendo dolcemente. Un tratto iniziale su strada brecciata porta nei pressi della suggestiva **Chiesa di Santa Maria Piè d'Agello**, immersa nella quiete rurale.

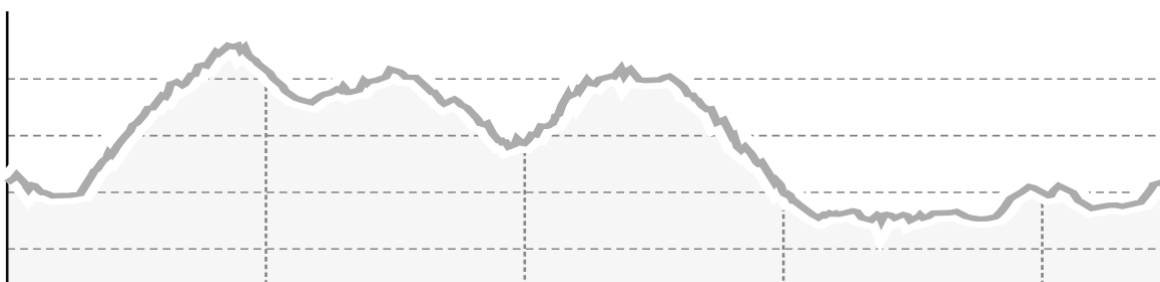
Dalla chiesa si scende verso il greto del **fiume Tenna**. La traccia costeggia il corso d'acqua fino a intersecare la strada che porta allo specchio d'acqua del **Lago di San Ruffino**, un'area naturalistica molto suggestiva con una splendida vista sui monti circostanti.

Seguendo le sponde del lago, si arriva all'omonima **Abbazia dei Santi Ruffino e Vitale**, un antico complesso monastico che merita una sosta culturale.

Superata l'abbazia inizia la parte più movimentata dell'itinerario, che richiede un buon allenamento. Si affronta una salita che risale la collina passando per **Località Conti**, pedalando tra boschetti e campi coltivati. Il percorso prosegue con continui saliscendi fino a raggiungere **Località Valegnara**, un piccolo borgo panoramico da cui si domina l'intera vallata. Da qui, dopo un'emozionante e divertente **discesa, da fare con la MASSIMA ATTENZIONE**, si rientra ad Amandola per chiudere l'anello.



Profilo altimetrico





Via A.Gramsci, 16
San Benedetto del Tronto
(ex Cinema delle Palme)



Apertura Invernale
VENERDÌ, dalle 18:30 alle 20:00

Apertura Estiva
VENERDÌ, dalle 21:30 alle 23:00



www.caisanbenedettodeltronto.it
info@caisanbenedettodeltronto.it