



Club Alpino Italiano
Via delle Cisterne, 4
66054 Vasto (CH)
tel. 0873.610993 - mobile 351.5539370
www.caivasto.it - vasto@cai.it



“LA COSTA DEI TRABOCCHI”

Intersezionale Gruppo Cicloescursionismo CAI Foggia

domenica 25 Giugno 2023

<https://www.komoot.com/it-it/tour/1169612943?ref=wtd>

Referenti: ASC Marco Amerigo Maccarone tel. 3202927014, AC Marco Russo tel. 347 603 9822 (CAI Foggia)

Punto di Ritrovo: Trattoria-Pizzeria Laghi del Sole Contrada Termine, 31, 66021 Casalbordino (CH)

Tel. 335 572 0282 <https://goo.gl/maps/xxsU7rAFp7NKyvQ76>

Ora ritrovo/partenza: domenica 25 Giugno 2023 ore 7,45 / 8,00

Ora Rientro: Ore 12,30 circa presso

Punto di partenza/arrivo: Trattoria-Pizzeria Laghi del Sole Contrada Termine, 31, 66021 Casalbordino (CH)

Orario di partenza: 8:00

Lunghezza: circa 38,5 km circa

Tipo percorso: andata/ritorno

Tempo di percorrenza: 3,30 ore escluse le soste

Terreno: asfalto 35% sterrato 65%

Dislivello: ↗ 500 mt

Dislivello: ↘ 500 mt

Difficoltà: MC/MC

Quota min/max: 5/93 s.l.m.

Attrezzatura obbligatoria: casco protettivo

Attrezzatura consigliata: Zaino MTB, Scarpette da MTB, Giacca a vento impermeabile, Guanti, Occhiali, Crema solare, Pompa, Leve per copertone, Gonfia e ripara (non solo per le tubeless), 2 Camere d'aria di scorta, Ricambio completo, Barrette Energetiche, Miele o Integratori, Acqua. 2lt.

Iscrizione per i non soci:

modalità e costi: non soci € 12,00, previa iscrizione effettuata obbligatoriamente entro il venerdì antecedente all'escursione via email a segreteria@caifoggia.it o recandosi presso la sede CAI di Via G. Imperiale n. 50 (aperta il venerdì sera dalle ore 20.00). I non soci CAI possono iscriversi all'escursione esclusivamente recandosi in sede. Per partecipare alle iniziative, occorre consultare il Regolamento Escursioni, disponibile in sede o sul sito www.caifoggia.it;

Al termine del giro ci sarà la possibilità di pranzare presso la Trattoria-Pizzeria “Laghi del Sole”. Menù: antipasto, bruschette, rintrocilo, 10 arrosticini, contorno, ½ acqua, ¼ vino, caffè (€30);

Descrizione: Attraverseremo l'area protetta della **Riserva Naturale Regionale Di Punta Aderci**. Percorso dai panorami mozzafiato immerso nella natura a due passi dal mare ed in alcuni tratti praticamente sulla spiaggia. Per la tipologia del percorso è fisicamente poco impegnativa vista la quasi assenza di salite, mentre tecnicamente più impegnativa in quanto sono presenti dei piccoli tratti in single track che spostano la tipologia complessiva del percorso da TC a MC La Riserva va dalla **spiaggia di Punta Penna**, attigua al Porto di Vasto (Punta della Lotta), alla foce fiume Sinello (confine con il comune di Casalbordino). Da Punta Aderci

Per informazioni o iscrizioni potete raggiungerci presso la sede CAI tutti i venerdì dalle 18.30 alle 20.30, telefonare negli stessi orari al 0873 610993 - 351.5539370



Club Alpino Italiano
Via delle Cisterne, 4
66054 Vasto (CH)
tel. 0873.610993 - mobile 351.5539370
www.caivasto.it - vasto@cai.it



lo sguardo può spaziare sul Parco Nazionale della Maiella, del Gran Sasso - Laga e dei Sibillini: al tramonto, con buona visibilità, si può intravedere il Parco regionale del Conero.

Il Percorso: usciremo dal parcheggio della Riserva Naturale di Punta Aderci per imboccare la sterrata che condurrà al **promontorio di Punta Aderci** (26 m s.l.m.) fino a raggiungere l'ingresso del ex. tracciato ferroviario che sovrasta la lunga spiaggia di ciottoli di **Mottagrossa**. Percorreremo un panoramico percorso in quota (circa 20m s.l.m.) di circa 3 Km, che consente, di scoprire le pinete sul mare, valloni e tratti di macchia mediterranea. La Riserva termina alla foce del **fiume Sinello** poco oltre le caratteristiche arcate in mattoni che delimitavano il vecchio tracciato ferroviario; proseguendo inizia il **lungomare della città di Casalbordino** dove troveremo un punto di ristoro. Dopo aver percorso tutto il Lungomare si proseguirà lungo una sterrata che costeggia l'ex tracciato ferroviario fino ad entrare nel territorio di **Torino di Sangro in località Le Morge** dove riprenderemo la ciclovía "Costa dei Trabocchi" per raggiungere la località "**Punta Le Morge**" dove svoltando a sinistra proseguiremo per circa 7 Km su di una salita asfaltata che velocemente si trasformerà in una sterrata la quale ci condurrà all'interno della **riserva naturale regionale "Lecceta di Torino di Sangro"** qui attraverseremo un lussureggiante bosco di Lecci che ci porterà alla quota massima del percorso, circa 100mt s.l.m., dove poi si raggiungerà il punto informativo della Lecceta. Da qui si riprenderà la via del ritorno seguendo la stessa strada, tranne qualche deviazione per rendere il percorso un po' più articolato.

Conosciamo il territorio

Vasto: 42.000 abitanti, è posta su un'altura a 148 s.l.m., e si affaccia sul mare Adriatico, un panorama unico tra spiaggia e la scogliera. Città di origine antichissima pre-romana la prima popolazione che vi si stabilì furono tribù provenienti dalla Dalmazia. La leggenda narra che fu il famoso Diomede a dargli il nome di Histon, importante già nella notte dei tempi grazie all'approdo di Punta Penna e del golfo di Vasto, per i traffici marittimi. Dopo la guerra con Roma divenne Histonium e fu elevata alla dignità di Municipio Romano e durante l'età imperiale acquisì potenza e prestigio. In epoca post-imperiale la città non fu risparmiata dalle invasioni barbariche, tra cui un conquistatore franco, di nome Aymone, che eresse, sulle rovine dell'antica Histonium, un borgo fortificato, da lui chiamato Guasto d'Aymone, da cui deriva l'attuale nome, eresse il castello che fa bella mostra di sé nell'attuale piazza centrale. In seguito Vasto fu dominio dei D'Avalos, di origine spagnola, che vi trasferirono il fasto della corte iberica e innalzarono uno splendido palazzo: il Palazzo D'Avalos; la città, per la sua bellezza, fu chiamata "Atene degli Abruzzi". Il Palazzo D'Avalos fu distrutto dai Turchi del terribile Ali Pascià nel '500, ma subito ricostruito in forme rinascimentali; fu anche dimora di Vittoria Colonna. Al suo interno oggi si trovano il Museo Archeologico e la Pinacoteca. La città alta conserva molte testimonianze del suo passato; resti di ville Augustee e tracce di insediamenti medievali e in Via Adriatica furono scoperte le Terme, e due enormi cisterne ancora intatte situate al capo meridionale della Loggia Amblingh. Tra i personaggi illustri cui la città Del Vasto diede i natali, ricordiamo Lucio Valerio Pudente che a soli tredici anni, incoronato poeta dal grande imperatore romano Traiano. In epoca successiva ricordiamo Gabriele Rossetti, il poeta e patriota che con i suoi versi, infiammò il Risorgimento e fu condannato a morte e fuggì esule a Londra, il pittore Filippo Palizzi le cui opere sono esposte nei più importanti musei classici mondiali, di Vasto anche Raffaele Mattioli fondatore della Banca Commerciale Italiana e illustre mecenate il quale salvò le opere d'arte italiane dai saccheggi delle truppe tedesche in ritirata nella seconda guerra mondiale. Vasto è famosa come centro turistico soprattutto per la bellissima spiaggia del

Per informazioni o iscrizioni potete raggiungerci presso la sede CAI tutti i venerdì dalle 18.30 alle 20.30, telefonare negli stessi orari al 0873 610993 - 351.5539370



Club Alpino Italiano

Via delle Cisterne, 4
66054 Vasto (CH)

tel. 0873.610993 - mobile 351.5539370

www.caivasto.it - vasto@cai.it



 CAI Vasto

suo golfo, che si può ammirare dall'alto del suo centro storico, la città offre numerosi locali e le strade del centro sono molto animate e soprattutto l'estate è meta di numerosi turisti che affollano il corso e le stradine del centro storico e si può godere delle bellezze dei palazzi storici e paesaggistiche. Frequenti anche eventi e spettacoli in piazza.

Cosa si potrà vedere durante il percorso:

Faro di Punta Penna, con i suoi **70 metri** di altezza, è il secondo faro più alto d'Italia dopo la Lanterna di Genova. Si trova su un promontorio presso il porto di Vasto. Venne scelta questa località perché importante sotto il profilo strategico, un vero e proprio porto naturale, il più importante tra Ancona e Bari. Costruito nel 1906, ma la struttura oggi visibile è una ricostruzione poiché nel 1944 l'esercito tedesco in ritirata distrusse in parte il vecchio faro. Oggi si presenta come una costruzione in muratura a forma di torre alla base vi è una costruzione di due piani in cui sono rimessi gli alloggi per le famiglie dei due responsabili che permanentemente si occupano del faro. Una scala a chiocciola di 307 scalini conduce alla sommità. Il promontorio su cui il faro è stato costruito vanta una delle più belle viste a strapiombo sul mare, in cui è possibile ammirare il panorama da Ortona al Gargano. Accanto al faro c'è una piccola chiesa con porticato, dedicata a **Santa Maria di Pennaluce**, costruita nel Quattrocento e ricostruita in forma romanica nel 1887 ha tutte le forme di un edificio di culto cattolico greco con pianta a croce greca, e due transetti che convergono in un unico corpo, con le braccia che si espandono all'esterno, decorate da piccoli rosoni, sopra il transetto vi è una cupola e un campanile, e un portico che la circonda sia da avanti che dai lati. Anch'essa è decorata da un rosone. La Chiesa ha dato origine in passato a numerose leggende che la avvolgono di fascino e mistero. Si narra che la statua della Madonna della Penna, dopo esser stata trafugata da pirati turchi, e ritrovata nel medesimo posto dove fu sottratta, mentre la nave dei pirati affondò. Nella seconda domenica di maggio viene celebrata una festa nella piccola Chiesa adiacente al faro, e si realizza una lunga processione di motopescherecci e barche.

Accanto al faro è sita una **torre di avvistamento** di epoca cinquecentesca, usata dai vastesi per difendersi dalle incursioni saracene. La torre è in perfetto stato di conservazione. Attualmente viene usata come installazione di radar per il controllo marittimo di competenza della Marina Militare.

Adiacente il porto di Punta Penna c'è la **spiaggia di Punta Penna** che rappresenta uno dei pochi tratti ancora selvaggi e liberi del litorale abruzzese. Si tratta di una splendida spiaggia di soffice sabbia dorata lunga chilometri, che presenta alle spalle delle formazioni dunali che, assieme a quelle della spiaggia di Vasto Marina, rappresentano uno degli habitat naturali meglio conservati di tutta la costa adriatica. Le dune sono coperte da vegetazione anche rara e popolate da animali come il gabbiano reale, il gabbianello ed il fratino.

Il mare è bellissimo, e cristallino con fondali digradanti e sabbiosi, ideale per fare il bagno, nuotare e praticare diversi sport acquatici. Le acque a Punta Penna sono così pulite che non è raro avvistare esemplari di tursiope e tartarughe di mare e di delfini.

Riserva Naturale Regionale Punta Aderci (o Punta d'Erce):

è un'area naturale protetta dell'Abruzzo, occupa un'area di 285 ettari (che arrivano a 400 con l'Area di protezione esterna) compresi interamente nel comune di Vasto. Si estende lungo la costa adriatica a Nord del porto di Vasto, fino ad arrivare alla foce del fiume Sinello, dove è possibile incontrare l'unico bosco di latifoglie della riserva. dall'alto del promontorio Punta Aderci (26m slm) caratterizza l'intera area offrendo una visuale a 360° su tutta la riserva, lo sguardo può spaziare sul Parco Nazionale della Majella e al tramonto in condizioni di buona visibilità sul Parco Nazionale del Gran Sasso. Dalla spiaggetta di Punta Aderci si prosegue per la lunga spiaggia di ciottoli di **Mottagrossa** fino alla foce del fiume **Sinello**, è uno dei tratti di costa più solitari e di difficile accesso dell'Adriatico centrale. Sovrastante la spiaggia di Mottagrossa si

Per informazioni o iscrizioni potete raggiungerci presso la sede CAI tutti i venerdì dalle 18.30 alle 20.30, telefonare negli stessi orari al 0873 610993 - 351.5539370



Club Alpino Italiano
Via delle Cisterne, 4
66054 Vasto (CH)
tel. 0873.610993 - mobile 351.5539370
www.caivasto.it - vasto@cai.it



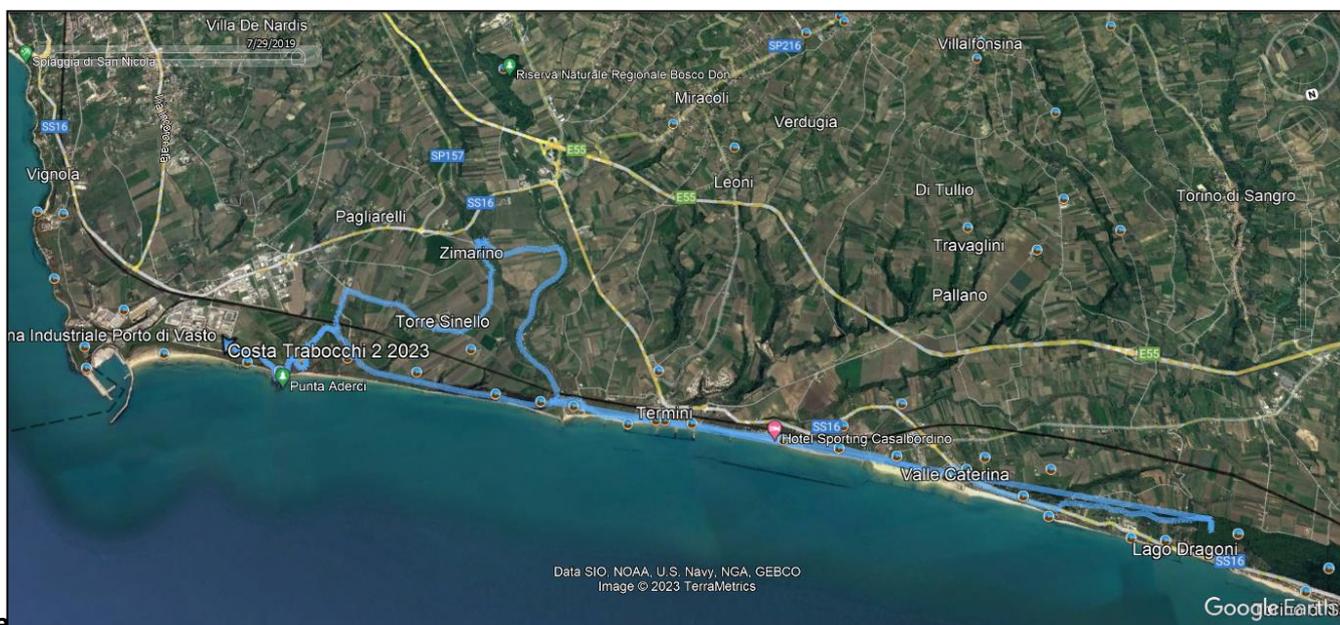
percorre un panoramico percorso (ex tracciato ferroviario) che consente, a piedi o in bike o a cavallo di scoprire le pinete sul mare, valloni e tratti di macchia mediterranea.

Torino di Sangro: 3.139 abitanti, sorge sulla dorsale di una collina di mt. 164 che va da oriente ad occidente, tra gli olivi del fiume Osento e dei torrenti Frainile e Ripari. Il paese domina da destra la bassa valle del fiume Sangro. Le origini del nome sono ancora incerte, ma secondo la leggenda più conosciuta gli abitanti di "Civita di Sangro", assaliti dai Saraceni fuggirono preceduti da un toro che si fermò sotto l'antica Torre, ove essi si rifugiarono, dando vita ad un nuovo paese che prese il nome di Torino. Dopo l'unità d'Italia il nome venne mutato in Torino di Sangro per evitare disguidi postali con l'omonima città piemontese. Il comune ha un rilevante interesse storico e naturalistico.

Nel Comune di Torino di Sangro, c'è Le Morge è una località balneare lungo la costa dei trabocchi, il nome Morge è una forma dialettale Abruzzese dal latino murex indicante roccia/scoglio, l'arenile è composto una parte di sabbia e l'altra di ciottoli, in mare barriere scogliose anche affioranti, alla fine della spiaggia verso nord appare "lo scoglione" una grande roccia sul quale è stato costruito un bel trabocco.

La Riserva Naturale Regionale "Lecce di Torino di Sangro": si estende per 164,69 ettari distribuiti in destra idrografica del fiume Sangro risalendo fino ad un promontorio arenaceo di 116 metri circa, di quota e ricade interamente all'interno del Comune di Torino di Sangro. L'area pianeggiante sommitale è invece caratterizzata da spazi aperti di un paesaggio agrario dominato da seminativi e colture arboree (oliveti e vigneti, e fruttifere). Il substrato è costituito da arenarie plioceniche che degrada debolmente verso la costa fino alle quote intorno a 100-116s.l.m., la parte boscosa della Riserva parallela al corso del Sangro si estende su ripide pendici che all'alveo giungono alla base di un allineamento di creste rupestri verticali. Tale assetto del clima rappresenta una condizione ambientale che non pone a livello generale, alcun limite alla affermazione in loco di specie legnose, Ciò consente pertanto, nella riserva, la coesistenza stagionale ad un'ampia gamma di specie arboree te contrastanti e che per tal motivo sono di norma distribuite a quote diverse lungo il rilievo appenninico più interno. Per il suo notevole interesse vegetazionale, il bosco è stato inserito fra i biotopi di rilevante interesse meritevoli di protezione della Società Botanica Italiana.

La Traccia



Pe telefonare negli stessi orari al 0873 610993 - 351.5539370



Club Alpino Italiano
Via delle Cisterne, 4
66054 Vasto (CH)
tel. 0873.610993 - mobile 351.5539370
www.caivasto.it - vasto@cai.it



“La Costa dei Trabocchi”



Per informazioni o iscrizioni potete raggiungerci presso la sede CAI tutti i venerdì dalle 18.30 alle 20.30, telefonare negli stessi orari al 0873 610993 - 351.5539370