



Alla scoperta dei Monti Gemelli
Intersezionale CAI con Antrudoco e Napoli
Gole del Salinello
dalle Grotte di Sant'Angelo a Castel Manfrino

DATA ESCURSIONE: Domenica 29 aprile 2018

RITROVO: ore 8:30 Ascoli Piceno, parcheggio via Recanati

PERCORSO: Per chi viene da Antrudoco: uscita Marino del Tronto della superstrada Ascoli-Mare, prendere la S.S. 81, salita a Ripe di Civitella (km 17, min 30 c.ca)

INIZIO ESCURSIONE: ore 9:30, Ripe, Parcheggio Grotte S. Angelo

DISLIVELLO: 500 m circa

LUNGHEZZA: 12 km circa

DIFFICOLTA' TECNICA: E

DURATA: 5:00 ore circa

ACCOMPAGNATORI: Franco Laganà, Nicola Angelini, Mario Castelli

Premessa



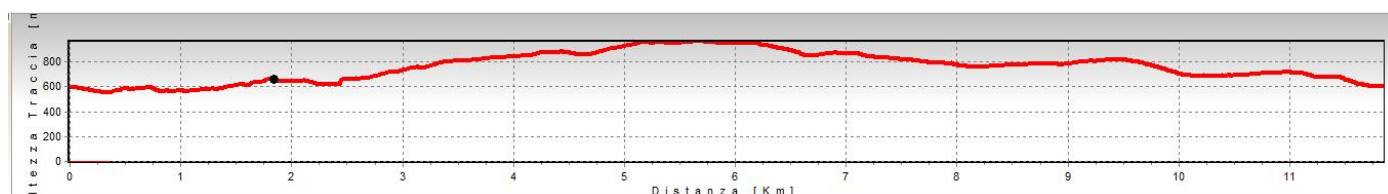
Al confine tra Marche e Abruzzo, proprio davanti alla costa adriatica, all'interno del Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga svettano i Monti Gemelli, ovvero: la Montagna dei Fiori (punto più alto il monte Girella, 1814 m) e la Montagna di Campli (punto più alto il Monte Foltrone, 1720 m). I Monti Gemelli sono divisi dal fiume Salinello che, nel suo scorrere verso il mare, ha creato profonde e strette forre che formano un lungo e profondo canyon. All'inizio della gola si trovano le **grotte di Sant'Angelo**, abitate già dal Paleolitico Superiore visitabile all'interno con un percorso attrezzato. Meta finale dell'itinerario è **Castel Manfrino** (Manfredi) sopra una rupe a guardia della valle, oggi purtroppo rimangono solo pochi resti. Nella gola si trovano altre grotte (San Francesco, Santa Maria Scalena, San Marco ecc.) abitate nel medioevo dagli eremiti.



Descrizione sintetica itinerario



Da **Ripe di Civitella** (611 m) si prende la brecciata che arriva al parcheggio delle grotte di Sant'Angelo. Lasciata l'auto, s'imbocca il sentiero che in breve porta alla parete delle grotte. Al bivio Vroga delle Trocche (587 m) o si scende al greto del fiume per effettuare il percorso lungo l'alveo se il livello d'acqua lo consente, oppure si sale su ripido sentiero fino ad intercettare il percorso alto a mezza costa. I due sentieri si riuniscono al bivio Vroga della Caccia (777 m), si prosegue sulla vecchia mulattiera fino al ponticello in legno che attraversa il fosso del Lago (847 m) e sale nel bosco fino a giungere alla Sella di Castel Manfrino e da qui, in breve, ai ruderi di **Castel Manfrino** (963 m). Il rientro avviene per il sentiero alto fino al parcheggio.



Informazioni utili

Equipaggiamento

Sono indispensabili gli scarponi da escursionismo-trekking. Nello zaino è bene riporre una giacca a vento. Portare con sé un ricambio completo (meglio se una tuta), da lasciare in auto e da poter utilizzare una volta rientrati dall'escursione. Per il guado del Salinello si devono portare un paio di sandali aperti ed un piccolo asciugamano.

Regole e consigli

Le escursioni propongono itinerari privi di specifiche difficoltà, ma adatti a coloro che sono abituati a fare esercizio fisico.

Attenersi sempre alle indicazioni fornite dagli accompagnatori, evitando di uscire dai sentieri.

Attenzione: Leggere attentamente il Regolamento Escursioni

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi:

- presso la sede CAI di Ascoli Piceno mercoledì e venerdì ore 19-20 (tel. 073645158, stesso orario)
oppure consultare il sito www.caiascoli.it