



GRUPPO TREKKING BAGNO A RIPOLI

MOLIS'ANDO' 6 - 11 GIUGNO 2023



Martedì 6 giugno 2023

7:00 Partenza pullman dal parcheggio Scuola Media Francesco Redi Via di Belmonte Grassina

7,20 fermata a casello uscita Impruneta lungo il percorso Pranzo al sacco presso

Caseificio San Pietro a cura dei Partecipanti

All'arrivo a destinazione incontro con Paolo, con calorosi saluti

Firenze – Fornelli – Isernia

Fornelli 530 m. s.l.m. fa parte dell'associazione Borghi più belli d'Italia; circondata da olivi e' una delle città dell'olio

[fruttato e leggero]

etimologia: ipotesi presenza nel territorio di fornaci per mattaoni e coppi

Fornelli e' uno dei borghi fortificati o castelli sorti nell'alta valle del Volturno grazie all'immigrazione favorita dagli Abati Benedettini impegnati a far nascere attivita' agricole (coloni provenienti dal contado)

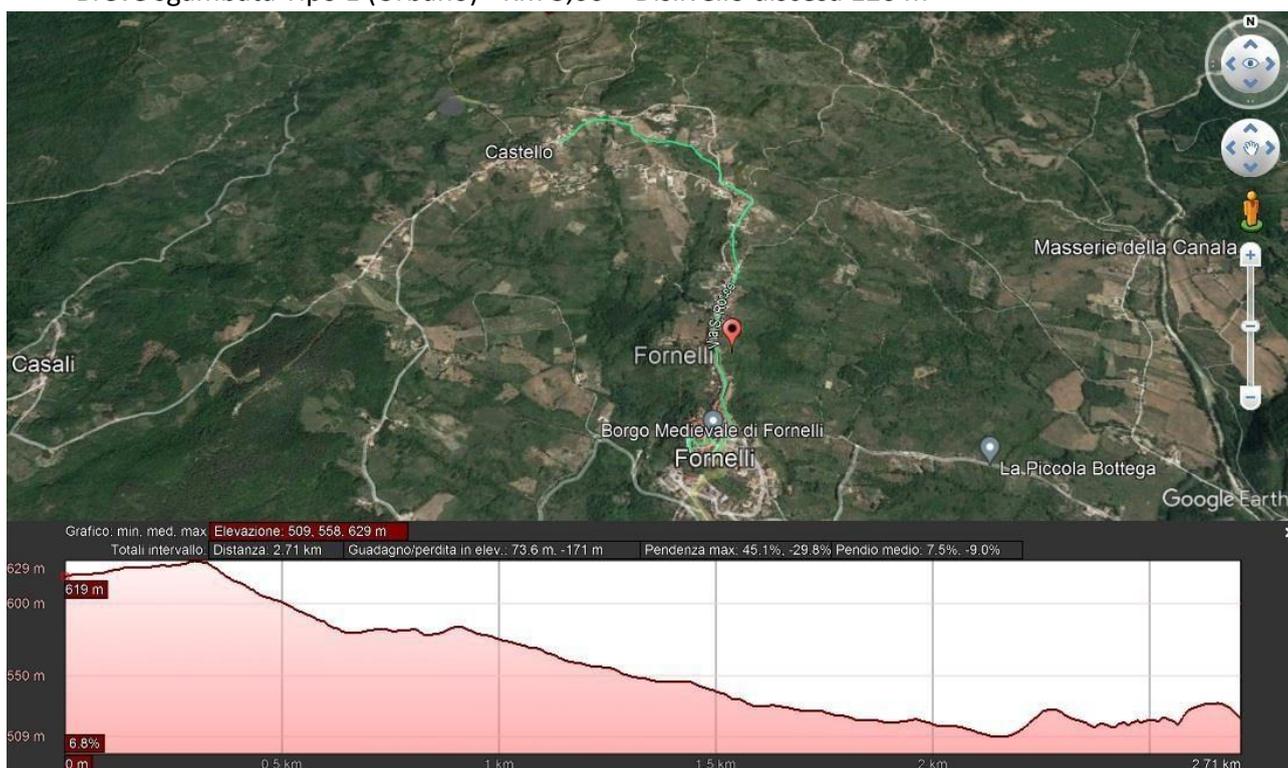
Ore 16:30 Arrivo a Fornelli (IS)

Aperitivo di Benvenuto

Visita alla Borgata Castello dove si trova la stele a Ricordo dell'Eccidio Nazista di Fornelli.

Breve sgambata e Visita al Borgo Medievale, Castello e Chiesa di San Michele.

Breve sgambata Tipo E (Urbano) - Km 3,00 – Dislivello discesa 120 m



Ore 19:30 Arrivo in albergo: Hotel Europa, Isernia.

Assegnazione camere e sistemazione

Cena in Hotel

Serata Libera



Mercoledì 7 giugno 2023

Castelnuovo al Volturno – Scapoli

Ore 7:30 Colazione di rinforzo in Hotel

Partenza per Castelnuovo al Volturno (ultima dimora di Charles Moulin. Visita al Borgo e racconto del "gli cierv" pantomima della storia dell'Uomo Cervo che ha la particolarità di descrivere gli aspetti tipici della vita primordiale.

Il tintinnio dei campanacci suonati con una cadenza ossessiva danno inizio all'evento: sono in arrivo le Janare, le streghe che annunciano il rito che si sta per compiere. A queste seguono gli Zampognari fino a che un grido non annuncia l'arrivo della bestia, Gl' Cierv, ovvero il Cervo, attore coperto di pelli e con grandi corna ramificate; simboleggia l'inverno, ovvero la fame, il freddo, la sofferenza e la fatica; si presenta con il volto e le mani dipinti di nero e il petto ornato da campanacci ostentando forza e, soprattutto, cattiveria. Irrompe nella piazza distruggendo tutto ciò che incontra e aggredendo la gente con urla e gesti anche violenti.

Castelnuovo al Volturno 727 m s.l.m. patria degli zampognari. Situato ai piedi delle Mainarde più precisamente ai piedi del Monte Marrone famoso per l'omonima battaglia del 31 marzo 1944.

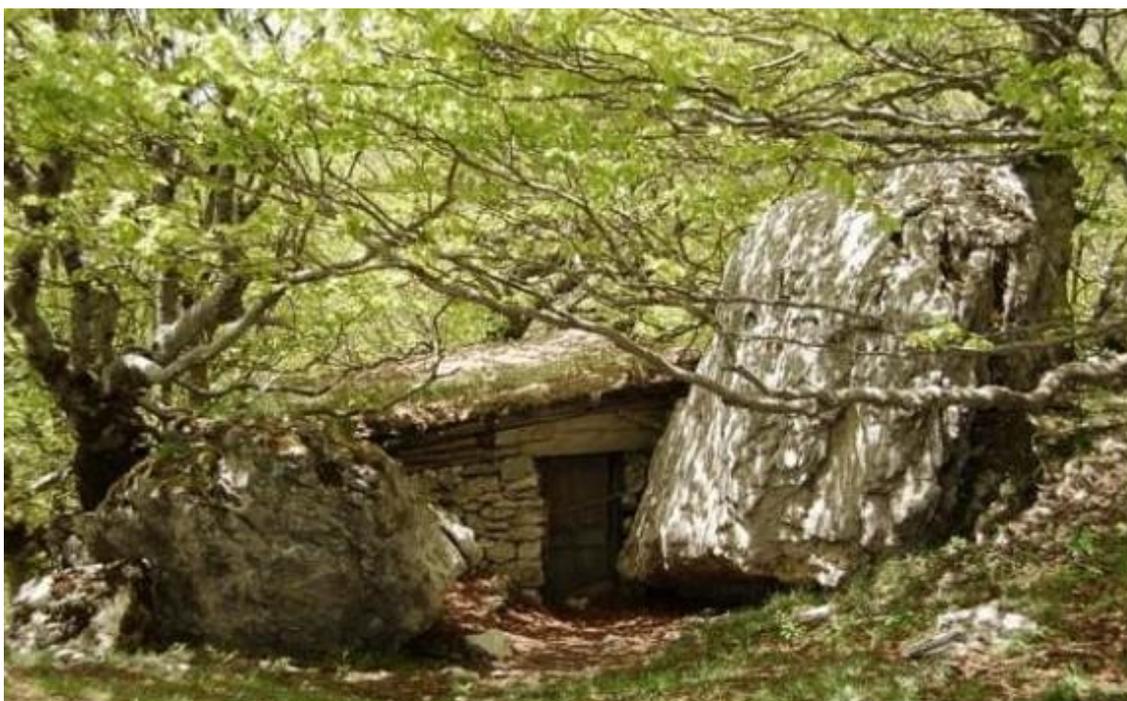
Castelnuovo al Volturno fu interamente demolito a cannonate dagli alleati per esigenze cinematografiche (17 giugno 1944)

Scapoli 611 m s.l.m

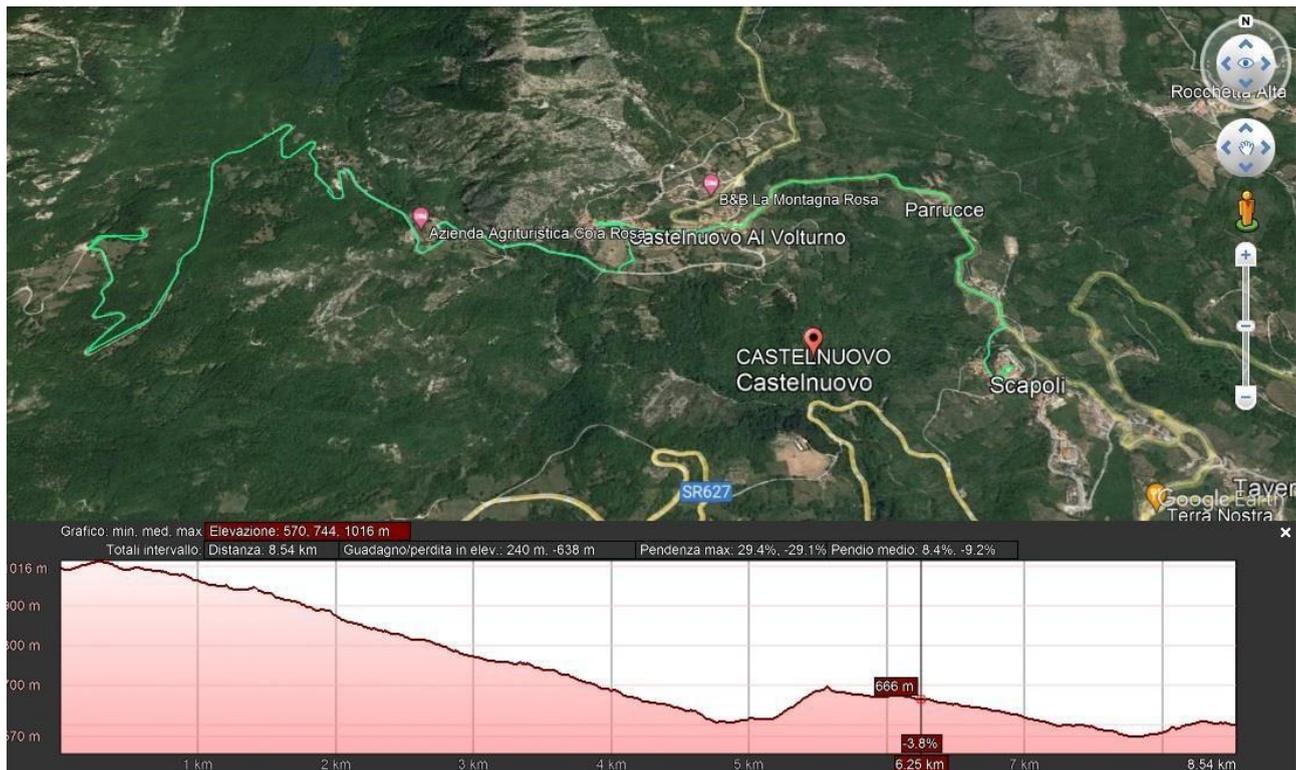
Paesino posato sul declivio di un monte.

Capitale mondiale della zampogna antico strumento a ficato della civiltà pastorale.

Si approfitterà dei luoghi per parlare di Charles Moulin nato in Francia che abbandonò tutto per vivere in Molise (Castelnuovo al Volturno) in simbiosi con la natura. All'età di 27 anni vinse prestigiosa borsa di studio che nel 1896 gli garantì un soggiorno di quattro anni all'Accademia di Francia a Roma. Originario di Lille conobbe nella sua città uno zampognaro che in Francia guadagnava posando come modello e che gli parlò del Molise come di un luogo incantato



La capanna di Charles Moulin sul Monte Marrone a 1805 m s.l.m. (Molise)



Trekking Tipo E - Km 8,600 –Dislivello Discesa 450 m – Dislivello Salita 150 m

- Ore 7:30 Colazione di rinforzo in Hotel
- Ore 8:00 Partenza per Castelnuovo al Volturno (ultima dimora di Charles Moulin) Visita al Borgo e racconto del “gli cierv” .
- Trekking ai piedi del Monte Marrone e al Monumento del Corpo Italiano di Liberazione (qui nacque il ricostruito Esercito Italiano di Liberazione) dove gli alpini del Battaglione Piemonte che arrampicandosi di notte sulle pendici di Monte Marrone, scacciarono dalla Linea Gustav l’esercito Tedesco che ancora teneva in ostaggio il popolo italiano durante la ritirata.
- Pranzo a base di prodotti tipici locali.
- Partenza trekking per Scapoli con visita al Museo della Zampogna con concerto estemporaneo del maestro Zampognaro Franco Izzi e visita alla sua bottega artigiana. Visita al Museo del CIL (Corpo Italiano di Liberazione)
- Cena con Raviolo Scapolese
- Rientro in Hotel ca. h. 22:00

Giovedì 8 giugno 2023

Castel San Vincenzo – Lago – Sorgenti del Volturno/Cascate – Abbazia Monastica di San Vincenzo al Volturno.

Abbazia Monastica di San Vincenzo al Volturno

Storica Abbazia Benedettina posta sul territorio del comune di Castel San Vincenzo.

Il sito ospita gli scavi dell’Abbazia longobarda del V secolo (su la riva sinistra del fiume Volturno) uno dei più venerandi Cenobii d’Italia già famoso per vastità di fabbricato e per numero di monaci, barbaramente distrutto dai Saraceni.

La nuova abbazia (San Vincenzo al Volturno) originaria del XII secolo fondata su la riva destra da tre principi beneventani di origine longobarda [due secoli di dominazione longobarda dopo

lo sgretolamento dell'Impero Romano] che decidono di darsi alla vita monastica ... fonderanno un monastero alle foci del Volturno ... che nel giro di un secolo diverrà tra le città monastiche più importanti d'Europa.

I Benedettini (provenienti da Farfa Montecassino) scoprono la bellezza del Molise e ci vedono la materializzazione (incarnazione) del loro messaggio. Fondarono diverse abbazie la più antica e conosciuta a livello mondiale è San Vincenzo al Volturno (siamo agli inizi dell'VIII secolo) Benedetto fu il fondatore dell'ordine benedettino scrisse per i suoi monaci la Regola che prescrive povertà obbedienza, un fortissimo impegno di preghiera e lavoro secondo il motto ora et labora. Benedetto nacque a Norcia nel 490, interruppe gli studi (classici) per ritirarsi in eremitaggio.

Due parole anche sul Volturno

dalla parola latina vultur che significa avvoltoio: il corso del fiume volteggia come il volo dell'avvoltoio, così veniva descritto in antico. Al giorno d'oggi il fiume è impoverito, gran parte delle sue acque viene sfruttata dall'ENEL per mezzo di canali sotterranei per produrre energia elettrica. È il fiume più lungo dell'Italia meridionale, nasce in provincia di Isernia a Rocchetta al Volturno, attraversa la Campania sfociando nel Mar Tirreno.

Castel San Vincenzo: 749 m. s.l.m.

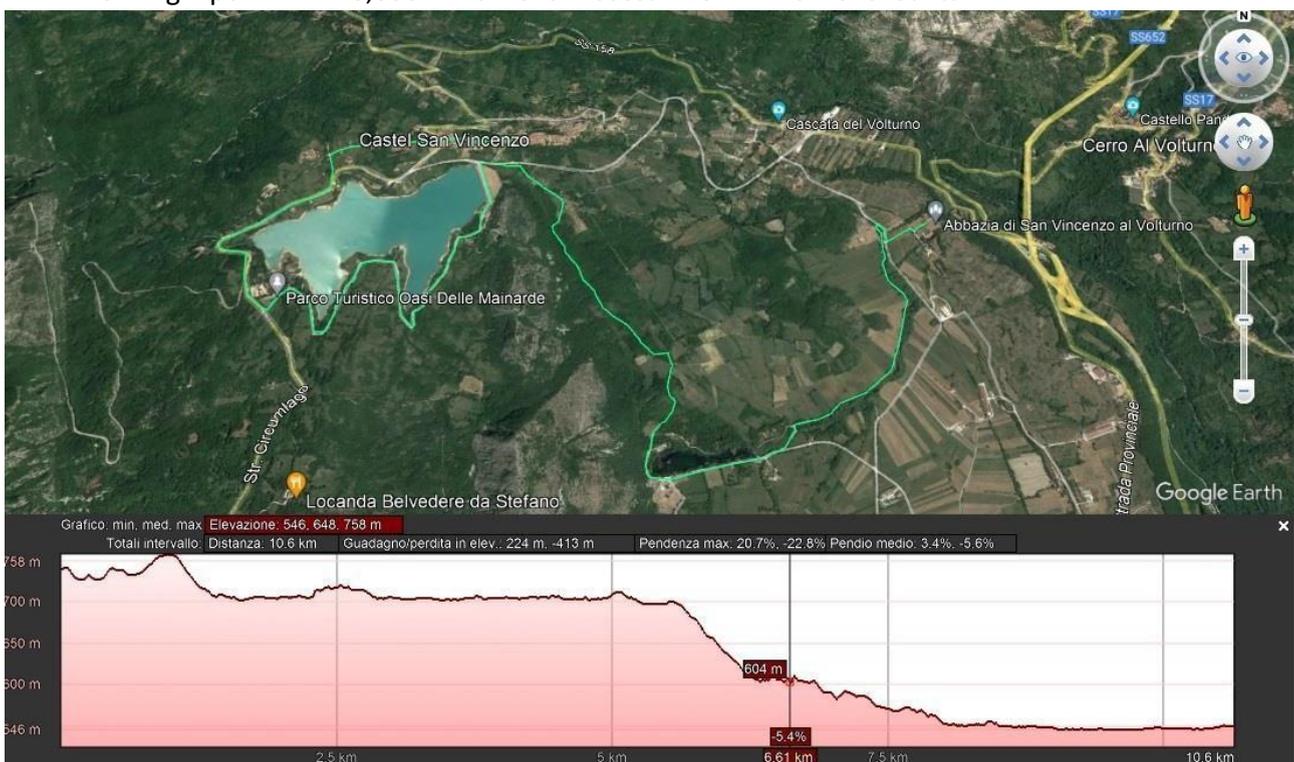
Lago e Abbazia

Sospeso su una rupe a strapiombo è situato sopra uno sperone roccioso, il territorio prevalentemente montuoso è coperto da boschi cedui ad alto fusto.

Castel San Vincenzo è il più importante comune molisano del Parco Nazionale d'Abruzzo Lazio e Molise. Sul suo territorio si trova l'area degli scavi del complesso abbaziale di San Vincenzo al Volturno monumento storico culturale religioso di epoca altomedievale.

Il lago realizzato alla fine degli anni '50 come bacino artificiale costruito per l'irrigazione delle campagne e per la produzione dell'energia elettrica è il minore dei tre invasi molisani. Su le sue acque si riflette l'immagine del gruppo montuoso delle Mainarde.

Trekking Tipo E - Km 10,600 – Dislivello Discesa 413 m. Dislivello Salita 224 m.



- Ore 7:30 Colazione di rinforzo in Hotel
- Ore 8:00 Partenza per Castel San Vincenzo con visita al Borgo e panorama sul Lago. Trekking sul lago, diga e antico sentiero medievale per le Sorgenti del Volturno. - pranzo all'aperto con degustazione de "La Signora di Conca Casale" e "Caciocavallo Impiccato" su lettao di "Pane di Longano" e Tintilia DOC del Molise.
- Ripartenza Trekking per la Cittaà Monastica e Antica Abbazia Benedettaina
- visita guidata ai resti della cittaà Monastica ed alla "Cripta di Epifanio".
- Tardo pomeriggio rientro a Isernia con sosta a Colli al Volturno per degustazione del "Cannolo di Colli".
- Ore 20:00 rientro in Hotel per Cena e serata libera.

Venerdi' 9 giugno 2023

Capracotta - Giardino della Flora Appenninica

Transumanza con le Capre - Vastogirardi

Capracotta m- 1421 s.l.m.

Stazione climatica sciiistica, e' un attrezzato punto di riferimento per lo sci di fondo del centro Italia. (Ha ospitato i Campionati Nazionali del 1997)

Posta al centro del sistema montuoso dell'Appennino Sannita situato nell'Alto Molise ha origini antichissime

Giardino della Flora Appenninica

E' un orto botanico naturale in cui vengono conservate e tutelate le specie vegetali della flora autoctona dell'Appennino centro meridionale. Si estende alle pendici del Monte Campo a circa 1500 metri di altitudine su una superficie di circa dieci ettari. E' gestito in consorzio dal Comune di Capracotta e dall'Universita' degli Studi del Molise.

Vastogirardi: 1200 m. s.l.m. posizionato nell'alto Molise e' confinante con l'Abruzzo. Il paese si sviluppa su per una collina e sale fino a circondare alla sua sommita' l'antico castello medioevale unico in Molise nel suo genere: si tratta infatti di un borgo fortificato con una



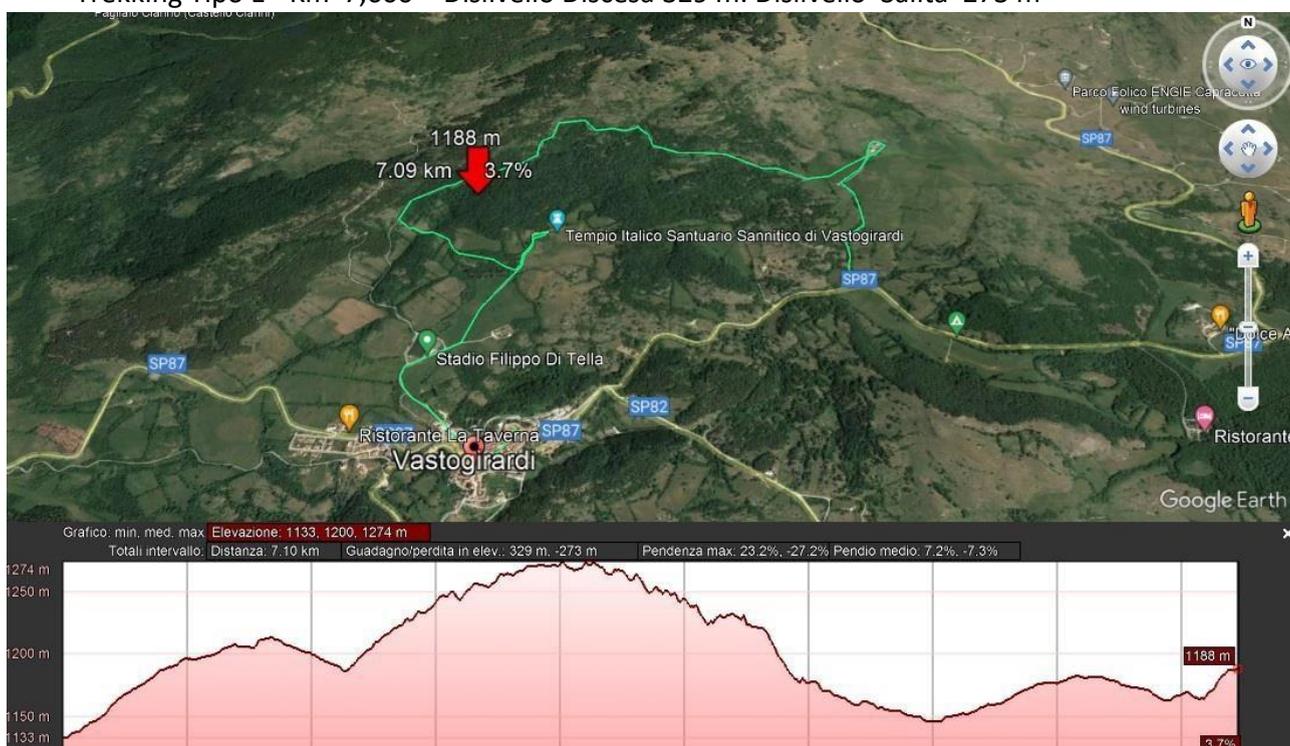
bella corte in pietra chiara all'interno, ancora in parte abitata; dalla Chiesa di San Nicola e tanto altro.

Tempio Italoico

Piccola area archeologica di epoca sannitica scoperta una cinquantina di anni fa (situata nei pressi di una delle sorgenti del fiume Trigno) ancora frequentata dai pastori i quali in passato percorrevano il vicino tratturo Celano Foggia con le loro mandrie e greggi



Trekking Tipo E - Km 7,600 – Dislivello Discesa 329 m. Dislivello Salita 273 m



- Ore 7:30 Colazione di rinforzo in Hotel
- Ore 8:00 Partenza per Capracotta, visita al Giardino della Flora appenninica e Centro Storico.
- Ore 12:00 Spostamento allo Stazzo del pastore Valerio
- Ore 13:00 Colazione del Pastore
- Ore 15:00 Transumanza direzione Vastogirardi

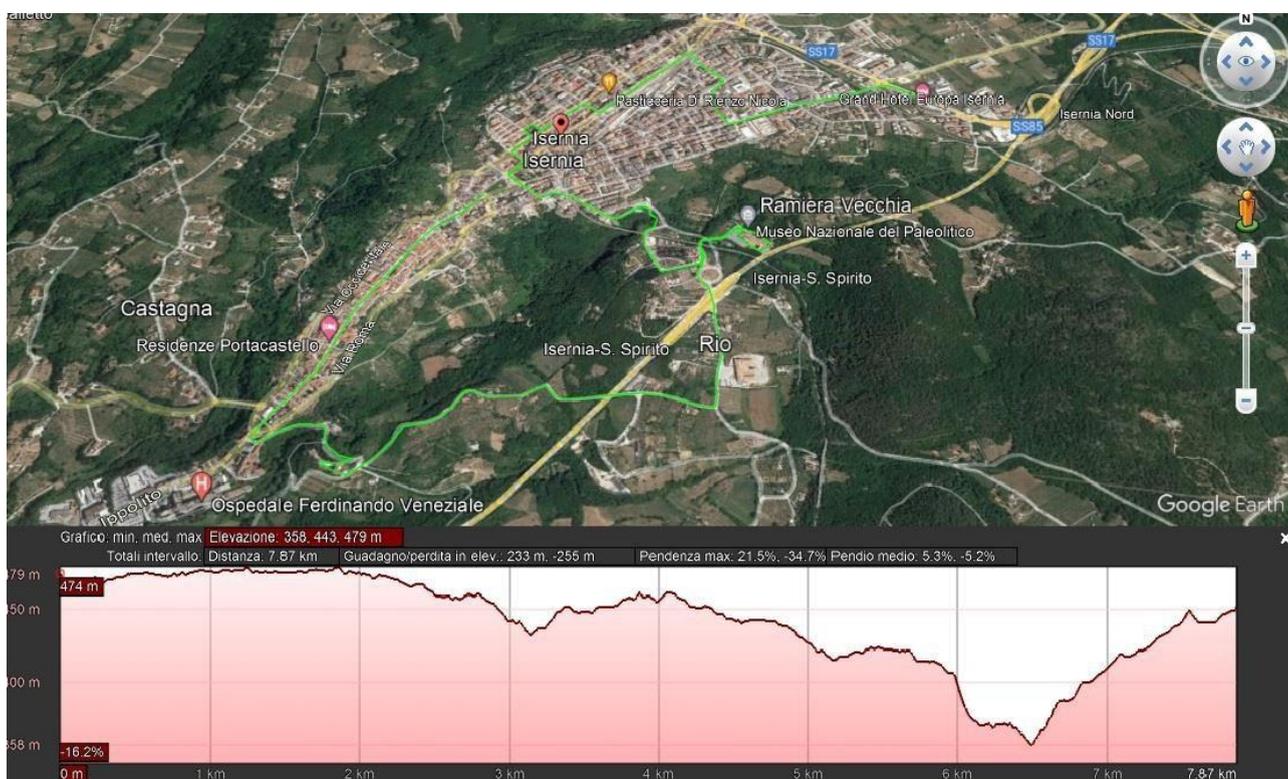
- Ore 17:30 Visita al Tempio Italico di Vastogirardi breve trekking direzione centro storico e visita al Borgo Medievale Fortificato.
- Ore 20:30 Cena all'interno del Castello/Borgo- Ore 23:00 rientro in Hotel e pernottamento.

Sabato 10 giugno 2023

Isernia 423 m. s.l.m.

Cittaa' dei sanniti Aesernia sorge lungo il trattauro Pescasseroli Candela. Nella parte piu' antica attraversata dall'antico cardo massimo - una via quasi rettilinea – importante nodo stradale ai tempi in cui fu colonia romana.

Trekking Urbano Tipo T - Km 7,900 – Dislivello Discesa 120 m – Salita 120 m.



- Ore 7:30 Colazione in Hotel
- Ore 8:00 partenza trekking Urbano: Isernia (Hotel Europa, Auditorium Unità d'Italia, Piazza G.

D'uva (Chiesa di Santa Maria Assunta)

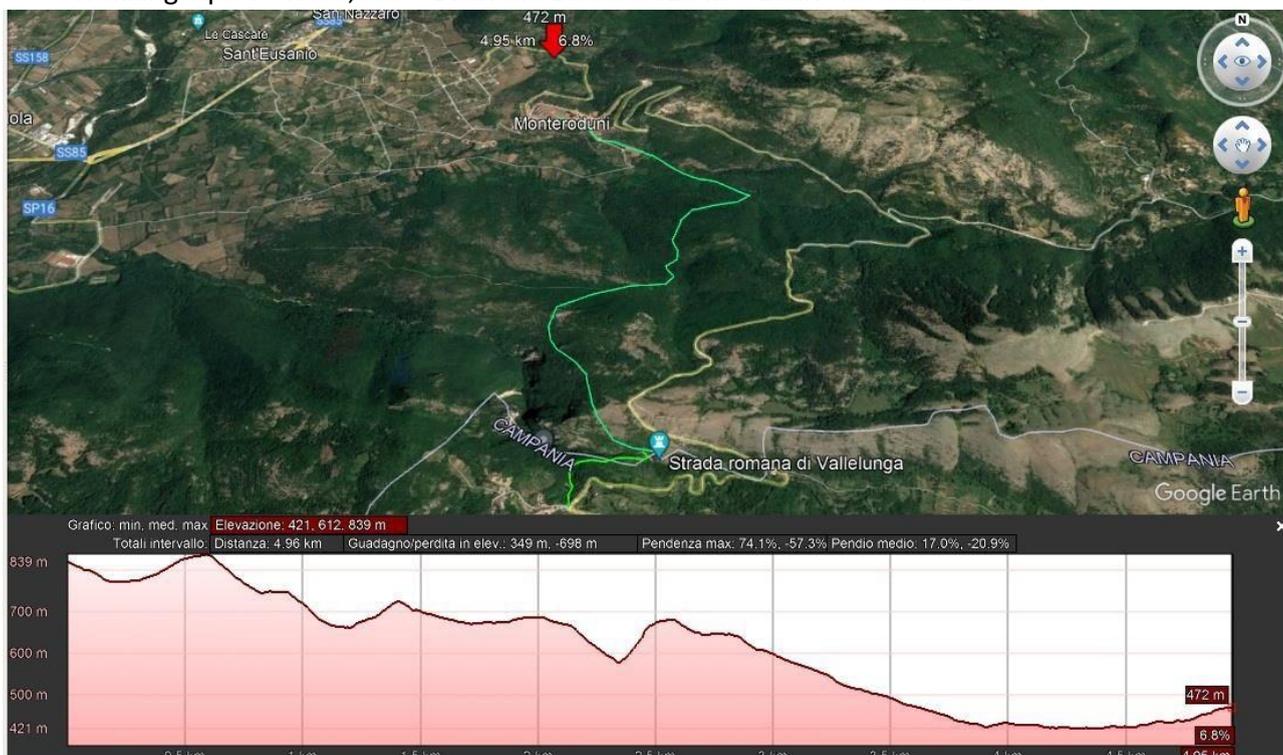
- Pausa caffè c/ Caffetteria D'Abate (shopping)
- Corso Garibaldi Piazza Stazione
- Piazza Padre Giacinto (Chiesa Sacro Cuore)
- Villa Comunale
- Museo del Paleolitico (La Pineta)
- Eremo SS Cosma e Damiano
- Ore 13:30 Pausa Pranzo c/ noto locale del Centro Storico
- Centro Storico
- Museo archeologico Santa Maria delle Monache
- Cattedrale e Isernia sottaerranea
- Fontana Fraterna
- Villa Comunale

- Ore 17:30 Pomeriggio libero per shopping
- Ore 20:00 Rientro in Hotel e cena

Domenica' 11 giugno 2023

Monteroduni e Castello Pignatelli – Visita alle cantine.

Trekking Tipo T - Km 5,000 – Dislivello Discesa 420 m – Dislivello Salita 150 m



- Ore 8:00 Colazione in Hotel.
- Ore 8:30 Partenza per Monteroduni (città dell'Olio)
- Visita al Centro Storico e Castello Pignatelli
- Trekking Sentiero della principessa con visita in cantina e degustazione di Tintilia DOC del Molise
- Colazione di rinforzo.
- Primo pomeriggio partenza per rientro a Firenze

Il tutto è lasciato anche all'improvvisazione ed alle opportunità del momento che in Molise rappresentano sempre una piacevole sorpresa.

Informazioni

Susanna Petrai cell. 347 318 2196

Un ringraziamento speciale a Paolo Discenza (dell'Associazione Culturale "LA TERRA" di DURONIA - CB) che ha curato l'organizzazione

aclaterra@laterra.org

___ Associazione Culturale APS LA TERRA - Via Roma, 30 -860020 DURONIA (CB) Tel. 06\6300734-06\6320828 (anche fax)