

ALTA VALLE ATERNO

Zona: Alta Valle Aterno
Cartografia: IGM 139-I, 139-II 1:25000
Partenza: Arischia
Come arrivare: da L'Aquila si percorre la S.s. 80 in direzione Teramo.

Bellezza: ★★★

Difficoltà: ⚙️⚙️⚙️

Periodo consigliato: ☀️ ❄️ 🌧️

Lunghezza: 41 km

Ciclabilità: 100%

Sterrato: 57%

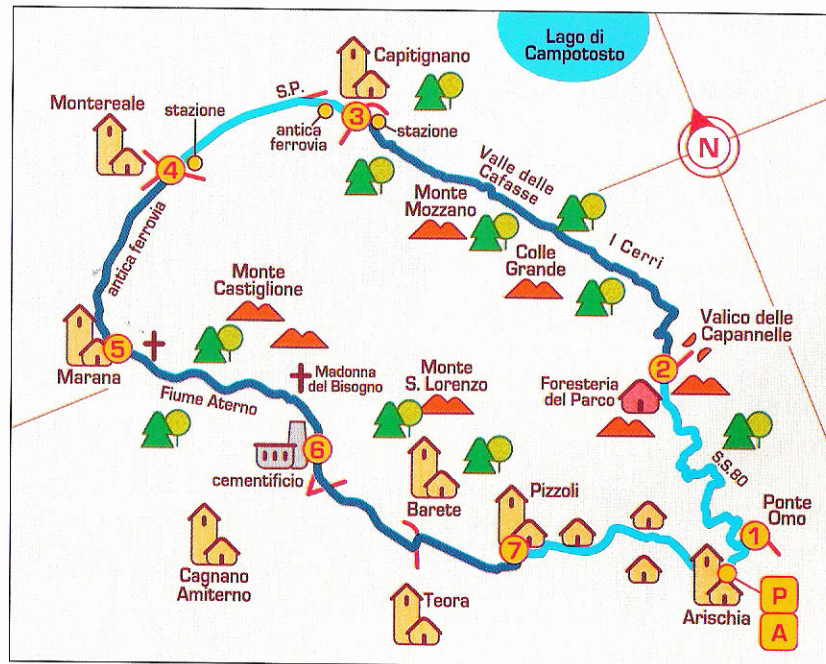
Altezza massima: 1289 m

Dislivello in salita: 944 m

Tempo di percorrenza: 3,5 h



Note: l'itinerario raggiunge, con una salita considerata "classica" dai ciclisti abituali, il valico delle Capannelle, per poi ridiscendere nella valle, dove è suggestivo ripercorrere l'antico tracciato ferroviario che collegava Capitignano a L'Aquila.



Percorsi circa 3 km di strada sterrata, girate a sinistra su asfalto lasciando le indicazioni per Teora, e prima dell'incrocio con la strada provinciale, imboccate a destra una carrarecchia. Dopo circa 3 km si arriva all'abitato di Pizzoli (7); superata la piazza seguire le indicazioni per Marruci e successivamente per Arischia, concludendo così l'anello.



In discesa verso Capitignano.

Dalla piazza di Arischia si risale il paese imboccando Via della Chiesa. Percorsi circa 100 m proseguite per Via Castel dell'Uovo che conduce fuori dall'abitato. Continuando a salire, si costeggiano delle baracche e si passa poi su sterrato fino a prendere la S.s. 80 all'altezza del Ponte Omo (1). Percorrete la statale in salita, in direzione del Passo delle Capannelle, per circa 6 km. Superata una casa cantoniera (adibita a foresteria del Parco del Gran Sasso e Monti della Laga), prendete la sterrata visibile sulla sinistra (2), l'ippovia che ridiscende la Valle delle Cafasse in direzione di Capitignano, per circa 7 km.

Una ripida discesa conduce fuori dal bosco e dopo circa 1 km arrivate all'abitato, in prossimità della ferrovia che un tempo collegava L'Aquila con Capitignano e che ora risulta in parte asfaltata (3).

Si imbecca Via della Ferrovia e, seguendo l'antico tracciato ferroviario, si esce dal paese. All'incrocio con la Strada Provinciale girate a sinistra e proseguite per circa 3 km, fino alla successiva stazione ferroviaria. Qui, superata la stazione, subito prima del bivio per Marana e Montereale, imboccate a sinistra (4) (km 21) una sterrata in prossimità di un ponticello, riprendendo così il tracciato della vecchia ferrovia.

Dopo 4 km arrivate all'abitato di Marana (5). Oltrepasate la piazza del paese e la farmacia, prendete subito a destra una sterrata che ridiscende la valle del fiume Aterno, fiancheggiando la S.s. 260 che dopo 3 km conduce al cementificio di Cagnano Amiterno (6). Arrivati al cementificio, si costeggia la recinzione mantenendola sulla destra, fino all'altezza dell'ingresso. Qui prendete la strada a sinistra e proseguite poi per Via A. Gramsci in direzione Teora di Barette.