heartrek

IN CAMMINO SULLE
(ALTE) VIE DELLO SPIRITO

a cura di ODISSEO

Speciale **Pasqua 2018**

PROGRAMMA DELLE ESCURSIONI/VISITE

Venerdì 30 Marzo. Partenza libera dalle varie località con percorrenza della A 24 dei Parchi fino all'uscita di Aquila Est e da qui, con la S.S. 17 dell'Appennino Abruzzese, raggiungere in breve Poggio Picenze. All'arrivo in albergo, sistemazione in camera e, intorno alle 20:00, cena conviviale.

Sabato 31 Marzo. GROTTE DI STIFFE-BOMINACO. La prima giornata contempla la suggestiva visita guidata delle Grotte di Stiffe, complesso di cavità carsiche percorse da un torrente sotterraneo che qui e là riaffiora con straordinari salti d'acqua, cascate e laghi in un contesto caratterizzato da fantasiose concrezioni (stalattiti e stalagmiti) in perenne modellamento. Intorno alle 11:30 ci si dirige verso Bominaco dove, per cominciare, sarà possibile apprezzare la grazia del complesso romanico (VIII secolo) formato dalla Chiesa di Santa Maria Assunta e dall'Oratorio di San Pellegrino. La prima, con una struttura triabsidata e tre navate interne, di cui la centrale è abbellita da un ambone duecentesco riccamente fregiato e sorretto da colonnine con capitelli corinzi. Il secondo, con le pareti interne interamente ricoperte da un pregevole e ben conservato ciclo di affreschi: Vita e Passione di Gesù, Giudizio Universale, storie di san Pellegrino, ecc. Dopo la pausa-pranzo è la volta delle rovine del locale castello (XIII-XIV secolo) e, tramite una piacevole camminata d'un paio d'ore a/r, dell'eremo di San Michele o di san Tussio, il santo-eremita aquilano del IX secolo che vi dimorò. Sulla via del rientro si approfitterà per una breve sosta al sito archeologico di *Peltuinum*, antico centro dei Vestini ricostruito dai romani (I sec. a.C.) e riportato in luce negli ultimi anni.

Domenica 1 Aprile. ROCCA CALASCIO-SANTO STEFANO DI SESSANIO. La giornata festiva si apre con un bellissimo trekking leggero lungo il sentiero-natura che da Santo Stefano di Sessanio (1.250 m/slm) conduce in poco più di un'ora alla Rocca Calascio (1.450 m/slm). Qui è obbligatoria una opportuna e sufficiente sosta per visitare non solo la Rocca (nota ai più in quanto set dei film "Lady Hawk" e "Il Nome della Rosa"), un fortilizio normanno del IX secolo poi riadattato, grazie alla posizione privilegiata, a torre di avvistamento e uno dei castelli più elevati d'Europa da cui si può godere dell'eccezionale vista sul Gran Sasso, la valle del Tirino e l'altopiano di Navelli; ma anche l'adiacente borgo abbandonato e la cinquecentesca chiesetta di Santa Maria della Pietà, posta in prossimità dell'ippovia per Campo Imperatore. Dopodiché si riprende il sentiero, stavolta in discesa, che in circa 30 minuti porta a Calascio (1.210 m/slm), un paesino con pochi, sparuti abitanti. Dopo la pausa-pranzo, mediante un bus di linea si farà ritorno a Santo Stefano di Sessanio che - va evidenziato - è assolutamente meritevole di un lungo ed approfondito giro. Si tratta infatti di un borgo medievale di matrice medicea (come testimoniano gli stemmi gigliati ancora presenti nelle vecchie porte d'accesso) riportato all'antico splendore dal proditorio intervento conservativo della stessa comunità ed è superfluo aggiungere che tra vicoli, claustri e stradine si respira l'aria, si percepisce l'atmosfera dell'avito tempo medievale.

Lunedì 2 Aprile. MADONNA D'APPARI-BASILICA DI COLLEMAGGIO. La mattinata dell'ultimo giorno non può trascurare la visita di altre due "meraviglie" del romanico d'Abruzzo. L'una, a Paganica, la chiesa-romitorio della Madonna d'Appari (XIV secolo) che, a dispetto della facciata piuttosto anonima e della posizione precaria (stretta e arroccata in una gola del torrente Rajale), consta di un'aula interna completamente affrescata con episodi del Vecchio e del Nuovo Testamento. L'altra, a L'Aquila, la basilica celestina di Santa Maria di Collemaggio (XIII secolo), riaperta lo scorso anno al pubblico dopo il lungo e laborioso restauro delle ferite causate dal terremoto del 2009. La basilica di Collemaggio, considerata la più alta espressione dell'architettura abruzzese, si avvale di una spettacolare facciata bicromatica (conci bianchi e rossi) in cui, al centro si stagliano il goticheggiante rosone principale e, poco in basso, la bellissima "porta santa" (poiché legata alla *Perdonanza Celestina*) con lunetta affrescata, affiancata da un torrione a pianta ottagonale, probabile basamento d'un originario campanile. L'interno, trinavato e con copertura lignea, si ispira agli schemi rigorosamente semplici del romanico, sebbene arricchiti o, a mio avviso, esaltati da una pregevole pavimentazione lapidea che ripropone verosimilmente il medesimo gioco cromatico della facciata. Intorno alle 13:00-13:30 si è liberi di riprendere la vicina Autostrada per il rientro alle proprie destinazioni.

N.B. Fermo restando l'obbligo di effettuare tutte le escursioni/visite, ad esclusiva discrezione della guida il programma è suscettibile di variazioni per eventi imprevedibili o cause di forza maggiore (avverse condizioni meteo, eventuale inaccessibilità a qualche sito, ecc.).

DATI TECNICI/GENERALI

DISLIVELLO MAX: 200 metri;

DIFFICOLTÀ: pressoché nessuna ed alla portata di tutti;

EQUIPAGGIAMENTO SUGGERITO: abbigliamento sportivo o tecnico da trekking primaverile, scarponcini, walking-foot da città, copricapo, giacca a vento, k-way, pull o maglioncino per la sera (si soggiorna a 756 m/slm), eventuali bastoni telescopici, zainetto, borraccia, torcia e fotocamera;

SISTEMAZIONE: presso l'Hotel OSTERIA DELLA POSTA (www.**osteriadellaposta**.com) di Poggio Picenze, deliziosa location a **3*** dal vago sapore agrituristico dotata di 26 confortevoli camere con vista sulle vette del Velino-Sirente, in trattamento di **mezza pensione** (breakfast mattutino a buffet e cena serale con menù rigorosamente tipico e bevande incluse) + **colazione al sacco** di metà giornata.

DURATA E PERIODO DI EFFETTUAZIONE: **4** gg. (3 notti), dal **30 Marzo** al **2 Aprile 2018**;

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE: **280,00** (in camera matrimoniale o doppia) e **310,00 Euro** (in camera doppia uso singola) comprensiva di organizzazione generale, accompagnamento/guida quotidiano, soggiorno in H/B ed il biglietto d'accesso alle GROTTE DI STIFFE. Restano ovviamente escluse tutte le eventuali spese-extra;

CHECK-IN: nel pomeriggio (dalle 15:30) di Venerdì 30 Marzo 2018;

CHECK-OUT: nella mattina (8:30-9:00) di Lunedì 2 Aprile 2018;

STANDARD GIORNALIERO: a partire dalle **7:30** prima colazione, alle **8:30** rendez-vous con la guida, dalle **13:00** alle **14:30** breve sosta per pasto leggero/veloce, alle **18:00-18:30** rientro in hotel e intorno alle **20:00** pranzo serale;

LOGISTICA: gli spostamenti giornalieri verranno effettuati con le proprie auto, ovviamente razionalizzando al meglio i posti a disposizione;

PER ADERIRE/PRENOTARE: va necessariamente inviata una email a odisseo@heartrek.it specificando nominativo/i, numero dei partecipanti, tipologia della camera prescelta, provenienza e recapito telefonico personale, **entro,** e non oltre, **il 4 Marzo 2018** allegando l'attestato del versamento della quota di partecipazione per persona mediante bonifico (IBAN: IT04J0760103200000005875886) a favore di SALVATORE DI MARZO c/o BancoPosta Roma-Centro;

PER ULTERIORI INFORMAZIONI E/O APPROFONDIMENTI: chiamare ODISSEO al **338 9642361** (12/24) oppure visitare l'apposita pagina web www.**heartrek**.it/speciale-pasqua-abruzzo