

A passo d'uomo

GUIDA TEMATICA DELLA MEDIA VALLE DELL'ATERNO

Quaderni dell'Aterno





Progetto Rete turistica valle Aterno

Realizzato da Ilex Centro di Educazione Ambientale e Casa vacanze *Torre del Cornone* www.valledellaterno.it













Con il contributo dei fondi PAR FSC (ex FAS) Abruzzo 2007-2013 Obiettivo 1.3 - Linea di azione 1.3.1.b www.abruzzoturismo.it



Con il patrocinio del Parco naturale regionale Sirente Velino

A passo d'uomo Guida tematica della media valle dell'Aterno Quaderni dell'Aterno, V

Direzione editoriale Alessio di Giulio

Coordinamento editoriale Francesca Spadolini

Coordinamento del progetto Marco Polvani

Redazione della mappa dei sentieri Tiziano Arboretti

*Traduzioni*Jessica Civiero

Impaginazione Arti Grafiche Aquilane

© Copyrigth 2016 llex di Alessio di Giulio via Cantone della Terra 22, Fontecchio (Aq) www.ilexitaly.com info@ilexitaly.com prima edizione dicembre 2016

ISBN 978-88-940458-4-0

Per le foto di copertina

© Alessio di Giulio, Marco Manilla
Per le foto dei contributi

© dell'autore se non diversamente indicato
L'editore si impegna a riconoscere eventuali diritti di terzi su immagini.

Finito di stampare nel mese di dicembre 2016 su carta FSC ® presso gli stabilimenti di Arti Grafiche Aquilane via Gronchi 14, L'Aquila per conto di llex di Alessio di Giulio

Si ringrazia per il cofinanziamento al progetto:

Autonoleggio Cantalini Bus, Azienda agricola biologica Ciarrocca Rosa, B&B La Torre, Casa Bologna Ristorante B&B, Casa Rosati Rooms, Camere & Case vacanza Torre del Cornone, Case vacanza Alle Vecchie Querce, Grotte di Stiffe, Osteria II Borgo dei Fumari, Residenza di campagna Fulè, Ristorante da Ada e Giovanni, Ristorante II Castello, Ristorante II Sirente.



Le radici sono importanti nella vita di un uomo, ma noi uomini abbiamo le gambe, non le radici e le gambe sono fatte per andare altrove.

> Pino Cacucci, Un po' per amore, un po' per rabbia, Feltrinelli, Milano 2008



Introduzione

Questa piccola guida raccoglie i contributi di diversi specialisti ed appassionati che ci aiutano a guardare la valle dell'Aterno ed i rilievi che l'accompagnano da diversi punti di vista. Non abbiamo voluto descrivere i diversi bellissimi borghi uno per uno, con i rispettivi territori, ma dare uno sguardo d'insieme a tutta la valle e proporre degli itinerari calibrati sulle diverse 'passioni' e sui possibili interessi dei nostri ospiti: castelli, boschi, archeologia, fauna selvatica, fonti, geologia, insediamenti di montagna, vini, prodotti e tanto altro.

Quindi, nella guida non troverete certo tutto ma avrete tanti spunti per visitare la valle in modo mirato, seguendo la vostra passione.

Troverete anche gli indirizzi e i contatti di tante strutture per l'ospitalità e la ristorazione oltre a numerosi servizi utili a chi passa qualche giorni qui da noi.

Speriamo che vi sia utile, che vi aiuti ad apprezzare i tanti tesori del nostro territorio e che vi faccia passare giorni piacevoli e ricchi di emozioni nella valle dell'Aterno.

Introduction

This little guide brings together contributions from diverse specialists and enthusiasts who help us to see the Aterno valley and its features from various points of view. We did not want to describe the beautiful villages and their surroundings one by one, but to look at the whole valley together and suggest itineraries guided by the different passions and possible interests of our visitors: castles, woodland, archaeology, wildlife, fountains, geology, mountain settlements, wines, produce, local recipes and much more.

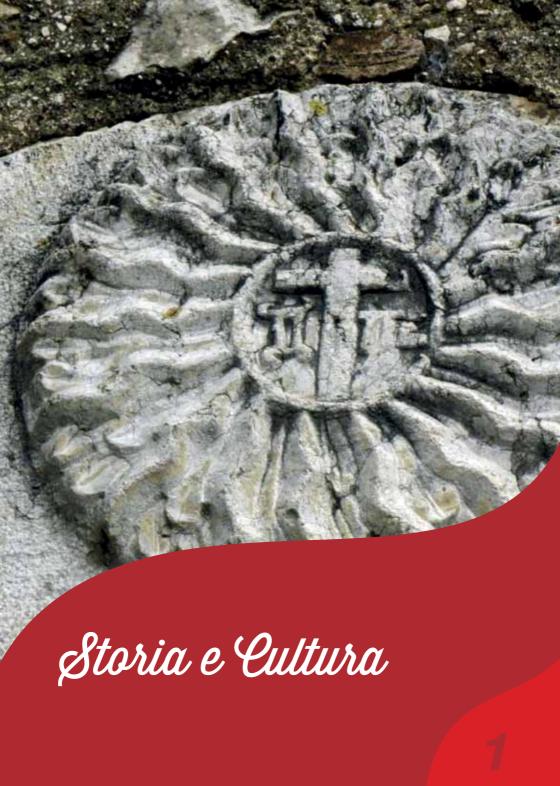
So in the guide you won't find everything, but you will find many ideas for focussed visits to the valley, following your own passions.

You will also find addresses and contact details of many visitors' centres and places to eat and drink, and many other useful contacts to help you whilst spending a few days in our valley. We hope that the guide will be useful to you; that it helps you to appreciate the many treasures of our territory, and to enjoy pleasant and memorable days in the Aterno valley.



Indice

Introduzione Alessio di Giulio	Pag. 5	2.4 Le pagliare Alessio di Giulio Pa	ng. 81
		2.5 Leggere il paesaggio: macere, muri a secco, capanne in pietra Alessio di Giulio	85
Storia e cultura	1	2.6 Fonti e fontane Sandro Coppa	91
1.1 Archeologia in valle Francesca Spadolini	9	2.7 Gli anfibi e i mammiferi della media valle dell'Aterno	
1.2 Torri e castelli Alessio Cordisco	17	Mattia lannella 2.8 Passeggiando nella media valle dell'Aterno alla ricerca dell'avifauna del Parco Flavia Ranalli	99
1.3 L'Aterno e i suoi ponti Francesca Spadolini	23		
1.4 La spiritualità del fiume. Monasteri, conventi, eremi e chiese rupestri nella valle dell'Aterno Valeria Pica	28		109
1.5 Il cammino di Celestino V Marco Polvani	35	Enogastronomia	
1.6 Percorso araldico della media valle dell'Aterno Giuseppe Cera 1.7 Feste e processioni Marco Polvani	40	3.1 Il paesaggio gastronomico della valle prodotti antichi e nuovi sapori Alessio di Giulio, Maria Luisa Graziani	9: 113
	48	3.2 I percorsi del vino e della birra Marco Polvani	123
		3.3 Andar per erbe, bacche e arbusti Marco Manilla	129
Ambiente e paesaggii	2 2		
2.1 I boschi della valle dell'Aterno Alessio di Giulio	57	Informazioni	4
2.2 Le fioriture della valle dell'Aterno Michele Di Musciano, Valter Di Cecco, Anna Rita Frattaroli	63	a cura di Marco Polvani e Francesca Spadolir	าi
2.3 Itinerari geomorfologici nel Parco naturale regionale Sirente Velino e nel Parco nazionale del Gran Sasso	00	4.1 Strutture ricettive e servizi	139
	0	4.2 Associazioni	145
e Monti della Laga		4.3 Strutture pic-nic e parchi giochi	147
Alessio Consoli	70	4.4 Trasporti	149



Archeologia in valle

In età preromana una parte dell'Abruzzo era popolato dai Vestini, popolazione italica divisa idealmente dal Gran Sasso: i Vestini Cismontani vivevano nella zona aquilana, ad ovest del massiccio e i Transmontani ad est, vale a dire nell'attuale provincia di Pescara. Emblema dell'intera archeologia protostorica abruzzese è il guerriero di Capestrano¹, rinvenuto nell'omonima necropoli: una scultura monumentale, datata al VI secolo a. C., testimone dell'altissimo livello di tecnologia e di ricercatezza artistica raggiunto da questi antichi abitanti.

Una visita consigliata per scoprire questo mondo antico e poco noto è il Parco archeologico della necropoli di Fossa. Il sito si protende lungo le sponde del fiume Aterno, nel cuore dell'antico territorio dei Vestini, occupando un'area di oltre 2.000 mg cha ha conservato integra una continuità di utilizzo dalla prima età del Ferro (XI-VIII sec. a.C.) fino all'età ellenistico-romana (IV-I sec. a. C.). Conosciuta come la piccola Stonehenge dell'Abruzzo, la necropoli conserva, dell'età del ferro, i tumuli circondati da menhir di altezza decrescente e del periodo ellenistico-romano le tombe a camera in muratura dove sono stati rinvenuti i preziosi letti funebri, rivestiti in osso splendidamente scolpiti (Foto 1 @ www. comunedifossa.it).

Alcuni dei reperti del corredo funebre possono essere ammirati presso il MUNDA, Museo nazionale d'Abruzzo (L'Aquila, Borgo Rivera di fronte alla Fontana delle 99 cannelle). (Foto 2 © www.comunedifossa.it)

www.munda.abruzzo.it (martedì - domenica; ore 9 - 18.30. Biglietto: 4 euro, 18 - 25 anni: 2 euro, per gli under 18 gratis).



Foto 1 - Fossa, necropoli

Una mostra tematica sui Vestini e le trasformazioni del territorio della valle dell'Aterno è allestita presso la Casa della cultura a Onna (via dei Martiri).

www.onnaonlus.org/casacultura.php.

Nel momento in cui si redige l'itinerario non è certo che le necropoli sia visitabile. Per informazioni maggiori si può contattare l'archeologa Carla Ciccozzi, responsabile delle visite (349 7820922).

Oltre che nelle necropoli le testimonianze materiali delle popolazioni protostoriche sono visibili nei centri fortificati d'altura, siti funzionali alle esigenze difensive.

Se ne contano nel territorio oggetto della guida un numero cospicuo ma nessuno di essi è attrezzato con un percorso dedicato e le rovine sono spesso residue. Sembra però



Foto 2 - Fossa, letto in osso

¹ La statua è visitabile presso il MANDA, Museo archeologico nazionale d'Abruzzo (Chieti, Villa Frigerj, via G. Costanzi 2 - Villa comunale. Martedìdomenica; ore 9-20). www.archeoabruzzo.beniculturali.it/manda1.html.



Disegno 1 - San Demetrio ne' Vestini, ipotesi identificativa degli insediamenti vestini

utile segnalare alcuni luoghi per la loro bellezza, anche naturalistica, e per il fascino che le pietre antiche rievocano².

Nel territorio di San Demetrio ne' Vestini è stata localizzata una cinta fortificata vestina del colle Separa (907 m slm), nella valle dell'Inferno³ (Disegno 1). Le mura, ancora abbastanza visibili, racchiudono un'estensione di circa sette ettari: sono larghe tre metri e lunghe circa 1000 metri. Il recinto si trova nei pressi del tratturo, via naturale di comunicazione degli antichi. Oltre alle rovine italiche sono evidenti anche i resti di un castello medioevale. Vi si accede dalla frazione di San Giovanni presso San Demetrio ne' Vestini: dalla sommità del colle c'è una spettacolare vista verso il Gran Sasso e il Sirente e un colpo d'occhio scenografico verso tutti i castelli del circondario.

Un altro percorso molto suggestivo è quello che da Raiano conduce, attraverso il valico

A Tussio, nel comune di Prata d'Ansidonia, in località Collemaggiore è stato individuato un circuito fortificato a quota 1018 m slm. Grazie alle ricognizioni fatte sul campo il terreno ha restituito frustoli laterizi e frammenti di bronzo. Si consiglia un'escursione presso il monte Boria (1105 m slm), nel comune di Caporciano, dove l'abitato, con doppio recinto, si estendeva in posizione strategica per il controllo dell'intera vallata. È una delle testimonianze archeologiche di recinti italici più grandi dell'intero comprensorio (24 ettari circa); nei suoi pressi sono state scavate un centinaio di tombe a tumulo datate tra l'età del ferro e l'età arcaica (IX-VI secolo a. C.). Dalla curva sulla strada asfaltata sotto Bominaco si percorre una strada bianca che raqgiunge un laghetto: lasciandolo alla propria destra (quindi andando a sinistra) alla prima biforcazione si sale a destra e seguendo la cresta nuda del colle ci si arrampica fino sul monte⁴.

² Per approfondimenti ulteriori: Enzo Mattiocco, Centri fortificati vestini, Sulmona 1986. Alberto Rapisarda, I Vestini e il mistero del pagus di Separa, Edizioni Libreria Colacchi, L'Aquila 2011.

³ Per il disegno: Alberto Rapisarda, I Vestini e il mistero del pagus di Separa: una ricerca sulla più grande cinta fortificata del territorio dei Vestini Cismontani, Libreria Colacchi, L'Aquila 2011.

⁴ L'escursione è mediamente difficile, dalla strada asfaltata il percorso dura circa un'ora.

della Serra, fino al monte Urano, a quota 1080 metri, dove sono ancora visibili i blocchi in pietra relativi ad una cinta fortificata italica. Il nostro percorso archeologico continua attraverso città, santuari, templi, tutti di origine italica che, in età romana, hanno conosciuto un'importante monumentalizzazione e le cui vestigia sono di grande bellezza e suggestione.

Peltuinum

La città di Peltuinum, fondata fra il I secolo a.C. ed il I secolo d.C. nel territorio dei Vestini, si trova tra la valle dell'Aterno e quella del Tirino, naturali vie di transito dell'Appennino abruzzese.

Oggi il suo territorio insiste nel comune di Prata d'Ansidonia. È tutt'ora percorribile, in senso est-ovest, la via Claudia Nova, fatta costruire dall'imperatore Claudio nel 47 d. C. da Amiternum fino all'odierna cittadina di Popoli, che dalla porta di accesso conduce alla zona del foro.

Nel XV secolo il regio tratturo L'Aquila - Foggia ricalcò il percorso della strada romana che già insisteva su un percorso tratturale e le strutture doganali si insediarono proprio sul sistema di ingresso della città.

L'atmosfera che si respira è quella settecentesca del *Gran Tour* con un sito che conserva lunghi tratti della cinta muraria interrotti da torri. Del tempio porticato probabilmente dedicato ad Apollo, rimane solo il nucleo cementizio: fu un edificio a cella unica su alto podio, con un portico a sei colonne d'ordine corinzio. Strettamente connesso al tempio c'era il teatro, di età augustea (I a. C.-I secolo d. C.), curiosamente costruito fuori le mura della città, che si adagia su vasta terrazza sfruttando il pendio naturale della collina (Foto 3 © www. fastionline.org).

La vita della città terminò intorno al IV secolo, forse a causa di un terremoto e alla fase di abbandono seguì poi un'intensa attività di spoliazione del materiale edilizio riutilizzato e tutt'oggi visibile nella chiesa di San Paolo a



Foto 3 - Peltuinum, tempio di Apollo e teatro

Peltuinum presso Prata d'Ansidonia e in quella di Santa Maria Assunta a Bominaco. L'accesso al sito è libero e gratuito.

Il tempio di Giove di Castel di Ieri

L'area archeologica in località Pie' di Franci venne alla luce, nel 1987, in maniera del tutto casuale: in un primo momento furono rinvenute delle lastre modanate e successive campagne archeologiche portarono alla luce un tempio del II secolo a.C. di circa quindici metri sulla fronte e di venti sul lato lungo. L'intero sito ha rivelato una continuità di vita dal VII-VI secolo a.C. alla cui epoca risale una necropoli di tombe a circolo; nel IV-III secolo a.C. fu edificato un tempio a tre celle, con zoccolo in pietra ed alzato in terra cruda, successivamente abbandonato.

Nel II sec. a.C. fu realizzato il tempio dedicato a Giove, uno degli esempi più raffinati dell'architettura del periodo. Le lastre in pietra ne costituiscono la base: una spaziosa gradinata permette l'accesso frontale alla cella, preceduta da due file rispettivamente di quattro e due colonne. Dell'alzato della cella è visibile il primo filare di blocchi in travertino decorato da intonaci. La cella è suddivisa in tre ambienti uguali che conservano la pavimentazione a mosaico con piccole tessere bianche e fascia perimetrale nera. Nella cella centrale, all'ingresso, è posta l'iscrizione musiva ex pagi decreto dei magistrati che si

occuparono di un intervento di restauro (Foto 4 © www. abruzzonascosto.blogspot.it). Vari frammenti sono stati rinvenuti sempre nella cella centrale: quelli in marmo riconducibili ad una statua della dea Minerva, un leone in pietra locale.

Per le visite contattare la signora Melania De Felice del comune (0864-79168).

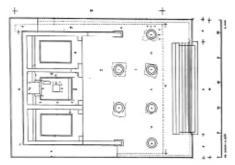


Foto 4 - Castel di Ieri, pianta del tempio di Giove

Il santuario di Ercole Curino a Sulmona

Ai piedi della montagna del Morrone, in località Badia, si ergono le rovine monumentali del santuario di Ercole Curino, divinità italica protettrice delle greggi. Sito sul tratturo per Foggia, in una posizione spettacolare, il santuario è costituito da due terrazzamenti. Una terrazza inferiore, del I sec a.C., è una struttura composta da un lungo podio (71 metri) e 14 ambienti coperti le cui due stanze laterali, tramite rampe, permettevano l'accesso al piano superiore. Nel secondo terrazzamento, più antico, chiuso su tre lati da un portico



Foto 5 - Sulmona, santuario di Ercole Curino

colonnato, era collocato un recinto sacro in mattoni crudi. Il pavimento, musivo, conserva una decorazione policroma, fatta di racemi vegetali ed un rosone bianco, in un cerchio bianco, inserito in un quadrato nero, bordato dai tessere rosse. Tutt'intorno onde ricorrenti, interrotte da una palmetta, una striscia con torri merlate ed una con delfini. I muri del sacello erano intonacati ad imitazione delle lastre di marmo. Queste pitture, insieme al pavimento in mosaico, furono eseguite contestualmente all'ingrandimento del santuario nel I secolo a. C. (Foto 5 © www.allestimentimuseali.beniculturali.it).

Davanti all'ingresso di questo ambiente si trovava l'altare, rivestito con lastre di bronzo con il nome del dedicante, bucrani, ghirlande, cornucopie. All'interno si rinvenne una statua in marmo di Ercole cubans e una bellissima statuetta in bronzo di Ercole in riposo, probabile replica dell'Eracle Farnese dello sculture Lisippo (IV secolo a. C.), acquistata in Grecia e fatta dono dal commerciante

C. Attius Peticius Marsus in onore del dio. (Foto 6 www.numismaticadellostato.it). Dall'area provengono numerosi frammenti ceramici ed altri ex voto, che attestano una continuità di vita del santuario fino alla prima metà del II sec. d.C. L'accesso al sito è libero e gratuito. Informazioni e visite quidate presso

Foto 6 - Sulmona, statua bronzea di Ercole

l'Ufficio servizi turistici del comune di Sulmona, tel. 0864 210216 - www.visitsulmonaitaly.it I reperti provenienti dal santuario sono conservati presso il MANDA, Museo archeologico nazionale d'Abruzzo (Chieti, Villa Frigerj, via G. Costanzi 2 - Villa comunale. Martedì-domenica; ore 9-20; www. archeoabruzzo.beniculturali.it/manda1.html). A Sulmona è visitabile anche il Museo archeologico sito all'interno del Complesso della Santissima Annunziata (corso Ovidio, martedì-domenica; ore 9 - 13; 15,30 - 18,30. Biglietto: 3,25 euro).

Nei pressi del santuario è presente anche l'eremo di sant'Onofrio al Morrone (XIII secolo) nel quale, Pietro Angeleri, nel 1294, ricevette l'annuncio della sua elezione a papa, come Celestino V.

Sabato e domenica il santuario è aperto tutta la giornata. Per i giorni feriali è obbligatorio prenotare la visita allo 0864 210216; www. visitsulmonaitaly.it.

Corfinio

È la più rilevante delle tre città dei Peligni (oltre alle odierne Sulmona e Castelvecchio Subequo) in essa si conclude la via consolare Tiburtina Valeria che conduceva da Roma a Tivoli e attraversando la Marsica fino a Corfinio. Le notizie sulla sua storia sono legate ai dati epigrafici e ai quelli archeologici che hanno confermato, grazie ai ritrovamenti di alcune tombe a fossa, la presenza di un insediamento italico risalente al V secolo a. C. La parte oggi più facilmente individuabile è il teatro, datato al I secolo a. C., la cui forma è conservata dalle case, disposte a semicerchio a ricalcare proprio la forma della cavea, nella parte sud della piazza Corfinio (Foto 7 © www.comune.corfinio.gov.it).

L'edificio, costruito in parte sfruttando le pendici collinari della città, poteva ospitare fino a 4.000 spettatori: sono visibili, presso largo Lamberto, un breve tratto di mura in opera incerta. I nuclei cementizi di mausolei a pianta circolare di epoca romana (Il secolo d. C.), i cosiddetti Morroni di San Pelino, sorgono



Foto 7 - Corfinio, piazza

lungo la strada che conduce a Raiano, nei pressi della cattedrale di San Pelino (Foto 8 © www.italiavirtualtour.it).

In questa chiesa e nella cattedrale di sant'A-lessandro (XII secolo) sono stati riutilizzati numerosi materiali di epoca romana. I resti di una villa romana, invece, sono stati rinvenuti in località Piano San Giacomo, a circa un chilometro dal centro storico, dove si possono ammirare parte degli intonaci e pavimenti in mosaico.



Foto 8 - Corfinio, Morroni di San Pelino

Tour delle pietre a forma di H

Una tipologia di reperto archeologico, di età romana, dalla struttura piuttosto singolare si trova in almeno tre zone, vicine tra loro.

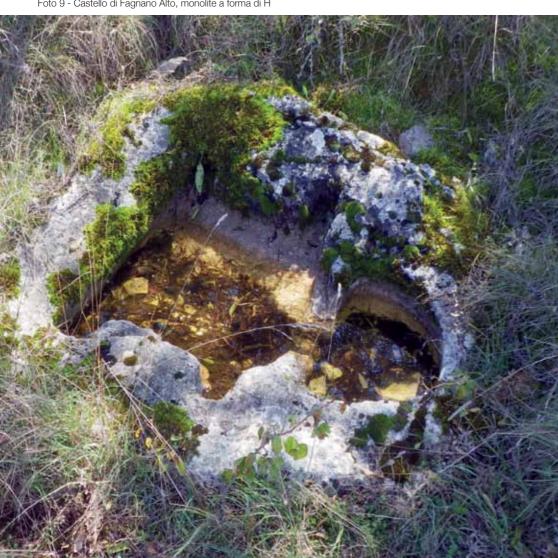
Si tratta di un monolite calcareo, di forma ovoidale, che presenta una vaschetta circolare collegata, tramite un foro, ad un incavo a forma di H. Gli studiosi non sono ancora giunti ad un'interpretazione definitiva circa il suo utilizzo: con tutta probabilità, l'incasso serviva a sostenere un altare ligneo e la cavità raccoglieva dei liquidi rituali (Foto 9 @ Alessio di Giulio). In effetti una di queste testimonianze lapidee è visibile, in situ, presso il portico del tempo di Apollo a Peltuinum.

Un altro, proveniente dalla chiesa di san Pietro a Sinizzo, è conservato nell'aia a San Nicandro; a Fossa sul colle Restoppio ne è visibile un altro sull'altura nei pressi del quale è stato costruito il villaggio provvisorio San Lorenzo da dove si può passare per fare una passaggiata.

A Castello di Fagnano Alto, salendo verso le case popolari sulla sinistra, è visibile un'altra pietra scolpita.

Se siete all'Aquila meritano una visita le aree archeologiche di Amiternum con il teatro e l'anfiteatro. Orario: 8.00 -14.00. Ingresso libero.

Foto 9 - Castello di Fagnano Alto, monolite a forma di H



Archeology in the Valley

The archeological park of the Necropolis at Fossa

The site extends along the banks of the river Aterno in the heart of the ancient territories of the Vestini people occupying an area of over 2,000 m² which was in continuous use from the first iron age (C11th to C8th BC) until the Helenistic/Roman age (C4th to C1st BC). Known as the little Stonehenge of Abruzzo, the necropolis includes a tumulus surrounded by menhirs, and stone built tombs with funeral beds decorated with carvings in bone. Some of the funerary objects can be found at the Manda, Museo Nazional d'Abruzzo, L'Aquila, Borgo Rivera opposite the Fountain of the 99 Spouts). www.manda.abruzzo.it (Tuesday - Sunday; 9am - 6.30pm. Entry: €4; €2 for 18-25 year olds; free for under 18s). There is an exhibition about the Vestini at the Casa della Cultura at Onna (Via dei Martiri) www.onnaonlus.org/casacultura.php.

At the time of going to press we are unable to confirm that visits to the necropolis will be possible. For more information please contact Carla Ciccozzi (+39 349 782 0922).

Peltuinum

The city of Peltuinum, founded between the C1st BC and the C1st AD in the territory of the Vestini people, was positioned between the Aterno and the Tirino valleys, natural routes of passage through the Abruzzese Appenines. On the site there is a porticoed temple probably dedicated to Apollo of which there remains only the cement core; it was a single cella structure on a high podium, in the Corinthian hexastyle and prostyle. Nearby there is a limestone monolith hollowed out in an H-shape recess whose function scholars have not yet been able to ascertain. Close to the temple is a theatre dating from the Augustan era (C1st BC to C1st AD). Access to the site is free.

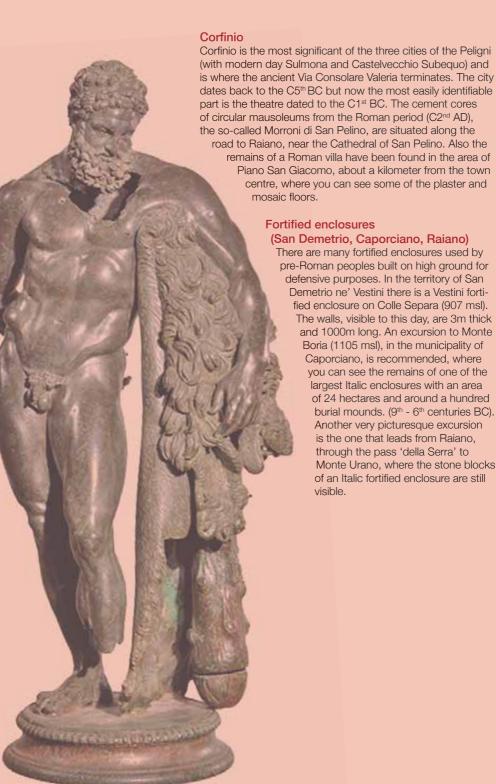
The Temple of Jupiter at Castel d'Ieri

The site in the village of Pie' di Franci was unearthed in 1987 when a C2nd BC temple was discovered, about 15m by 20m. Within the

site there is a necropolis of circular tombs (C6th to C7th BC) and the remains of a temple with three cellae (C4th to C3rd BC). In the C2nd BC a temple was built dedicated to Jupiter, one of the finest examples of architecture of the period. The base consists of stone slabs; access to the cella is via a wide stairway preceded by two rows of, respectively, four and two columns. The cella is divided into three equal areas. In the central area there is the mosaic inscription ex pagi decreto of the magistrates who oversaw a restoration. To visit contact Melania De Felice (0864 79168).

The Sanctuary of Hercules Curino in Sulmona

At the foot of the Morrone mountains near Badia lie the monumental ruins of the Sanctuary of Hercules Curino, the Italic divinity and protector of flocks. The site is on the sheepherders transhumance route to Foggia. The sanctuary consists of two terraces and is in a spectacular location. The lower terrace dating from the C1st BC is a structure consisting of a long podium (71m) and 14 covered rooms. On the second terrace there was a sacred enclosure constructed of mud bricks. The mosaic floor consists of a polychrome decoration of vegetation and other decorative elements. At the entrance to this room was the bronze plated altar with the name of the dedicate. garlands and cornucopia. Inside was found a marble statue of Hercules crouching and a beautiful statuette in bronze of Hercules at rest. Access to the site is free. Information and guided tours at the tourist office in Sulmona tel. 0864 210216 www.visitsulmonaitalv.it. The finds from the sanctuary are kept at Manda. the National Archaeological Museum of Abruzzo (Villa Comunale Frigeri, Via Costanzi, 2, 66100 Chieti CH, Tuesday - Sunday, 9am - 8pm; www.archeoabruzzo.beniculturali.it/ manda1.html). Also in Sulmona is the Archaeological Museum located in the complex of the Santissima Annunziata (Corso Ovidio, Tuesday to Sunday; 9am - 1pm and 3.30pm - 6.30pm. Ticket: € 3.25).



Fortified enclosures (San Demetrio, Caporciano, Raiano)

There are many fortified enclosures used by pre-Roman peoples built on high ground for defensive purposes. In the territory of San Demetrio ne' Vestini there is a Vestini fortified enclosure on Colle Separa (907 msl). The walls, visible to this day, are 3m thick and 1000m long. An excursion to Monte Boria (1105 msl), in the municipality of Caporciano, is recommended, where you can see the remains of one of the largest Italic enclosures with an area of 24 hectares and around a hundred burial mounds. (9th - 6th centuries BC). Another very picturesque excursion is the one that leads from Rajano. through the pass 'della Serra' to Monte Urano, where the stone blocks of an Italic fortified enclosure are still visible.

Torri e castelli

La provincia dell'Aquila, così come tutto l'Abruzzo, è ricca di castelli, torri e recinti fortificati che nel tempo hanno subito modifiche diventando una costante del paesaggio. La presenza di tanti insediamenti è dovuta al fenomeno del cosiddetto incastellamento. ovvero lo spostamento della popolazione in punti d'altura maggiormente isolati a scopi difensivi, ma anche di controllo e gestione del territorio e della viabilità. La grande quantità di castelli e la loro posizione strategica sulle alture garantiva un ottimo controllo della viabilità e del territorio grazie anche a stratagemmi di natura visiva tra le torri di avvistamento che permettevano la comunicazione con l'ausilio di fuochi o specchi. Nel corso del tempo e con il succedersi di diversi domini i castelli hanno subito molte modifiche alcuni si sono evoluti in borghi fortificati d'altura, mentre altri sono stati pian piano abbandonati diventando oggi suggestivi ruderi.

Nella valle dell'Aterno esistono esempi mirabili di castelli e torri di questo tipo ancora oggi visibili. Procedendo dall'Aguila verso Sulmona s'incontra, ad esempio, il castello di Sant'Eusanio Forconese che sorge sulla sommità del monte Cerro in una posizione di controllo della vallata sottostante e in stretto collegamento visivo con il castelli di Ocre, San Pio delle Camere e Barisciano. La costruzione del castello è del XII-XIII secolo sul luogo di un probabile insediamento vestino e ha subito molte integrazioni e modifiche nel corso dei secoli. Oggi è discretamente conservato un recinto quadrangolare intervallato da torri semicircolari e quadrate e una chiesa dedicata alla Madonna del Castello addossata alle mura e a una delle torri quadrate (Foto 1).

Poco lontano da Sant'Eusanio, nel comune di Prata D'Ansidonia, si trova invece Castel Camponeschi, antico possedimento dei conti Camponeschi e abitato dai contadini locali fino agli anni Cinquanta. La prima attestazione del castello risale al secolo XII e aveva scopi difensivi e di avvistamento. Il piccolo borgo murato oggi visibile è pieno di notevoli accorgimenti difensivi e di materiale di recupero di epoca classica proveniente dalla vicina città romana di *Peltuinum*, questi elementi lo rendono un esemplare unico nel panorama

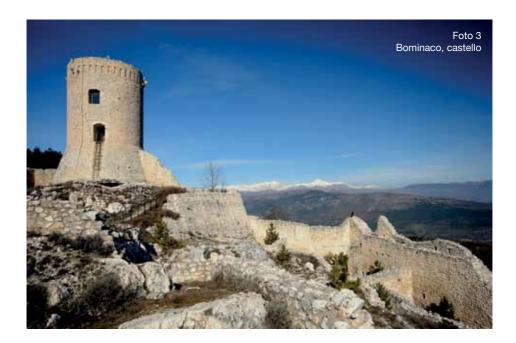


Foto 2 - Prata d'Ansidonia, Castel Camponeschi

non solo aquilano, ma dell'Abruzzo in genere (Foto 2). L'impianto conserva ancora buona parte della cinta muraria originaria con le torri rompitratta e le due porte d'accesso con arco a sesto acuto. Diversi edifici occupano lo spazio interno e sono disposti a spina di pesce, seguendo l'asse viario principale. Di

Foto 1 Sant'Eusanio Forconese, castello





notevole interesse è la chiesa di san Pietro con la facciata a coronamento orizzontale, tipico delle chiese aquilane, due portali diversi e il campanile realizzato in una delle torri della cortina muraria. Sulla sommità del monte Boria, nel comune di Caporciano, si erge il bellissimo castello di Bominaco che domina da un lato il borgo sottostante e dall'altro la piana di Navelli garantendo un contatto diretto con altri insediamenti difensivi del territorio (Foto 3). Il primo edificio, attribuibile con molta probabilità all'epoca normanna, fu però ristrutturato nel corso del XII-XIII secolo, in concomitanza con il periodo di maggiore splendore del monastero sottostante. L'impianto attuale del castello con il suo recinto fortificato e la grande torre circolare è attribuibile al XV secolo. L'insediamento svolgeva funzioni prettamente difensive ed era in grado di ospitare la popolazione del paese sottostante in caso di assedio. All'interno sono ancora visibili diversi ambienti che servivano per immagazzinare le derrate alimentari e ospitare la popolazione. Scendendo dalla montagna verso il fiume Aterno si trova il castello di Fagnano attestato per la prima volta nel XII secolo, che sorge probabilmente sui resti di un insediamento vestino in una posizione di controllo tra la valle del fiume Aterno e quella dell'altopiano di Navelli. L'impianto ha subito molte modifiche nel corso del tempo, oggi si presenta cinto da una cortina muraria ellissoidale ben conservata con due torri pentagonali e due torri circolari. Una di queste è stata riutilizzata come campanile della chiesa di san Pietro, oggi diruta. L'ingresso principale del castello è inserito in una torre quadrata con un arco a sesto acuto al di sopra del quale sono ancora visibili due incavi che costituivano l'alloggiamento per il ponte levatoio. Nella sommità della torre è ancora visibile una caditoia usata dal corpo di guardia per la difesa dell'ingresso. Entrando da qui nel borgo è visibile una piccola porta tamponata originariamente usata per accedere alla parte sommitale della struttura e garantire la difesa del castello. Poco oltre Fagnano sorge il borgo fortificato di Fontecchio, realizzato in posizione dominante sulla valle dell'Aterno, in un'area intensamente abitata fin tempi dei popoli italici e dei romani.

La prima attestazione del castello risale al XII secolo. Il suggestivo nucleo abitativo assume nel corso dei secoli la caratteristica configurazione di borgo fortificato con tratti di mura, porte urbane e stretti percorsi a gradini acciottolati sui quali si affacciano le numerose case-bottega. Bellissima è l'imponente torre quadrangolare, chiamata Torre dell'orologio che presenta un'elegante struttura sporgente sostenuta da mensole e un orologio considerato tra i più antichi d'Italia, con un quadrante suddiviso in sei ore e un meccanismo che muove la sola lancetta grazie a un sistema di pesi (Foto 4-5). Passeggiando per il borgo si vedono ancora le molteplici porte di accesso ancora ben conservate che testimoniano l'evoluzione urbanistica del borgo. Visibili sono ancora i due palazzi signorili, Corvi e Muzi, che dominano il paese, e la piccola fortezza del Cornone che con la sua torre di avvistamento garantiva un collegamento visivo con la torre di Tione (Foto 6). Quest'ultima, ubicata nella parte sommitale del paese di Tione degli Abruzzi, è una testimonianza dell'antico castrum che sorgeva sulla sponda destra del fiume Aterno. Di guesto antico castello, trasformato nel corso dei secoli in borgo, resta anche la porta d'ingresso nord-ovest. La torre, alta circa 19 metri, è costituita da una muratura mista con pietrame irregolare e presenta sulla sommità un orologio, inserito in epoca recente, che connota la sua funzio-



Foto 4 e 5 Fontecchio, torre dell'orologio





Foto 6 - Fontecchio, torre del Cornone

ne civica. La sua originaria mansione di difesa è attestata da piccole aperture, feritoie e merlature a coronamento, ancora oggi visibili, che permettevano la protezione degli abitanti durante gli assedi. Anche l'ingresso soprelevato rispetto al piano di calpestio, al quale si accedeva grazie a una scala retraibile, garantiva una maggiore difesa. Internamente la struttura era divisa in quattro piani comunicanti tra loro originariamente con delle scale lignee. La torre di Goriano Valli sorge invece nell'omonima frazione nel comune di Tione degli Abruzzi e svolgeva una funzione d'avvistamento, come si comprende bene dal contatto visivo che ha con la vicina torre di Beffi. Si tratta dell'unica struttura ben conservata dell'insediamento fortificato di Goriano che conserva però tracce più antiche nei ruderi del recinto con torri rompitratta e nei resti di strutture abitative all'interno delle mura. La torre circolare, databile al XIV secolo, è alta circa 19 metri; all'interno conserva l'originaria pianta ottagonale ed è divisa in quattro piani collegati tra loro con scale lignee (Foto 7-8). Al piano inferiore si trovava la cisterna per la raccolta delle acque che è coperta da una volta a botte realizzata in pietra. L'ultimo piano invece è chiuso alla sommità con una volta a cupola. L'analisi della muratura esterna mostra la presenza di alcune finestrelle. quadrate e rettangolari, e i resti sulla sommità di merli rettangolari che lasciano ipotizzare che la struttura originaria fosse interamente merlata. Infine, attraversando il fiume, si trova il castello di Beffi, edificato su uno sperone roccioso e che nel medioevo garantiva, grazie a un sistema di triangolazioni visive con le altre fortificazioni, il controllo del territorio (Foto 9). Il castello è costituito dalla torre pentagonale dalla quale si sviluppa un recinto fortificato che ospita diversi ambienti abitativi (da cui si evince che il castello non svolgeva solo funzioni difensive, ma era una residenza stabile per la popolazione e per il feudatario). La prima attestazione risale al 1185, ma l'impianto visibile è quello del XII-XIII secolo, con aggiunte avvenute nel XIV secolo, periodo in cui viene realizzata la porta d'ingresso posta a ovest, costituita da blocchi di pietra ben squadrati che formano un arco acuto sormontato dallo stemma del castello: san Michele su una torre. La torre, conservata nella sua altezza originaria di circa 18 metri con una pianta pentagonale irregolare con lati di lunghezze differenti. Internamente è divisa in quattro piani collegati tra loro con scale a chiocciola. La torre presenta tracce



Foto 7 - Goriano Valli, torre circolare



Foto 8 - Goriano Valli, vista dalla torre

di aperture tamponate, feritoie e archibugiere rotonde sui lati esterni, tutti segni di un uso prolungato nel tempo della struttura a scopo difensivo. Sempre nel comune di Acciano, situata nell'omonima frazione è visibile anche la torre di Roccapreturo, che completava lo schema delle triangolazioni visive della valle a scopo difensivo. Alta circa 10 metri e coeva alla torre di Beffi era parte di un recinto fortificato a pianta triangolare del quale sono presenti alcune tracce e che testimoniano il suo compito difensivo del borgo sottostante.



Towers and castles

The province of L'Aquila, like all of Abruzzo, is rich in castles, towers and fortified enclosures that over time have been altered becoming a constant feature in the landscape. The presence of so many settlements is partly due to the movement of the population to more isolated high ground for defensive reasons. The number and strategic position of the castles allowed control of the roads and the territory thanks to the visual link between the various watchtowers. Still today in the Aterno valley there are wonderful examples of castles and towers of this type. Travelling from L'Aquila towards Sulmona you find, for example, the castle of Sant'Eusanio Forconese standing on the summit of Monte Cerro in a position of control over the valley below. The castle was built in the 12th to 13th century. Today there remains a quadrangular enclosure punctuated by semicircular and square towers, and a church dedicated to the Madonna del Castello. Not far from Sant'Eusanio, near the village of Prata D'Ansidonia, is Castel Camponeschi. The first mention of the castle dates from the 12th century and it had both defensive and lookout purposes. Inside the castle much of the stone is recycled material from the classical era, taken from the nearby Roman city of Peltuinum. The structure still retains much of the original walls with intermediate towers and two entrance gates with Gothic arches. Of significant interest is the church of San Pietro with a horizontal pediment, typical of L'Aquila churches. On the summit of Monte Boria in Caporciano stands the beautiful castle of Bominaco. The current system of the castle with its walled enclosure and the large circular tower dates from the 15th century. Inside can still be seen the different areas that were used to store food supplies and accommodate the population if the need arose. Coming down from the mountain to the river Aterno we find Fagnano castle first mentioned in the 12th century. Today it still has a well-preserved, ellipsoid curtain wall with two pentagonal towers and two circular towers. The main entrance of the castle is set in a square tower with a pointed arch on top of which are still visible two hollows which were once housings for the drawbridge. Just beyond Fagnano stands the fortified village of Fontecchio, built in a dominant position in the Aterno valley, in an area densely populated since the times of the Italic and Roman people. The first mention of the castle dates back to the 12th century. Over the centuries the picturesque village has taken on the characteristic configuration of a fortified village with sections

Would you like to see the 3D animation movies of the Aterno valley towers and castles, as they were in the medieval era? You can do it using the QR-Code in this page or connecting to the website: http://valledellaterno.it/torri-e-castelli/



of walls and entrance gateways. The beautiful and impressive Torre dell'Orologio (Clock Tower) is an imposing square tower featuring a clock considered to be amongst the oldest in Italy. It has a dial divided into six hours and a mechanism that moves the single hand using a system of weights. Walking around the village you can still see the various gateways, the two baronial palaces, Corvi and Muzi, that still dominate the village, and the small defensive fortress of Il Cornone. The Tione tower, located in the village of Tione degli Abruzzi, is evidence of the ancient castrum that stood on the right bank of the river Aterno. Of this ancient castle only the northwest entrance remains. The tower, about 19 m high, was constructed of mixed masonry with irregular stones. Its original task of defence is evidenced by the small apertures, slits and battlements. Internally the tower was divided into four floors connected by the wooden staircases. The tower of Goriano Valli stands in the village of the same name in the municipality of Tione degli Abruzzi and had the function of lookout tower, with a clear line of sight to the Beffi tower nearby. This is the only well-preserved structure of the fortified settlement of Goriano. The round tower, dating from the 14th century, is about 19 m high. Inside the original octagonal floorplan remains, divided into four floors. Analysis of the exterior suggests that the original structure was crenellated. Finally, across the river, lies the castle of Beffi, which because of its position on a rocky outcrop, and due to a triangular line of sight system with other fortifications, controlled the territory in medieval times. The castle consists of a pentagonal tower from which extends a fortified enclosure housing a variety of living spaces. The first mention dates back to 1185, but the structure we see today dates from the 12th to 13th centuries, with additions that took place in the 14th century, a period during which the west door was erected surmounted by the coat of arms of the castle: St Michael on a tower. The tower is about 18 m high with a irregular pentagonal footprint. Also in the municipality of Acciano, is the Roccapreturo tower, which completes the triangle of watchtowers overlooking the valley for defensive purposes. About 10 meters high and of the same period as the Beffi tower, it was part of a fortified enclosure with a triangular base of which there are still some traces.

L'Aterno e i suoi ponti

Chiamato *Aternus* dai latini, il fiume scorre tra il gruppo montuoso del Gran Sasso, a nordest (da dove nasce), e quello del Velino-Sirente a sud-ovest. L'Aterno costituisce il corso d'acqua principale della provincia dell'Aquila e, dopo l'apporto delle sorgenti del Pescara, nei pressi di Popoli, il più importante dell'intera regione Abruzzo.

La valle dell'Aterno ha costituito da sempre un naturale passaggio e un collegamento nordsud tra la Sabina e la conca peligna: il fiume è stato via di comunicazione, di trasporto, di contatto, di scambio tra le popolazioni che abitavano le valli ad esso limitrofe (Foto 1). Numerosi infatti sono gli insediamenti sorti lungo la direttrice del medio corso dell'Aterno: la maggior parte di essi era sito sul lato sinistro del fiume: Fontecchio, Beffi, Santa Maria del Ponte. All'altezza di guest'ultimo borgo, la cui toponomastica ricorda esplicitamente un importante attraversamento del fiume, la strada, corrispondente grosso modo all'odierna strada di fondovalle, si divideva in due prosequendo verso Goriano Valli e la valle subequana. I ponti dunque hanno un ruolo da protagonisti in questo passato ricco e composito, oggi ne rimangono solo poche testimonianze materiali ma meritano ugualmente una visita per le storie e le suggestioni che ancora riescono a evocare.

Fossa, ponte romanico

Il primo dei ponti che si incontra, venendo dall'Aquila è quello romanico (XIII secolo) di Fossa, nei pressi della modesta chiesa di campagna di san Clemente, protettore del paese. La località è denominata Cerro dall'omonimo monte soprastante. Il ponte, sito su una canalizzazione dell'Aterno, conserva due poderose arcate con blocchi di pietra ben squadrati. Il passaggio è assicurato da un percorso lastricato con pietre quadrangolari.

Fagnano Atto, ponte di Campana

Seguendo il corso del fiume si incontra il ponte di Campana, nella frazione di Fagnano Alto. Il ponte risale all'epoca dell'imperatore Claudio (I secolo d. C.) il quale, oltre ad essere ricordato per le due celebri vie consolari la Claudia Valeria¹ e la Claudia Nova², per primo fece costruire sull'Aterno una serie di

Foto 1 - Fiume Aterno nei pressi di Campana (Fagnano Alto)



- 1 La strada in origine si chiamava Tiburtina (da Roma a Tivoli), il tratto fino a Corfinio fu denominato Valeria. L'ultimo tratto da Collarmele a Pescara fu restaurato dall'imperatore Claudio nel 48-49 d. C. e la via fu detta Claudia Valeria.
- 2 Opera dell'imperatore Claudio venne costruita nel 48 d. C. partiva da Amiternum o Foruli (l'odierna Civitatomassa) e terminava all'altezza di Popoli incrociando la via Claudia Valeria.



Foto 2 - Campana (Fagnano Alto), ponte

attraversamenti. Le fonti parlano di guarantatré ponti in totale: nella sola valle di Acciano, lunga solo undici miglia, ne furono costruiti dodici. Questo ponte, in particolare, segna la fine della conca aquilana e l'ingresso, a nord, nella valle subequana. In origine era composto da quattro arcate a tutto sesto e a metà ponte c'erano due edicole affrescate. Fino alla metà dell'Ottocento il ponte aveva conservato in parte della sua antica fattura, ma nella seconda metà del XIX secolo il manufatto fu oggetto di una serie di rimaneggiamenti. Alle quattro arcate ne furono aggiunte altre due: una sull'argine di destra e un'altra su quello di sinistra; la copertura del tetto fu allargata per offrire un riparo e per facilitare il passaggio dei mezzi agricoli. In tempi recenti le edicole, con i relativi affreschi, sono stati cementati e il tetto è stato abbattuto per facilitare ancor più il transito dei veicoli (Foto 2). alle pagliare³ di Fontecchio. Il ponte a doppia campata, con arcate a tutto sesto di diversa grandezza, è costituito da conci riquadrati in pietra calcarea (Foto 3).

Sull'origine romana del ponte non ci sono testimonianze archeologiche sicure: con tutta probabilità esso faceva parte di un sistema di passaggi che ha subìto in epoca medievale, così come il ponte di Beffi, una serie di rifacimenti connessi al miglioramento della viabilità.

Si può raggiungerlo tramite due percorsi: attraversando il centro storico fino ad arrivare ad una delle porte principali del borgo, Porta da Piedi, si percorre tutta la stradina che arriva fino al ponte. Il secondo sentiero spassa per la cosiddetta via dell'Aquila, sita nei pressi della Fonte del Rio: camminando lungo il viottolo fino all'incrocio di una strada bianca di fondovalle si deve girare a sinistra e percorrere circa 100 metri per arrivare a destinazione.

Fontecchio, ponte delle pietre

A Fontecchio, percorrendo la strada di fondovalle, sito in quota a 524 metri slm, c'è uno dei passaggi meglio conservati della media valla dell'Aterno, via obbligatoria per salire

³ Villaggi temporanei dove i contadini di Fontecchio, Tione, Fagnano si spostavano, da maggio a ottobre, per coltivare i terreni e pascolare gli animali.

Beffi, ponte romano

La costruzione è stata sempre considerata di epoca romana ma gli scavi archeologici svolti a fine anni Novanta hanno permesso un approfondimento riguardo la sua struttura e la cronologia. Oltre all'arcata più grande a tutto sesto, ne è emersa una seconda, anch'essa a tutto sesto di dimensioni inferiori; entrambe costruite con conci riquadrati in calcare.

Si parte dalla stazione ferroviaria di Beffi da dove si diparte un sentiero che, dopo un breve percorso a piedi, verso sud-est, parallelo alla ferrovia e poi al fiume, conduce ad una grande roccia che incombe sul fiume, superata la quale si giunge al ponte.

Si può scendere dal castello di Beffi con una ripido sentiero o ancora, sul versante opposto da Goriano Valli prendendo il bel sentiero che parte dalla chiesa di san Gaetano va verso la torre cilindrica e si scende a valle verso la ferrovia e il fiume. Molto suggestivo e affascinante è il tratto dell'antica strada tagliata nella roccia in cui sono evidenti ancora i solchi delle ruote dei carri. Sono conservate anche due edicole votive scavate nella parete rocciosa, quasi in corrispondenza del ponte, di forma rettangolare di cui una con tetto a doppio spiovente.

chio, va inserito nel sistema viario di epoca medievale in funzione di collegamento tra i borghi di Goriano Valli e Beffi. Insediamenti fortificati medievali erano di fatto posizionati a controllo dell'asse stradale di fondo valle e il ponte suggerisce una continuità di utilizzo legata al collegamento tra gli abitati (Foto 4). Percorrendo la valle dell'Aterno dopo Molina Aterno, nei pressi di Castelvecchio Subequo, il fiume scorre incassato nelle aspre e bellissime gole di San Venanzio fino a raggiungere la piana di Raiano-Sulmona.

Il ponte, come già visto per quello di Fontec-

Raiano, ponte dello Spirito Santo

È un ponte in ferro, senza particolari valenze artistiche, ma che, una volta superato, permette di camminare su un sentiero che conduce alla chiesina di campagna della Madonna De Contra⁴. Ai lati dell'altare c'è una

4 Partendo dalla circonvallazione Sant'Antonio, nel centro storico di Raiano, seguendo i terrazzi alluvionali dell'Aterno si arriva fino alla sorgente sulfurea dell'Acqua Solfa e poi si prosegue in piano in direzione delle gole fino ad arrivare al fiume in prossimità del ponte.

Foto 3 - Fontecchio, ponte delle pietre



piccola grotta, la parte più antica, inglobata dalla muratura della chiesa, legata ad antichi culti di litoterapia di origine pre-cristiana.

L'Aterno è vicinissimo, il fiume rallenta la sua corsa e si apre in un bacino fluviale di grande bellezza naturalistica. Un altro percorso possibile è quello che conduce all'Acqua Solfa dove acque sulfuree dalle proprietà disintossicanti, purificanti e diuretiche sgorgano in superficie. Le testimonianze materiali risalenti al II secolo a. C. (lacerti di mura) testimoniano dell'antica frequentazione risalente all'epoca protostorica confermando il valore simbolico e rituale delle acque già per le popolazioni italiche.

Dal ponte si può anche arrivare fino all'eremo di San Venanzio, dedicata al giovane Venanzio che si convertì al cristianesimo intorno alla metà del 200. È un luogo remoto, di una bellezza selvaggia e nascosta dove la gola si restringe e dove il fiume forma una piccola cascata L'eremo venne costruito (probabilmente nel 1400) su un sistema di archi impostati direttamente sulla roccia. Per informazioni sugli orari di visita: tel. 0864 72212

Raiano, via delle uccole

Anche se non si tratta di attraversamenti fluviali veri e propri si è ritenuto potesse essere interessante la Via delle uccole presso Raiano, un itinerario storico-archeologico lungo il canale romano. Le uccole o buccole sono delle aperture di un'opera idraulica di epoca romana (I secolo a.C.) scavata nella roccia: una galleria, lunga oltre cinque chilometri, che ha permesso l'irrigazione di tutta la pianura di Raiano. Si parte dal centro abitato, nei pressi del passaggio a livello, fiancheggiando il canale, che viaggia in sotterranea. Il percorso, pianeggiante, è di circa quattro chilometri e si sviluppa per la quasi totalità a mezza costa lungo le ripide pareti delle gole di San Venanzio, a strapiombo sul fiume Aterno mostrando un panorama veramente straordinario. Per meglio orientarsi su questi ed altri percorsi della riserva naturale delle Gole di San Venanzio si consiglia di scaricare e stampare la cartina con le indicazioni dei diversi itinerari dalla pagina internet: www.golesanvenanzio.it/download/ pannello_cartina_riserva.pdf.

Foto 4 - Beffi, ponte romano



The Aterno and its bridges

Named Aternus by the Latini, the river runs between the massif of the Gran Sasso (where the source lies) and that of the Velino-Sirente. The Aterno is the principal watercourse of the province of L'Aquila and, after the contribution of the water sources of Pescara. in the area of Popoli, the most important in the entire region of Abruzzo. The Aterno valley has always represented a natural passage and a north/south link between the Sabines and the Peligna basin; the river has been a route of communication, transport. contact and trade between the peoples that occupied the valleys and adjacent areas. The majority of the settlements along the river are on the left bank: Fontecchio. Beffi and Santa Maria del Ponte (whose very name implies an important river crossing) which is where the road divides in two continuing towards Goriano Valli and the Subeguana valley. So the bridges play a leading role in this rich and varied past, today there is little material evidence but a visit is worthwhile for the stories and atmosphere that they evoke.

Fagnano Alto, Campana bridge

The first of the bridges coming from L'Aquila is at Campana. The bridge dates from the time of Emperor Claudius (1st C AD) who was the first to build bridges over the Aterno. Sources tell of forty-three bridges in total. This bridge marks the end of the Aquila basin and the beginning of the Subequana valley. It was originally composed of four round arches and in the centre there were two frescoed shrines. In the second half of the nineteenth century two more aches were added, one on the right bank and another on the left, and the roof covering was enlarged to provide shelter and to allow agricultural vehicles to pass. In recent times the shrines were cemented over and the roof was removed entirely.

Fontecchio, the stone bridge

Below the village of Fontecchio is one of the best preserved crossings. The double-span bridge, with round arches of differing size is built of limestone blocks. There is no archeological evidence of Roman origins though it is known as the Roman bridge. It was probably part of a system of crossings erected in the Middle Ages, along with the Beffi bridge, to improve the road network. You can reach it on foot either through the old town to Porta da Piedi then following the path, or on Via dell'Aquila (from the Fonte del Rio) until you reach the junction with a bridle path where you turn left.

Beffi, the 'Roman' bridge

Archaeological excavations carried out in the nineties show that the bridge is not in fact Roman but, as in Fontecchio, was part of the medieval road network linking Goriano Valli and Beffi. Apart from the larger rounded arch, there is a second, also rounded but smaller; also built from limestone blocks. The bridge is near Beffi station along a path some of which is an old Roman road. The wheel ruts from wagons are still visible. Also preserved are two shrines, just before the bridge. Along the Aterno valley after Molina Aterno, near Castelvecchio Subequo the river flows through the rugged and beautiful gorges of San Venanzio and on to the plain of Raiano and Sulmona.

Raiano, Santo Spirito bridge

This is an iron bridge with no particular artistic value, but which leads to a path to the church of Madonna De Contra. To the side of the altar there is a small cave, the oldest part, enclosed by the masonry of the church, linked to ancient lithotherapy cults of pre-Christian origin. The Aterno is very close and now the river slows and opens into a river basin of great natural beauty. A path leads to Acqua Solfa where sulphurous waters with detoxifying, purifying and diuretic properties surface. There are fragments of walls here dating back to the C2nd confirming the symbolic value of water and its associated rituals to the Italic peoples. From the bridge there is a path leading to the hermitage of San Venanzio dedicated to the young Venanzio who converted to Christianity in mid-200. It is a beautiful and remote place where the gorge narrows and where the river forms a small waterfall. The hermitage probably dates from the C15th. For information on visiting hours: tel. 0864 72212

Raiano, via delle uccole

Also interesting though not a river crossing is the Roman canal leading from Raiano to the gorge of San Venanzio. The 'uccole' or 'buccole' are the openings into a tunnel about five kilometres long, carved into the rock during Roman times, which enabled the irrigation of the entire Raiano plain. A path leaves Raiano near the level crossing and follows the canal that travels underground. The level path is about four kilometers long and about halfway up the steep walls of the gorge of San Venanzio with stunning panoramic views. For a map of footpaths in the gorge: www.golesanvenanzio.it/download/pannello_cartina_riserva.pdf.

La spiritualità del fiume

Monasteri, conventi, eremi e chiese rupestri nella valle dell'Aterno

Lungo la valle subequana si aprono sentieri che conducono a piccole gemme incastonate nelle rocce. Sono eremi, monasteri, chiese rupestri, dove il tempo scorre con un ritmo cadenzato e regolare da centinaia di anni, seguendo il fruscio delle acque dell'Aterno e il passaggio ciclico delle stagioni.

Il fiume accompagna chi voglia spingersi alla scoperta di luoghi densi di storia e arte, di vita quotidiana e grandi eventi che ne hanno disegnato il profilo così unico e intimamente legato al paesaggio circostante.

Il cammino inizia da un monastero-fortezza che si fonde nella roccia come baluardo e guardiano della vallata sottostante. È il monastero di Santo Spirito d'Ocre, fondato nel 1222 da Placido da Roio e primo insediamento cistercense della zona (1248). Il complesso monastico conserva affreschi del XIII-XIV secolo con scene di vita del Beato Placido che, di ritorno da un pellegrinaggio a Santiago di Compostela, trovò riparo in una grotta sul monte Circolo. Da questo eremo si diffuse la fama di santità di Placido e così il conte Berar-

Foto 1 - Ocre, eremo di sant'Angelo



do di Ocre donò il terreno, chiamato Pretola, dove sorge il monastero.

Quest'ultimo deve la sua fondazione alla grotta romitoria di Placido che si apre lungo la parte superiore del monte e scende ripida dal castello diroccato di san Panfilo d'Ocre verso Fossa. Il luogo si lega anche al martirio di san Massimo - compatrono dell'Aquila, gettato dalla rupe nel 250 d.C. - e al culto del Sole invitto da ricordare per l'importanza che tale culto ha avuto nella formazione della simbologia dei primi cristiani, creando un forte legame del monte Circolo con la spiritualità della conca aquilana.

Nell'area di Ocre si trova anche l'eremo di Santo Spirito, un complesso dell'VIII-IX secolo, anche se i primi dati risalgono al 1409 quando l'eremo divenne un convento di monache benedettine. Nel 1480 è trasformato nella forma che assume oggi quando vi s'insediarono i monaci francescani (Foto 1). L'impianto prevede gli ambienti principali collocati attorno al chiostro e orientati secondo canoni precisi: la chiesa a navata unica a nord, il refettorio a sud. la biblioteca a est e le celle a ovest. All'interno del chiostro si può vedere un ciclo pittorico secentesco, mentre il porticato e il portale conservano affreschi settecenteschi. Per visite: www.monasterosantospirito.it: 0862 1965538.

I primi due esempi introducono le tipologie monastica e romitica degli edifici di culto più diffusi lungo la valle e conducono a Ripa di Fagnano Alto. L'eremo di san Rocco si data al XVIII secolo ed è una piccola chiesa rupestre costruita nella roccia; la facciata in muratura è visibile dalla strada provinciale 261 perché interrompe il ritmo frastagliato della parete rocciosa. Mentre all'interno alcuni affreschi rappresentano Gesù e i Santi, tra cui Rocco, festeggiato in processione il 16 agosto (Foto 2). L'intonaco interno è andato quasi del tutto perduto, ma dove è ancora presente si posso-



Foto 2 - Ripa di Fagnano Alto, eremo di san Rocco

no leggere graffiti con scritte devozionali d'inizio Novecento cui si collegano gli indumenti appesi a una corda a testimoniare la grazia ricevuta.

Da Ripa si proseque verso Bominaco, dove si può ammirare uno dei più importanti e meglio conservati complessi monastici che comprende la chiesa di Santa Maria Assunta e l'oratorio di san Pellegrino (Foto 3). La chiesa, costruita nell'VIII secolo come luogo di sepoltura del santo, era stata donata all'abbazia di Farfa. centro benedettino in provincia di Rieti, per poi tornare indipendente nell'XI secolo. La prima titolazione della chiesa era appunto a san Pellegrino e poi alla Vergine quando fu costruito l'oratorio che conserva un ciclo pittorico medievale integro e considerato come il più importante dell'Abruzzo, insieme con quello di Santa Maria ad Cryptas a Fossa. La chiesa, inoltre, è stata dichiarata monumento nazionale nel 1902.

Ancora nella zona di Bominaco, si trova la Grotta di san Michele, romitorio rupestre dell'XI secolo dove secondo la tradizione ha abitato san Tussio (Foto 4). All'interno della grotta è tuttora presente una serie di vaschette per la raccolta dell'acqua piovana che servivano da acquasantiere. L'interno si divide in più am-



Foto 3 - Bominaco, oratorio di san Pellegrino

bienti tra cui la cisterna e le cellette dei monaci eremiti.

Proseguendo nel cammino, si arriva a Fontecchio, dove il convento di san Francesco, ben visibile dalla strada, appare nel suo magnifico isolamento e invita il viandante alla sosta. Nell'area di Fontecchio erano presenti altri due monasteri, quello dei cappuccini e di Santa Maria a Graiano, che fa ben comprendere il ruolo centrale del castrum in epoca medievale e rinascimentale. Gli ultimi due monasteri citati sono ormai in rovina e per intuire



Foto 4 - Bominaco, Grotta di san Michele

la ricca decorazione andata perduta, basti pensare alla tavola lignea della Madonna de Ambro proveniente da Santa Maria a Graiano e oggi esposta al MUNDA (Museo Nazionale d'Abruzzo) all'Aquila. Il convento di san Francesco, invece, è integro nella sua struttura e dopo il restauro degli anni Ottanta sono emersi frammenti di affreschi nella chiesa e sono stati riportati all'antico splendore il chiostro e gli ambienti interni (Foto 5). Poco distante s'incontra la piccola chiesa campestre di santa Petronilla.

Lasciando la direttrice della valle subequana e deviando verso l'altipiano, s'incontrano strutture in pietra viva (le pagliare) utilizzate in occasione della transumanza verticale tra la valle e i pascoli estivi sia dagli agricoltori che lì coltivavano le terre sia dai pastori per portare al pascolo gli animali. Nell'area di pertinenza di Fontecchio e Tione sono state costruite tre chiese rurali dedicate rispettivamente a sant'Anna, alla Trinità e alla Madonna di Loreto (Foto 6). Tutta l'area è sottoposta a vincolo paesaggistico per l'interesse storico e ambientale che riveste.

Scendendo verso valle sulla sponda sinistra

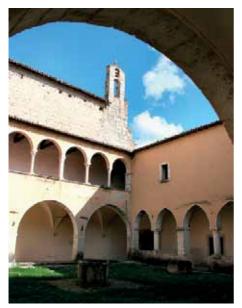


Foto 5 - Fontecchio, convento di san Francesco



Foto 6 - Tione, chiesa della Trinità

del fiume s'incontra il borgo di Santa Maria del Ponte sopra il quale è possibile visitare l'eremo di san Pancrazio Martire da dove il primo sabato di agosto parte una fiaccolata che porta fino al borgo.

Nel borgo si trova la collegiata Santa Maria Assunta risalente al V-VI secolo, rifondata nel XII. e ulteriormente ampliata nel XV e poi nel XVII secolo (Foto 7). L'interno della chiesa a tre navate conserva elementi di grande pregio, quali archi ogivali, volte a crociera che coprono anche l'area dell'abside, affreschi, il battistero a forma di edicola con arco a sesto acuto e gli armadi di cui uno in terracotta policroma con pilastrini e architrave decorato a motivi ornamentali dorati.

Risalendo il versante della valle da Roccapreturo e a circa 1300 m sotto monte Offermo. si trova la chiesa di sant'Erasmo, dove ci si reca in pellegrinaggio la prima domenica di giugno. Sempre a Roccapreturo si celebra anche un'importante processione rituale che porta i pellegrini alla chiesa di Santa Maria della Valle il martedì successivo alla celebrazione della Pentecoste. La tradizione vuole che la chiesa rupestre sia stata edificata sul luogo di apparizioni miracolose della Vergine di cui narra un affresco all'interno della chiesa e che la rappresentano, stagliata nella roccia, con il Bambino. Ancora nel comune di Acciano, stavolta nel territorio della frazione di Beffi si trova la chiesetta di Santa Maria Silvana al Fiume, dove si celebra un pellegrinaggio nel giorno del lunedì di Pasqua. La chiesetta è raggiungibile soltanto tramite un sentiero che parte dal castello di Beffi e scende verso l'Aterno e si trova totalmente isolata da un tratto di natura impervia.



Foto 7 - Santa Maria del Ponte, collegiata Santa Maria Assunta

La forte presenza francescana nella valle subequana si deve principalmente alla visita che il Santo di Assisi compì tra il 1215 e il 1216 e testimoniata dal suo primo biografo, Tommaso da Celano. Secondo la tradizione nel territorio di Gagliano Aterno, sulla piana di Baullo, san Francesco operò il miracolo dell'acqua raccontato anche da Giotto nella Basilica superiore di Assisi. Nella vicina Castelvecchio Subequeo un monastero datato al XIII è stato fortemente rimaneggiato nel XVII secolo. Gli affreschi del XIII-XIV secolo costituiscono un'importante testimonianza artistica, così come tutta la decorazione architettonica

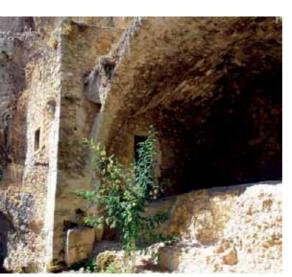


Foto 8 - Castel di Ieri, santuario della Madonna di Pietrabona

scultorea della chiesa principale. A tre chilometri da Castel di Ieri, percorrendo la strada provinciale 9 verso Goriano Sicoli, dopo la chiesa della Madonna del Soccorso si svolta a destra e si prosegue fino alla fine strada e poi per 200 metri a piedi, si può salire la parete rocciosa che conduce al santuario della Madonna di Pietrabona, risalente al XII secolo (Foto 8). La struttura presenta un edificio a torre addossato alla montagna da cui parte un arco che introduce a una piccola caverna con funzione di ossario; a questi si aggiungono poi la chiesa e il romitorio con una sagrestia che fungeva anche da alloggio per gli eremiti. Proseguendo all'interno della grotta s'incontra un elemento unico nel suo genere: infatti, da un tunnel scavato nella roccia, si accede a un altro piccolo ambiente al cui interno si trova un orto pensile.

Giungendo nella parte più impervia della valle dell'Aterno presso le gole di san Venanzio a Raiano, s'incontra l'eremo che ospitò il santo nel III secolo. La chiesa è stata costruita nel XII. secolo in una posizione ardita, a strapiombo sul fiume, e conserva all'interno tre altari di cui uno dedicato a san Pietro Celestino e uno a san Giovanni Battista (Foto 9), Accanto all'altare maggiore si apre la cosiddetta scala santa scavata nella roccia, che porta a una grotta dove san Venanzio si raccoglieva in preghiera e dormiva in un incavo della roccia che conserva ancora la sua impronta. Quest'ultima è l'ambiente più antico dell'intera struttura, che è stata rimaneggiata e ristrutturata più volte, e presenta ancora un piccolo affresco sopra il sedile detto 'di santa Rina'. Nel corso dei secoli è stato mèta di numerosi pellegrinaggi e tra questi si ricorda in particolare la visita di Benedetto Croce all'inizio del 1900.

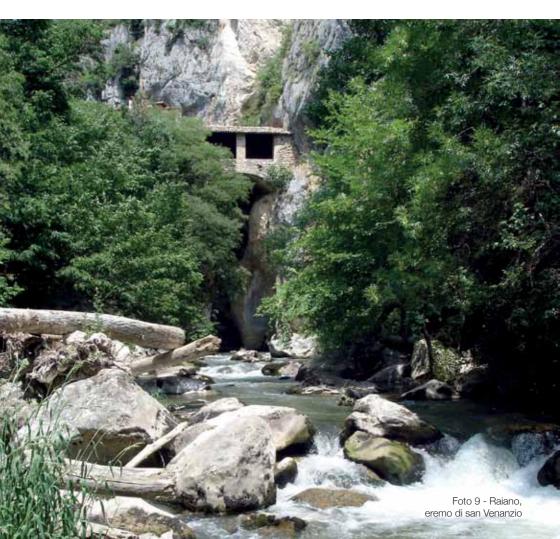
L'eremo di sant'Onofrio al Morrone è una chiesa con annesso romitorio datato al XIII che si trova presso la badia di Sulmona e che conclude questo lungo percorso di spiritualità a contatto diretto con la natura (Foto 10). È qui, infatti, che Pietro da Morrone si raccolse in preghiera nel 1293 e fino all'elezione che lo vide papa con il nome di Celestino V. A seguito della soppressione degli ordini religiosi

nel 1807, l'eremo viene abbandonato, ma ben presto torna a essere luogo di eremitaggio per laici e religiosi. Danneggiato durante la seconda guerra mondiale, l'eremo ha conservato la struttura originaria e, in particolare, gli affreschi duecenteschi che ricoprono l'oratorio e le celle di Celestino e del beato Roberto da Salle. Tradizione vuole che il crocefisso in pietra dell'oratorio sia stato benedetto da Celestino di cui si conserva un ritratto ad affresco in abito monastico bianco, eseguito dopo la sua morte. Poco distante si apre un'altra grotta che conserva l'aura di Celestino grazie alle acque stillate dalle pareti cui si attribuiscono poteri taumaturgici.

E così l'acqua del fiume Aterno accompagna il viandante da un'estremità all'altra della valle, scorrendo a volte placida a volte vorticosa, celebrando costantemente la terra madre.



Foto 10 - Sulmona, eremo di sant'Onofrio al Morrone



The Spirituality of the River

Monasteries, convents, hermitages and stone churches in the Aterno Valley

Along the Subeguana Valley paths lead to little gems encased in the rocks. These are the hermitages, monasteries and basic little stone churches that have been present in the valley for hundreds of years. Our route begins in a fortress monastery that was a bastion of the valley for centuries. It is the monastery of Santo Spirito d'Ocre, founded in 1221 by Placido da Roio and the first Cistercian settlement in the area (1248). The monastery contains frescoes from the C13th to C14th with scenes from the life of the Blessed Placido who took refuge here after the pilgrimage to Santiago di Compostela. Recognition of the sanctity of Placido spread from this hermitage. The site is also linked to the martyrdom of San Massimo patron of L'Aquila, martyred when thrown from the rocks in 250 AD - and to the cult of Sol Invictus reminding us of the importance of this cult in the symbolism of the first Christians. In the area of Ocre there is also the hermitage of Sant'Angelo, a C8th - C9th complex later altered when the Franciscan monks settled here in 1480. The complex includes the main rooms placed around a cloister within which a C16th cycle of paintings can been seen. In the portal and portico there are C17th frescoes. At Ripa di Fagnano Alto is the hermitage of San Rocco (around C18th), a small stone church built into the rock; inside there are frescoes representing Jesus and the saints, including Rocco and early C20th. Here you can read devotional wall writings linked to the clothes that have been left hanging on a rope as evidence of the blessings received. From Ripa continue towards Bominaco, where you can admire the church of Santa Maria Assunta and the Oratory of San Pellegrino. The church was built in the C8th as burial place of the saint: the church was first dedicated to San Pellegrino and only later to the Virgin. The nearby oratory, now dedicated to San Pellegrino, contains an intact medieval fresco cycle considered the most important in Abruzzo. Still in the area of Bominaco is found the Grotta (Cave) of San

Michele, a C11th stone church where according to tradition San Tussio lived. Within the cave there is a series of basins that collect rainwater and served as fonts of holy water. Continuing along the path you arrive in Fontecchio where you can visit the monastery of San Francesco. There were two other monasteries in Fontecchio, the Capuchin monastery and that of Santa Maria in Graiano though these are now in ruins while the convent of San Francesco is structurally intact. Also during the restoration in the 1980s fragments of frescoes emerged in the church. Not far away is the little stone church of St. Petronilla. Leaving the main part of the Subequana valley and climbing towards the high plateau of the pagliare (see chapter 2.4) there are two more stone churches dedicated, respectively, to Sant'Anna and the Trinity.

Descending again you come to the village of Tione degli Abruzzi where you can visit the hermitage of San Pancrazio Martire. In the nearby village of Santa Maria del Ponte there is the collegiate church of Santa Maria Assunta dating to the C5th - C6th. The interior of the church has three naves and elements of great value including gothic arches, cross vaults, frescoes, a baptistery in edicule form and cabinets including one in multicoloured terracotta with ornamental motifs in gold.

Climbing again on the other side of the valley you reach Roccapreturo and, at an altitude of about 1,300m on Monte Offermo, the church of Sant'Erasmo, the destination of a pilgrimage on the first Sunday of June.

Still in Roccapreturo there is also the church of Santa Maria della Valle. Tradition has it that the stone church was built on the site of miraculous apparitions of the Virgin, the story of which are told in a fresco inside the church. Also in the municipality of Acciano, in the village of Beffi, is the church of Santa Maria Silvana al Fiume, accessible only by a footpath that runs along the Aterno.

The strong Franciscan presence in the valley is mainly due to the visit made by the Saint of Assisi between 1215 and 1216, witnessed by

his first biographer, Tommaso da Celano. According to tradition, in the territory of Gagliano Aterno, on the plain of Baullo, St. Francis performed the miracle of the spring depicted by Giotto in the Upper Basilica of Assisi. On the site of the miracle in nearby Castelvecchio Subequeo, an oratory and a monastery were built with seventeenth-century frescoes of important artistic value, as is the architectural and sculptural decoration of the main church. Arriving in the area of Castel di Ieri you can climb the rocky face that leads to the shrine of the Madonna di Pietrabona, dating from the C12th. It features a structure shaped like a tower set against the mountain, from here an arch extends beneath which you can enter a small cave that serves as an ossuary. Continuing inside the cave you come across a unique feature: A tunnel dug into the rock leads to another area in which there is a hanging garden. Arriving in the most inaccessible part of the

valley at the gorges of San Venanzio at Raiano, we come to the hermitage where the saint lived in the C3rd. The church was built in the C12th overhanging the river and houses three altars, one dedicated to San Pietro Celestino and one to St. John the Baptist. Near the main altar there is a staircase known as the holy stairs carved into the rock and leading to a cave, the "crocetta", where it is said that San Venanzio slept. The hermitage of Sant'Onofrio al Morrone is a church and hermitage dating from C13th, located near the abbey of Sulmona and where our journey concludes. It is here that Pietro da Morrone devoted himself to prayer from 1293 until his election as Pope Celestine V. The original structure of the hermitage is well-preserved, as are the C13th frescoes. Not far away there is another cave with waters that spring from the walls to which miraculous powers are attributed.



Il cammino di Lelestino V

«Poscia ch'io v'ebbi alcun riconosciuto, vidi e conobbi l'ombra di colui che fece per viltade il gran rifiuto» (Inferno, canto terzo)

Con queste parole, secondo alcuni interpreti, Dante Alighieri avrebbe apostrofato Celestino V nella Divina Commedia, anche se non c'è accordo tra gli studiosi sul fatto che la figura indicata sia in realtà quella del santo del Morrone. Quale che sia la giusta interpretazione, gli endecasillabi danteschi ed il dibattito che hanno suscitato nei secoli sono il segno evidente dell'importanza di Celestino V nella storia della Chiesa e non solo.

Celestino V, al secolo Pietro Angelerio, è stato uno dei più venerati eremiti cristiani del XIII secolo e celebrato come santo già in vita. Il 5 luglio 1294 venne eletto papa dal collegio cardinalizio, ma rimase in carica solo per un breve periodo: a causa degli intrighi e delle pressioni degli ambienti curiali, infatti, rinunciò a questo ruolo pochi mesi dopo la nomina; un gesto che forse gli valse il disprezzo di Dante nel passo sopra ricordato. Al momento della sua nomina a papa, Celestino si trovava nel suo eremo sul monte Morrone e lì venne raggiunto da tre emissari del concla-

ve. Accettare il ruolo di capo della cristianità fu per lui una decisione molto sofferta; dopo molte esitazioni, tuttavia. Celestino diede il suo assenso e iniziò un viaggio che, in sella ad un asino, lo portò sino all'Aquila, sede dell'incoronazione a papa. Il viaggio di Celestino V da Sulmona all'Aquila viene ricordato ogni anno nella cosiddetta marcia del Fuoco del Morrone: la fiaccola che, accesa presso l'eremo il 23 agosto arriva fino all'Aquila passando di mano in mano tra vari tedofori e qui dà inizio alle celebrazioni della Perdonanza. Tale itinerario è quello che qui vi proponiamo, perché è un percorso ricco di arte e storia, che attraversa due aree naturali protette (riserva naturale di San Venanzio e Parco regionale Sirente-Velino) e tocca decine di bellissimi borghi medioevali. Il primo luogo da vistare, per ripercorrere il cammino di Celestino, è senz'altro l'eremo di sant'Onofrio al Morrone, nella frazione di Badia a Bagnaturo a Sulmona. L'eremo è il luogo dove Celestino V ha vissuto dal 1293 al 1294, anno della sua elezione a papa. Al suo interno si trova una piccola chiesa d'impianto rettangolare con soffitto quattrocentesco ed affreschi del XV secolo (Foto 1-2).

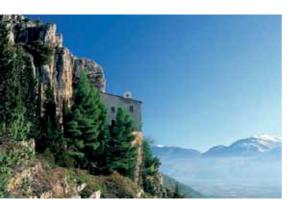


Foto 1 - Badia a Bagnaturo (Sulmona), eremo di sant'Onofrio



Foto 2 - Badia a Bagnaturo (Sulmona), eremo di sant'Onofrio

Nella parete di fondo si può ancora vedere la cella di Celestino e sotto la chiesa è visitabile la grotta di Pietro con un'impronta nella roccia che, secondo la tradizione, rappresenta il luogo in cui Celestino era solito coricarsi. Sabato e domenica il santuario è aperto tutta la giornata. Per i giorni feriali è obbligatorio prenotare la visita allo 0864 210216; www. visitsulmonaitaly.it.

Scesi dall'eremo, altra tappa obbligata del cammino è l'abbazia di Santo Spirito al Morrone, antica struttura conventuale che ha rappresentato per secoli il più importante insediamento della congregazione dei Celestini, l'ordine monastico fondato da Celestino V (Foto 3). Il primo nucleo dell'abbazia risale alla prima metà del XIII secolo, mentre l'attuale impianto è settecentesco, composto da una chiesa, un imponente monastero e cinque cortili interni. I monaci hanno abitato questo complesso fino al 1806; in seguito l'abbazia ha cambiato diverse destinazioni d'uso (fu anche un carcere come testimoniano le alte mura circostanti) finché nel 1998 è stata assegnata al Ministero per i beni e le attività culturali e del turismo

Per informazioni sugli orari di apertura e le modalità di visita si può contattare il locale ufficio del MIBACT: tel. 0864-32849; email: sbsae-abr.sulmona.abbaziasspirito@beniculturali.it Lasciata Sulmona, un'altra tappa

indispensabile del cammino di Celestino è la chiesa di san Francesco a Castelvecchio Subequo e il suo attiguo convento. Durante il suo trasferimento da Sulmona a L'Aquila Celestino espresse il desiderio di fermarsi qui e si narra che in questa occasione abbia anche operato un miracolo. Da allora, ogni 28 agosto, molta gente accorre nella chiesa con la persuasione di godere delle stesse indulgenze che si ottengono passando per la Porta santa della basilica di Collemaggio a L'Aquila durante la Perdonanza.

La costruzione della chiesa è correlata alla presenza di san Francesco nella zona ed il primo nucleo venne edificato nel 1221 circa. All'interno della chiesa si può osservare imponente altare di legno di noce, alto 8 metri decorato con 27 statue lignee, che rappresenta uno dei massimi capolavori dell'ebanisteria abruzzese. L'intero edificio ha inoltre un bellissimo apparato decorativo tardo seicentesco, con altri altari in pietra, stucco e legno. Di grandissimo interesse è la cappella gotica di san Francesco con i suoi preziosi affreschi del XIV secolo. Nei secoli la chiesa ed il convento si sono arricchiti di doni ed offerte che costituiscono il Tesoro di san Francesco, una preziosa raccolta di reliquie tra cui anche una preziosissima ampolla contenente, si dice, il sangue stesso del Santo di Assisi. Superato Castelvecchio in direzione dell'Aquila, si en-





Foto 4 - Beffi, ponte

tra infine nella media valle dell'Aterno dove un percorso di fondovalle, recentemente riaperto e marcato (www.tratturiecammini.galgransassovelino.it), permette di ripercorrere tutti i borghi, i castelli e le torri che sono state il teatro del cammino del Santo.

Durante quest'itinerario ci s'imbatte in scenari di rara bellezza; ponti romani (Foto 4-5) attraversano il fiume spesso a fianco di antichi mulini (Foto 6), castelli medioevali come quello di Beffi si affacciano sulla valle insieme a borghi fortificati e torri di avvistamento, il tutto all'interno del parco regionale Sirente-Velino, luogo eccezionale per le biodiversità che ospita. All'altezza del borgo di Acciano, è possibile vedere un altro edifico importante nella storia dei Celestino: la chiesa della Madonna della Sanità (Foto 7), dove, secondo la leggenda, Pietro Angelerio guarì miracolosamente un malato di epilessia. Ogni agosto, per ricordare quest'evento, viene qui celebrata la ricorrenza della fiaccolata del disabile. tappa del Fuoco del Morrone dedicata alle persone diversamente abili.

A Fontecchio, nella chiesa parrocchiale di piazza del popolo, si può ammirare un dipinto nel quale Carlo II d'Angiò e suo figlio Carlo Martello reggono le briglie all'asinello di Celestino. Dopo aver attraversato la valle dell'Aterno è possibile infine raggiungere la città



Foto 5 - Campana, ponte

dell'Aquila, dove tappa obbligata è la basilica di Collemaggio, fondata nella seconda metà del secolo XIII proprio da Celestino che qui venne incoronato papa. La basilica costituisce uno dei massimi capolavori di architettura sacra abruzzese, con una facciata rivestita da un paramento in pietra bianca e rossa, tre portali, tre rosoni (Foto 8). Sul fianco sinistro

Foto 6 - Acciano, mulino





Foto 8 - L'Aquila, basilica di Collemaggio

campeggia la Porta santa, che viene aperta soltanto una volta l'anno, dalla sera del 28 agosto alla sera seguente, per la celebrazione della Perdonanza. Questo rito solenne rimanda all'indulgenza plenaria che Celestino V, la sera stessa della sua incoronazione a pontefice, concesse a tutti i fedeli di Cristo. Chi oltrepassa la porta durante la sua apertura può ottenere l'indulgenza plenaria e riconciliarsi con la fede. L'apertura è preceduta ogni anno da un corteo storico che conduce nella basilica la Bolla del Perdono, il documento pontificio con cui Celestino concesse l'indulgenza. La commemorazione della Perdonanza è accompagnata da una settimana di feste, concerti, rassegne, convegni e mostre nella città dell'Aquila consultabili sul sito www. perdonanza-celestiniana.it. La basilica è ad oggi inagibile per i lavori di restauro post-sisma, che dovrebbero terminare a breve. Per informazioni: www.basilicacollemaggio.it. È possibile trovare tutte le informazioni necessarie per percorrere il Cammino di Celestino (itinerari, mappe, punti sosta, alberghi ecc.) sul sito www.tratturiecammini.galgransassovelino.it, dove si possono anche scaricare gratuitamente le guide con le relative mappe su due itinerari storici abruzzesi.



The journey of Lelestine V

"When I had recognized some among them, I looked and I saw the shadow of him who made through cowardice the great refusal" (Third canto of the Inferno)

With these words, according to some interpreters, Dante refers to Celestine V in the Divine Comedy though there is no agreement amongst scholars about whether he really is referring to the 'saint of Morrone'. Whatever the correct interpretation, Dante's verses and the continuing debate that has continued over the centuries are a clear sign of the importance of Celestine V in the history of the church and beyond.

Celestine V, born Pietro Angeleri, was one of the most venerated of the 13th century Christian hermits, already celebrated as a saint during his lifetime. On 5th July 1294 he was elected pope by the College of Cardinals but remained in office only for a short period. Because of the intrigues and pressures in the environment of the Curia, he gave up the position after only a few months, a gesture that perhaps earned him the contempt of Dante in the passage above. At the time of his appointment as Pope Celestine he was in his hermitage on Monte Morrone in the Majella where three emissaries of the papal conclave found him. Accepting the role of the head of Christianity was a very painful decision, but after much hesitation, Celestine gave his assent and began the journey, on the saddle of a donkey, that brought him to L'Aquila where he was crowned as pope. The journey of Celestine V from Sulmona to L'Aquila is celebrated annually with a procession of the Fuoco (fire) del Morrone: The torch is lit at the shrine on 23rd August and carried by torchbearers to L'Aquila where the celebrations of the Perdonanza (Indulgence) begin. This is the also route we suggest, because it is a trail rich in art and history, running through a nature park and passing dozens of beautiful medieval villages.

The first stop is the hermitage of Sant'Onofrio al Morrone, in Badia a Bagnaturo near Sulmona. The hermitage is where Celestine lived from 1293 to 1294. Inside there is a small church with 15th century wooden ceiling and frescoes. In the back wall is Celestine's cell and under the church in the Grotta di Pietro (Petr's cave) there is a hollow in the rock that, according to legend, is the place where Celestine lay to sleep. For visitors' information contact the Majella Park information center: tel. 0864-251863.

Another obligatory stop on the journey is the Abbey of

Santo Spirito al Morrone, for centuries the main settlement of the Celestine monastic order. The earliest part of the abbey dates from the 13th century while the current structure is 18th century and consists of a church and an impressive monastery with five courtyards. Monks inhabited the abbey until 1806. In 1998 it was assigned to the Ministry of National Heritage, Culture and Tourism.

For visitors' information contact the ministry, tel. 0864 32849; email: sbsaeabr.sulmona.abbaziasspirito@beniculturali.it

Next is the church and monastery of San Francesco in Castelvecchio Subeguo. Here Celestine performed a miracle and on 28th August many people come to enjoy the same indulgence obtained by passing through the Holy Door of the Basilica of Collemaggio in L'Aguila. The earliest parts of the church date from about 1221 and there are exceptional late 17th century decorations. The main altar is a masterpiece carved with 27 wooden statues. The Treasure of St. Francis is a precious collection of relics including an ampoule said to contain the actual blood of the saint from Assisi. Passing Castelvecchio towards L'Aguila, you enter the middle Aterno valley where a recently re-opened and newly marked path (www.tratturiecammini.galgransassovelino.it) leads you to all the villages, castles and towers on Celestine's path. Along the route there are Roman bridges crossing the river, old mills, medieval castles, fortified villages and watchtowers, all within the Sirente-Velino Regional Park, itself exceptional for its biodiversity. At Acciano is the church of the Madonna della Sanità where, according to legend, Pietro Angeleri miraculously cured someone of epilepsy. Every August, to commemorate this event, the anniversary is celebrated with a torchlight procession dedicated to people with disabilities. After passing through the Aterno valley you finally reach the city of L'Aquila and the basilica of Collemaggio, founded in the 13th century, where Celestine's coronation took place. The basilica is one of the greatest masterpieces of the sacred architecture in Abruzzo. On the left side is the Holy Door, opened from the evening of the 28th August for 24 hours for the celebration of the Perdonanza (Indulgence). The event is marked with a week of celebrations, concerts, and exhibitions in the city of L'Aquila (listings: www.perdonanza-celestiniana.it). The basilica is closed until 2017 as postearthquake reconstruction work continues. For more updated information: www.basilicacollemaggio.it.

Percorso araldico nella media valle dell'Aterno

Perché e cos'è l'araldica?

Quanti di noi, causa un frettoloso approccio, avranno considerato con sufficienza questa materia, giudicandola magari roba da snob! Invece è degna d'attenzione perché ci parla dei codici e dei valori dei nostri antenati. In origine (XI sec.) fu un mezzo d'identificazione per le classi guerriere e cavalleresche, in seguito adoperato come segno personale di riconoscimento. Presto si diffuse tra nobili, semplici cittadini, chiesa ed ecclesiastici, governi municipali, corporazioni d'artigiani.

Forse non li avete notati, ma simboli araldici sono disseminati in ogni dove: monumenti, pietre tombali, porte di castelli e di città, finestre, chiese, copertine di libri, marchi di vini, prodotti artigianali e aziendali.

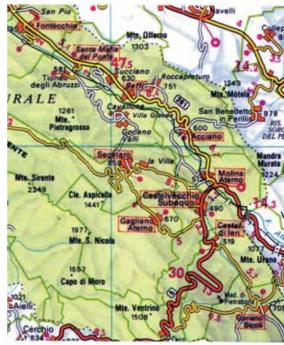
Questi pochi esempi ci dicono che l'araldica è sempre costantemente sotto i nostri occhi, sia essa si presenti nelle forme antiche che in quelle moderne. Questo percorso araldico nella media valle dell'Aterno ci porterà alla scoperta di particolari stemmi. Ne sono stati presi in considerazione dieci in altrettante località: quattro riguardano persone o famiglie, tre appartengono a comunità civiche e due all'ambito religioso.

Il criterio di scelta è partito dal presupposto di fornire, il più possibile, una facile individuazione di questi elementi da parte di visitatori; pertanto i reperti indicati si trovano tutti all'esterno di edifici tranne quello di Castelvechio Subequo situato all'interno di una chiesa (aperta tutti i giorni dalle ore 8:00 alle 12:00 e dalle 15:00 alle 19:00). Nell'elaborazione del testo, l'uso di specifici termini araldici è stato sostituito da forme letterarie più generiche per renderne comprensibile il senso anche ai non specialisti della materia. Inoltre, per ogni singolo reperto sono riportati: il significato dei

simboli; le relative coordinate GPS e l'altitudine. Il nostro viaggio inizia da Fontecchio, proseguiremo verso Santa Maria del Ponte, e poi ancora Beffi, Acciano, Molina Aterno, Secinaro, Gagliano Aterno, Castelvecchio Subequo, Casteldieri e infine Goriano Sicoli, un percorso lungo circa cinquanta chilometri (Mappa I).

Fontecchio, antico stemma civico

Sul fusto della splendida fontana monumentale trecentesca di piazza del Popolo spicca questo stemma, antico simbolo della comunità civica (Foto 1). È rappresentato un leone



Mappa I - Percorso araldico



Foto 1 - Fontecchio, stemma civico

addossato a una fonte. Da notare che nel moderno stemma comunale figurano due leoni. Teodoro Bonanni nel suo lavoro *Stemmi e catasti antichi* attribuisce l'aggiunta del secondo animale al fatto che la popolazione di Fontecchio era composta di due distinti gruppi antagonisti e l'aggiunta del secondo leone dovrebbe simboleggiare la pacificazione tra essi.

Significato dei simboli

Leone: è una delle figure più comuni in araldica, possiede una simbologia varia e complessa. Rappresenta dominio e nobiltà eroica, fortezza e coraggio, valore e magnanimità ma anche vigilanza: il leone, per natura cacciatore, rappresenta anche il capitano che va in guerra.

Fontana: indica dottrina e beneficenza, ma in questo caso chiaramente il riferimento è alla meravigliosa fontana.

Lat. 42° 13' 48.3949"; long. 13° 36' 20.8309"; alt. 689.2.

Santa Maria del Ponte, palazzo De Matteis

In via del Forno n. 8, nel centro storico di Santa Maria del Ponte, frazione di Tione degli Abruzzi, si ammira uno stemma posto sulla chiave di volta di un bel portale seicentesco.



Foto 2 - Santa Maria del Ponte, palazzo De Matteis

Presenta, dall'alto in basso: tre stelle, un braccio impugnante una spada con un serpente attorcigliato, un cane e un ponte a tre arcate con acque al di sotto; al di sopra dello scudo è posta un'aquila coronata, dalle ali spiegate e al di sopra di guesta vi è il cappello vescovile con cordoni e nappe che ricadono in giù (Foto 2). L'emblema quasi certamente è da attribuire al monsignor Antonio De Matteis, che nel 1618 fu nominato vescovo di Castellaneta. L'Antinori riporta: «Nel 1618, Antonio de Mattei di Santa Maria del Ponte già promosso al Vescovato di Castellaneta fece a 24 di febbraio caduto in sabbato sulle Ventitre ore ingresso pubblico nell'Aquila. A lui come compatriota uscirono all'incontro molte carrozze, e presso a dugento cavalli».

Significato dei simboli

Stelle: figure rappresentate con frequenza. Una stella fu guida sicura al nato Redentore, accompagna per strada il viandante e per mare il nocchiere che conduce la nave nella notte.

Braccio impugnante una spada: attenzione all'esecuzione degli ordini superiori ricevuti.

Serpente attorcigliato: è l'emblema di astuzia e di prudenza.

Cane: simbolo di fedeltà e di vigilanza, strenuo difensore della casa del padrone.

Ponte con acqua: volontà atta a superare ogni ostacolo.

Aquila: protagonista indiscussa del blasone, l'aquila è simbolo di maestà e vittoria, forza e potere sovrano ma anche di nobile discendenza, prudenza e strategia. Raffigurata con le ali aperte dimostra l'animo eccelso, elevatezza di pensieri e disprezzo delle basse cose. Lat. 42° 12' 30.58100000000; long. 13° 38' 39.21499999999; alt. 576.5.

Beffi, trigramma bernardiniano



Foto 3 - Beffi, trigramma bernardiniano

Nella chiesa della Madonna del Rifugio a Beffi, frazione di Acciano, nella parte superiore del portale d'ingresso è scolpito questo simbolo. L'emblema è riconducibile a san Bernardino da Siena (1380-1444) il quale, alla fine delle sue prediche, mostrava ai fedeli una tavoletta, ove, all'interno di un sole raggiante (qui non presente) figuravano tre lettere I H S (Jesus Hominum Salvator oppure dal greco $IH\Sigma$, Gesù) sormontate da una croce centrale (Foto 3). In quest'opera sono presenti anche quattro piccoli bassorilievi: all'interno, una falce di luna racchiudente un sole, una testina umana, un cuore e all'esterno in basso una testina antropomorfa.

Significato dei simboli

Croce: il sacrificio di Gesù Cristo operato per il riscatto dell'umanità dal peccato.

Falce di luna racchiudente un sole: figurazione del cielo, sede di Dio.

Testa umana: l'umanità aspirante al cielo.

Cuore: sede dell'amore per il divino e per il creato

Testa antropomorfa: figura infernale posta agli inferi (in basso e al di fuori dello scudo). Lat. 42° 11' 35.2309"; long. 13° 40' 44.0930"; alt. 666.2.

Acciano, antico stemma civico



Foto 4 - Acciano, stemma civico

Questo stemma scolpito sulla fontana pubblica di Acciano è l'antico emblema civico della comunità. All'interno dello scudo è rappresentato un sedano (Foto 4).

In epoca recente, il comune di Acciano, inopinatamente, si è dotato di uno stemma completamente diverso.

Significato del simbolo

Sedano: in dialetto abruzzese si dice acce, da cui potrebbe derivare il toponimo Acciano. Lat. 42° 10' 34.0609999998"; long. 13° 43' 3.72499999998; alt. 615.29.

Molina Aterno, stemma francescano

Nella chiesa dedicata a san Nicola di Bari, presso Molina Aterno, sul lato esterno dell'edificio, a sinistra, è murato uno stemma pertinente la comunità francescana di Ca-



Foto 5 - Molina Aterno, stemma francescano

stelvecchio Subequo. L'emblema mostra una croce sul cui tronco porta due braccia incrociate recanti in entrambe un foro sul palmo di ambo le mani (Foto 5). Alla base della croce è presente un piccolo stemma, attraversato da una banda (questi non è altro che l'antico emblema della comunità civica di Castelvecchio Subequo). Questa attribuzione, fatta di recente dallo scrivente, è stata resa possibile dal fortuito rinvenimento di un sigillo in ceralacca, risalente al 1591 (di pertinenza del convento citato), recante questi elementi identificativi.

Significato dei simboli

Croce: il sacrificio di Gesù Cristo operato per il riscatto dell'umanità dal peccato. Due braccia incrociate: quella ignuda è del Cristo, l'altra manicata è di san Francesco.

Banda: contrassegno di onore e dignità militare. Ricorda il balteo o cingolo, una cintura in cuoio, indossata dagli antichi cavalieri per sostenere la spada, che pendeva dalla spalla destra lungo il fianco sinistro.

Lat. 42° 8' 50.30300000014"; long. 13° 44' 7.61299999997"; alt. 490.7.

Secinaro, stemma della famiglia Piccolomini

I Piccolomini, potente famiglia originaria di Siena che ha dato due papi alla chiesa Pio II (Enea Silvio Piccolomini) e Pio III (Francesco Todeschini-Piccolomini). Divennero feudatari della contea di Celano in cui era ricompreso il centro di Secinaro con Antonio Todeschini Piccolomini nel 1463.

Lo stemma originale dei Piccolomini è composto di una croce con cinque crescenti o mezze lune con le punte rivolte in alto (Foto 6). Questo che vediamo si trova in via Roma, n. 20 a Secinaro e trattasi di uno stemma ridotto giacché presenta un solo crescente o mezza luna (usanza questa largamente documentata).

Ora è murato sopra una curiosa iscrizione, rivolta in dialetto a chi vorrebbe importunare, minacciare la dimora e i suoi abitanti. Così recita: 1523/FRAPPATURI IATE/VE AD AFE-SARE/OR NON VIDETE/CA IA CASA SE FA/PISITA NO PISITARE¹.



Foto 6 - Secinaro, stemma della famiglia Piccolomini

¹ La traduzione, secondo lo storico Evandro Ricci, è: IMPORTUNI ANDA/TE DA UN'ALTRA PARTE/ OR NON VEDETE/CHE IN QUESTA CASA/ PISCIANO NON SI FANNO PISCIARE.

Significato del simbolo

Crescente o mezza luna: è simbolo di benignità, buona amicizia, chiarezza di fama ma anche crescita della famiglia in potenza e fortuna. Lat. 42° 9" 11.777000000001; long. 13° 40" 44.65200000000; alt. 793.5.

Gagliano Aterno, stemma della famiglia Lazzaroni



Stemma da parata, murato sopra l'ingresso secondario del castello di Gagliano Aterno, piazza del Popolo. Appartiene ai Lazzaroni. Illustre famiglia baronale oriunda di Cremona che acquistarono il castello nel 1890 con la nobildonna Giulia Lazzaroni consorte del barone Michele Lazzaroni. L'emblema porta un leone che sorge sopra due caprioli: lo scudo è tenuto da un angelo (Foto 7).

Foto 7 - Gagliano Aterno, stemma della famiglia Lazzaroni

Significato dei simboli

Leone: è una delle figure più comuni in araldica, possiede una simbologia varia e complessa. Rappresenta dominio e nobiltà eroica, fortezza e coraggio, valore e magnanimità ma anche vigilanza; il leone, per natura cacciatore, rappresenta anche il capitano che va in guerra.

Capriolo: simbolo derivato dal sostegno dei tetti delle chiese e delle antiche dimore patrizie. Simboleggia, pertanto, nobiltà antica e generosa, pronta a difendere, sostenere la chiesa. Per la sua forma indica anche acutezza di ingegno poiché protegge le volte esprime protezione.

Angelo: giovinetto tunicato, spirito celeste. Lat. 42° 7' 34.402999999991"; long. 13° 41' 56.7050"; alt. 666.6.

Castelvecchio Subequo, stemma attribuito alla casata Maalstede (fine XIV inizio XV sec.) signori delle Fiandre

Stemma presentante una fascia azzurra apposta SU di un fondo d'argento e il tutto sovrastato da una brisura di rosso in croce di Sant'Andrea. L'emblema è apposto su due placche d'argento che chiudono un



Foto 8 - Castelvecchio Subequo, stemma della famiglia Maalstede

cilindro ottagonale in cristallo di rocca (Foto 8). Questo reliquiario, porta una fiala contenente un grumo di sangue prelevato dalle stimmate di san Francesco d'Assisi; ora è posto nella cappella del santo omonimo (già dei conti di Celano), nella chiesa-convento di san Francesco d'Assisi in Castelvecchio Subequo. Storicamente accertato, è il fenomeno della liquefazione di detto sangue; da segnalare che, il giorno 1 ottobre 2013, alla presenza di dieci testimoni, il fenomeno si è ripetuto.

Significato dei simboli

Fascia: per alcuni rappresenta la benda con cui anticamente il re e imperatori usavano cingersi il capo a mo' di corona. Per altri un ricordo della dignità senatoria perché somigliante al *laticlavius* romano (tunica orlata da un striscia di porpora indossata dagli antichi senatori romani).

Azzurro: colore che, essendo quello del cielo, simboleggia le idee che salgono in alto. Rappresenta la fermezza incorruttibile, a somiglianza del cielo che non è soggetto a corruzione, né a mutazione; di gloria, poiché questa si innalza dalle cose terrene verso quelle celesti. Argento: colore (graficamente si rappresenta con il bianco) che simboleggia amicizia, equi-

tà, giustizia, innocenza, purezza.

Croce di sant'Andrea: così chiamata a ricordo del martirio del santo, crocifisso su pali a forma di X. Chi portava una croce nello stemma, probabile vantasse la partecipazione di avi alle crociate o ad altre guerre religiose in Europa. È segno quindi di antica e nobile discen-

Rosso: colore che normalmente indica spargimento di sangue in battaglia, audacia, valore, fermezza, nobiltà cospicua e dominio. Lat. 42° 7" 51 575000000011; lon. 13° 43"

denza, comunque di vittoria, salute e libertà.

50. 8309999999; alt. 509.9.

Castel di Ieri, stemma della famiglia Colonna

A Castel di Ieri, sull'arco del portale d'ingresso al paese, in via Roma, vi è lo stemma dei Colonna rappresentato dal fusto di una colonna con a capo una corona (Foto 9). Quest'antica famiglia romana, documentata fin dal XII secolo, ebbe tra i suoi esponenti uomini d'armi, cardinali e un papa Martino V

(Oddone Colonna). Detto simbolo è abbondan-

temente presente nel nostro territorio perché questa famiglia fu presente in qualità di feudatari dal 1626 al 1658 a iniziare con Pier Francesco Colonna, duca di Zagarolo.

Foto 9 - Casteldieri, stemma della famiglia Colonna

Significato dei simboli

Colonna: emblema di forza, prudenza e costanza di un cuore generoso.

Corona: ornamento circolare di metallo, foglie o fiori, indicante meriti al valore militare, navale e civile. Lat. 42° 6' 58.229"; long. 13° 44' 31.0849; alt. 590.

Goriano Sicoli, stemma civico



Foto 10 - Goriano Sicoli, stemma civico

Sulla facciata della fontana monumentale di Goriano Sicoli campeggia lo stemma civico di questa comunità. All'interno dello scudo presenta un crescente o mezza luna, cui è sovrapposta una stella a cinque punte. Due delfini, poggiati su uno strato di conchiglie e concrezioni varie, con la coda rialzata sostengono lo scudo (Foto 10). L'inaugurazione della fontana monumentale avvenne il 28 ottobre del 1888 e fu un vero trionfo per l'allora sindaco Giovanni Paolucci (1837-1907).

Significato dei simboli

Crescente o mezza luna: è simbolo di benignità, buona amicizia, chiarezza di fama" ma anche di "crescita della famiglia in potenza e in fortuna.

Stella: una stella fu guida sicura al nato Redentore, è sicura guida della strada per il viandante e per il nocchiere che conduce la nave nella notte

Delfino: fra le creature marine è la più nobile, considerata amica dell'uomo.

Lat. 42° 4' 47.603000000002"; long. 13° 47' 33.2149"; alt. 706.

Heraldic Itinerary through the middle Aterno Valley

This heraldic itinerary in the middle Aterno valley will lead us to the discovery of coats of arms in ten different locations. We will start in Fontecchio, continue to Santa Maria del Ponte, and then on to Beffi, Acciano, Molina Aterno, Secinaro, Gagliano Aterno, Subequo Castelvecchio, Castel di Ieri and finally Goriano Sicoli, for a route of about 45.5 km.

Originally, in the C11th heraldic symbols were a means of identification for soldiers and knights and were later used as personal signs of recognition. Soon they spread amongst the nobles and ordinary citizens, church and clergy, municipal governments and craftsmen's guilds. You may have noticed heraldic symbols scattered everywhere: on monuments, tombstones, castles and city gates, windows, churches, book covers, wine labels, craft and farm products. These few examples show that heraldry is constantly in front of our eyes and that it is present in ancient forms and also in those of the modern era right up to the present day. The most common present day manifestation of heraldry is obviously the logo. In this work ten coats of arms have been considered. Four of them are related to people or families, three to civic communities and two to religion. In the text the use of specific terms has been replaced by more general language in order to make it clear to those who are not experts in the field. For easy identification by the eventual (hopefully numerous) visitors, the coats of arms chosen and mentioned are all on the outside of buildings except at Castelyecchio Subequo where the crest is located inside a church which is open between the hours of 08:00 to 12:00 and from 15:00 to 19:00 everyday. Furthermore, for each individual specimen are also indicated the relative GPS coordinates and the altitude. This is how our journey begins.

Fontecchio, civic coat of arms

This crest is on the beautiful C13th fountain, it's the ancient civic symbol with a lion and a

fountain. The modern coat of arms has two lions. The Fontecchio population was composed of two distinct antagonistic groups and the addition of the second lion is supposed to symbolize the peace between them. Lat. 42° 13′ 48.3949″; Long. 13° 36′ 20.8309″; alt. 689,2m.

Santa Maria del Ponte, Palazzo De Matteis

At number 8, Via del Forno, in the historic centre of the village there is a coat of arms on the keystone of a beautiful seventeenth-century doorway. The crest can almost certainly be attributed to Monsignor Antonio De Matteis, who in 1618 was appointed Bishop of Castellaneta. Lat. 42° 12' 30.58100000000; Long. 13° 38' 39.21499999999; alt. 576.5m.

Beffi, San Bernardino's trigram (ihs)

This crest is carved above the entrance to the church of Our Lady of Refuge. The crest is that of San Bernardino of Siena (1380-1444), who showed the faithful a tablet at the end of his sermons that included three letters IHS (Jesus hominum Salvator) surmounted by a central cross.

Lat. 42° 11' 35.2309"; Long. 13° 40' 44.0930"; alt. 666.2m.

Acciano, civic coat of arms

This coat of arms carved on the fountain is the old emblem community. Inside the shield is a stick of celery, in Abruzzese dialect acce, possibly the route of the name Acciano. In recent times the civic community have adopted a completely different crest.

Lat. 42° 10′ 34.06099999998"; Long. 13° 43′ 3.72499999998; alt. 615,29m

Molina Aterno. Franciscan crest

At the church of San Nicola di Bari there is a Franciscan crest on the left side of the building. Of the two arms shown, the bare one is of Christ and the other St. Francis. Particularly

curious is the presence of the ancient crest of Castelyecchio Subequo at the base of the cross. maybe the sign of a link to the Franciscan community there.

Lat. 42° 8' 50.303000000014"; Long. 13° 44' 7.612999999997"; alt. 490,7m.

Secinaro, Piccolomini crest

Coat of arms attributed to Maalstede family (late fourteenth early fifteenth century). Flemish aristocracv. Set into a wall at Via Roma 20 there is a smaller version of the original family crest (five moons) with a single moon and a curious inscription in dialect warning off any troublemakers.

Lat. 42° 9" 11.777000000001; Lon. 13° 40" 44.65200000000: alt. 793.5m.

Gagliano Aterno, Lazzaroni crest

The crest above the side entrance of the castle in Piazza del Popolo belongs to the baronial family of Lazzaroni, originally from Cremona, who bought the castle in 1890.

Lat. 42° 7' 34.40299999991"; Long. 13° 41' 56.7050": alt. 666.6m.

Castelvecchio Subequo, Coat of arms attributed to Maalstede family (late fourteenth early fifteenth century.), Flemish aristocracy

The crest is affixed to two silver plaques that enclose a cylinder of rock crystal containing blood from the stigmata of St. Francis now in the church convent of St. Francis of Assisi in Castelvecchio Subequo. Lat. 42° 7" 51 575000000011; Long. 13° 43" 50. 83099999999; alt. 509,9m.

Castel di Ieri, Colonna crest

On the arch of the gate on via Roma there is the crest of the Colonna family and can be found in many other locations in this region. This ancient Roman family (and local landowners) included soldiers, cardinals and Pope Martin.

Lat. 42° 6' 58.229"'; Long. 13° 44' 31.0849; alt. 590m.

Goriano Sicoli, civic coat of arms

The crest is on the monumental fountain. This structure is one of the greatest architectural complexes of its kind in Italy. The inauguration was in 1888 and was a great triumph for the mayor Giovanni Paolucci.

Lat. 42° 4' 47.60300000002"; Long. 13° 47' 33.2149"; alt. 706m.



Feste e processioni

L'area della valle dell'Aterno, come molte altre zone italiane, è stata attraversata nella storia da genti diverse, portatrici ciascuna di diversi stimoli culturali e religiosi; tutti questi elementi hanno creato, nei secoli, un patrimonio culturale che oggi va perdendosi, ma le cui tracce rimangono in alcune manifestazioni del cosiddetto folclore popolare. Le processioni religiose, gli atti di devozione e le feste patronali testimoniano molti di questi lasciti e a loro volta si ricollegano a elementi culturali eterogenei e spesso molto antichi. Esemplari, in quest'ottica, sono i riti per san Michele Arcangelo, la cui iconografia si è sovrapposta, nei secoli, a quella dell'Ercole pagano e lo ha sostituito come divinità prediletta del mondo agro-pastorale. A Bominaco, ad esempio, si svolge una suggestiva processione per san Michele ogni 8 maggio e 29 settembre, dove la statua del santo (con elementi iconografici che ricordano l'Ercole pagano) viene condotta verso un piccolo eremo di montagna a lui dedicato (Foto 1-2). Analogamente, la festa di sant'Agata a Castelvecchio Subequo (4 e 5 febbraio), protettrice delle partorienti e dell'allattamento, rimanda a culti passati. Durante la processione la statua della santa viene portata fino ad una chiesetta campestre sorta vicino ad una fonte d'acqua considerata miracolosa fin

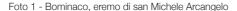






Foto 2 - Bominaco, processione per san Michele Arcangelo

da tempi antichissimi (sorge lì vicino anche un tempio pagano). In quest'acqua le devote bagnano delle pagnotte a forma di seno femminile per la protezione delle puerpere.

I riti religiosi, oltre a legami con il passato, testimoniano anche di antiche relazioni, spesso difficili, tra i borghi contadini; la processione di sant'Erasmo (Foto 3-4) che si svolge il 2 giugno nei borghi di Beffi e Succiano, si caratterizza, ad esempio, per la vivace disputa tra i due borghi i quali rivendicano l'autenticità delle proprie statue ed il diritto di precedenza a sfilare nel corteo verso il santuario dedicato al Santo. Nel comune di Acciano, la processione di santa Petronilla (30 maggio) rimanda a storie di antiche dispute sulla proprietà della statua della santa, che si narra fosse miracolosamente apparsa nel borgo dopo esser stata trafugata dagli abitanti di Paterno.

Testimonianza dell'importanza degli animali nella società passate sono invece le molte feste dedicate a sant'Antonio Abate, protettore appunto degli animali; suggestiva è quella



Foto 3 - Beffi, processione di sant'Erasmo



Foto 4 - Acciano, processione di sant'Erasmo

che si svolge a Secinaro il 17 di gennaio, dove un corteo di figuranti percorre le strade del centro recitando stornelli dedicati al santo e distribuendo granturco lesso, i *granati*, in cambio di altri prodotti agricoli. Durante la ricorrenza di sant'Antonio, inoltre, in molti borghi della valle vengono accese enormi pire, dette fuochi di Sant'Antonio, intorno a cui le persone si radunano per cenare (Foto 5).

A ricordarci la fragilità delle società passate ci sono invece le molte feste patronali, in cui ciascun santo è invocato a protezione di qualcosa; esemplare, in questo senso è la festa di san Biagio a Fontecchio con benedizione della gola (Foto 6) e la processione di san Vincenzo Ferrer a Ripa di Fagnano, dove una corteo si snoda dal paese alla montagna e si conclude con una benedizione 'multivalente' contro tempeste, terremoti e fame e per l'abbondanza dei frutti (Foto 7).

Di carattere più laico, ma non per questo meno ricche di storia sono poi alcune fiere della zona come ad esempio la fiera delle Bucalette del 21 novembre a San Demetrio ne' Vestini, così chiamata per via di un certo tipo di boccali per spillare il vino novello; la festa della zucca o della lumetta, che si svolge a settembre a Villa Sant'Angelo e deriva da una vecchia tradizione quando le zucche con dentro le candele venivano appese agli alberi per illuminare la strada. La fiera delle Forche che si svolge il 9 luglio a Sant'Eusanio Forconese, è un'antichissima fiera durante la quale si vendono attrezzi prevalentemente di uso contadino fabbricati da contadini-artigiani. Quelle qui ricordate sono solo alcuni esempi





Foto 6 - Fontecchio, festa di san Biagio

delle moltissime cerimonie e processioni che si svolgono nella valle, con i quali si spera di aver reso il senso delle ricchezza culturale che ancora le anima (Foto 8). Per un quadro più completo, qui di seguito si riporta un elenco con le principali processioni, feste e

sagre della media valle dell'Aterno con i rispettivi periodi di svolgimento¹.

1 Si fa presente che la data di alcune ricorrenze ed il loro effettivo svolgimento possono subire variazioni ogni anno.



Foto 7 - Banda musicale



Foto 8 - Sulmona, mercato

QUANDO	DOVE	MANIFESTAZIONE	TIPO
17 gennaio	Tione degli Abruzzi, Santa Maria del Ponte, Fontecchio, Acciano	Fuoco di sant'Antonio	Fuoco devozionale in piazza
3 febbraio	Fontecchio	Festa di san Biagio	Benedizione della gola e fiera in piazza
22 marzo	Tussio	Festa di san Giuseppe	Festa patronale con distribuzione pani benedetti
5 aprile (o la domenica successiva)	Ripa di Fagnano	Processione di San Vincenzo Ferrer	Processione
8 maggio	Bominaco	Festa di san Michele Arcangelo	Processione all'eremo del santo
11 maggio	Goriano Valli	Festa di santa Gemma	Cerimonia religiosa
Seconda domenica di maggio	Sant'Eusanio Forconese	Festa di sant'Eusanio	Festa con intrattenimento musicale e fuochi d'artificio
30 e 31 maggio	Acciano	Festa patronale di sant'Antonio da Padova e Santa Petronilla	Processione alla chiesa rurale di santa Petronilla
2 giugno	Beffi e Succiano	Festa di sant'Erasmo	Processioni all'eremo di Sant'Erasmo e distribuzione dei pani benedetti
10 giugno	Opi di Fagnano	Festa di san Massimo	Festa religiosa patronale
13 giugno o giorni successivi	Ripa di Fagnano	Festa di sant'Antonio	Festa religiosa patronale
13 giugno	Goriano Valli	Festa di san Vincenzo	Festa religiosa
17 giugno e giorni successivi	San Nicandro	Festa di san Nicandro	Festa religiosa patronale
23 giugno	Caporciano	Fuochi di san Giovanni	Falò nei rioni del paese
24 giugno	Campana	Festa di san Giovanni	Festa religiosa patronale
28 giugno	Prata d'Ansidonia	Festa di san Nicola	Festa patronale con sagra
29-30 giugno	Caporciano	Festa patronale di san Pietro e san Benedetto	Cerimonie religiose nella chiesa
Ultima domenica di giugno	Tione degli Abruzzi	Festa di sant'Antonio	Festa patronale
Primo fine settimana di luglio	Sant'Eusanio Forconese	Fiera delle Forche	Fiera di prodotti artigianali
24 luglio	Tione degli Abruzzi	Martiri di San Vincenzo	Festa religiosa
Ultimo fine settimana di luglio o primo fine settimana di agosto	Succiano	Sagra degli Arrosticini, tartufo e vino	Sagra enogastronomica
26 luglio o ultimo fine settimana del mese	Fontecchio	Festa di sant'Anna	Presso il villaggio d'altura delle pagliare messa nella chiesa rurale
3 agosto	Tione degli Abruzzi	Festa di san Vincenzo	Festa religiosa
5 agosto	Casentino	Festa della Madonna della Neve	Festa patronale
Prima settimana di agosto	Prata d'Ansidonia	Fiera dell'Ansidonia	Mercato di artigianato e prodotti locali
Primo finesettimana di agosto	Molina Aterno	Sagra della ranocchia e degli gnocchi.	Sagra gastronomica
Prima domenica di agosto	Sant'Eusanio Forconese	Festa della Madonna del Castello	Processione verso il castello medioevale

Drima damanica di agosta	Canta Maria dal Danta	Footo di con Deporazio	Dragogione all'orome
Prima domenica di agosto	Santa Maria del Ponte	Festa di san Pancrazio	Processione all'eremo
9 agosto	Molina Aterno	Festa di santa Barbara e san Fortunato	Festa patronale
9-10 agosto	Roccapreturo	Festa di santa Cecilia	Festa religiosa
10 agosto	San Lorenzo di Beffi	Festa di san Lorenzo	Festa patronale
Prima decade di agosto	Fontecchio	Festa di San Biagio	Cerimonie religiose e musica in piazza
Dal 13 al 15 agosto	San Demetrio	Sagra del pane	Sagra gastronomica
15 agosto	Bominaco	Festa dell'Assunta	Festa nei pressi del castello medievale
16 agosto	Ripa di Fagnano	Processione di san Rocco	Processione all'eremo del santo
Seconda domenica di agosto	Goriano Valli	Festa di san Giorgio	Festa patronale con musica in piazza
18-19 agosto	Tione degli Abruzzi	Festa di san Vincenzo Martire.	Festa patronale
20 agosto	Acciano	Fuoco del Morrone e del fanciullo disabile	Passaggio della fiaccola presso la chiesa Madonna della Sanità
22-23 agosto	Tussio	Festa di santa Anatolia e della Madonna Addolorata	Festa religiosa e musica in piazza
8 settembre	Goriano Sicoli	Festa di santa Gemma	Festa religiosa
Primo o secondo fine settimana di settembre	Villa Sant'Angelo	Festa della lumetta	Festa con musica, cibo ed esposizione di zucche intagliate
Prima domenica di settembre	Caporciano	Festa della Madonna Addolorata	Fiaccolata per le vie del paese
8 maggio e 29 settembre	Bominaco	Festa di san Michele Arcangelo	Processione all'eremo del santo
29 settembre	Villa Sant'Angelo	Festa di san Michele Arcangelo	Festa patronale
26 ottobre	San Demetrio e'Vestini	Festa di san Demetrio	Festa patronale
Seconda domenica di novembre	Beffi	Sagra della capra	Sagra di prodotti artigianali e gastronomici
21 novembre	San Demetrio	Fiera delle Bucalette	Fiera per le vie del paese
6 dicembre	Secinaro	Festa di san Nicola	Festa religiosa patronale
6 dicembre	Tione degli Abruzzi	Fiera di san Nicola	Fiera di prodotti artigianali
13 dicembre	Pedicciano	Festa di santa Lucia	Celebrazioni religiose, pranzo e fiera in piazza
Venerdì di Pasqua	Secinaro	Via Crucis	Via Crucis lungo un sentiero montano
Sabato di Pasqua	San Demetrio	Festa della Madonna Rossa	Celebrazione religiosa
Seconda Domenica dopo Pasqua	Santa Maria del Ponte	Festa della Madonna Addolorata (o Madonna della cicoriella)	Celebrazione religiosa
Martedì successivo al giorno di Pentecoste	Roccapreturo	Festa della Madonna della Valle	Processione al santuario della Madonna
Domenica successiva al giorno di Pentecoste	Tione degli Abruzzi	Festa Santissima Trinità	Celebrazioni religiose nella chiesa della Santissima Trinità presso le pagliare di Tione

Celebrations and processions

The Aterno valley, like many other Italian regions, has been part of the history of many different peoples, each bearers of different cultural and religious influences; over the centuries all these elements have created a cultural heritage that is being lost today, but of which traces remain in certain manifestations of popular folklore. Religious processions, acts of devotion and patronal festivities testify to these legacies and in turn are linked to varied cultural elements. often very archaic. Examples are the religious rites for St. Michael the Archangel, whose iconography over the centuries was superimposed over that of that of the pagan Hercules and replaced him as the beloved deity of the agropastoral world. In Bominaco, for example, there is a procession honouring St. Michael every 8th May and 29th September. A statue of the saint (with iconographic elements recalling the pagan Hercules) is carried to a small mountain hermitage dedicated to him. Similarly the feast of St. Agatha in Castelvecchio Subequo (4th & 5th February), in her role as protector of women in childbirth and breastfeeding, refers back to ancient cults. During the procession the statue of the saint is brought down to a little country church near a water source that since ancient times has been considered to have miraculous properties. There is also a pagan temple nearby. The faithful dip loaves in the shape of breasts into the water for the protection of mothers who have recently given birth.

Religious rites, as well as providing links to the past, also bear witness to ancient and often difficult relationships between the rural villages; the procession of Saint Erasmus held on 2nd June in the villages of Beffi and Succiano, for example, is characterized by the lively debate between the two villages about whose statue is authentic and who has the right of way during the procession to the shrine dedicated to the saint. The municipality of Acciano conducts the holy procession of Saint Petronilla on 30th May and here there are stories of ancient disputes over ownership of the statue of the saint, which is said to have miraculously appeared in

the village after being stolen from the people of Paterno. The many festivals dedicated to Sant'Antonio Abate, patron saint of animals, are testimony to the importance of animals in ancient communities. The event that takes place in Secinaro on 17th January is particularly striking. A procession of people passes through the streets singing folk songs dedicated to the saint and distributing boiled corn, *granati*, in exchange for other agricultural produce. In many villages in the valley during the celebrations of Sant'Antonio, huge bonfires are lit around which people gather and eat together.

To remind us of the uncertainties of life in the past there are many festivities in which a saint is invoked to protect something. An example of this is the feast of San Biagio in Fontecchio with the blessing of the throat, and the procession of San Vincenzo Ferrer at Ripa di Fagnano, where a procession winds from the village up onto the mountain and concludes with a 'multi-faceted' blessing against storms, earthquakes and famine, and for the abundance of harvests.

With a more secular character, but no less rich in history, there are also some local fairs such as the Bucalette fair on 21st November in San Demetrio ne' Vestini, named after a certain type of jug used when tapping the new wine. The festival of the pumpkin or *lumetta*, which takes place in September in Villa Sant'Angelo comes from an old tradition when pumpkins with candles inside were hung from trees to light the way. The Fiera delle Forche (pitchforks) that takes place on 9th July in Sant'Eusanio Forconese, is a very ancient fair during which they sell implements mostly for peasant use and manufactured by peasant craftsmen. These mentioned here are just a few examples of the many ceremonies and processions taking place in the valley, which we hope give a sense of the cultural abundance that still brings life to the valley. For a more complete picture there is a table with the main processions and feasts of the middle Aterno valley with dates.

WHEN	WHERE	EVENT	CELEBRATION
17 January	Tione degli Abruzzi Santa Maria del Ponte Fontecchio , Acciano	Fire of Sant'Antonio	Devotional fire in the piazza
3 February	Fontecchio	Festival of San Biagio	Blessing of the throat and fair in the piazza
22 March	Tussio	Festival of San Giuseppe	Patronal festival and distribution of blessed bread
5 April (or the following Sunday)	Ripa di Fagnano	Procession of San Vincenzo Ferrer	Procession
8 May	Bominaco	Festival of San Michele Arcangelo	Procession to the saint's hermitage
11 May	Goriano Valli	Festival of Santa Gemma	Religious ceremony
Second Sunday in May	Sant'EuSanio Forconese	Festival of Sant'EuSanio	Festival with music and fireworks
30 & 31 May	Acciano	Patronal festival of Sant'Antonio da Padova and Santa Petronilla	Procession to the church of Santa Petronilla
2 June	Beffi & Succiano	Festival of Sant'Erasmo	Procession to the hermitage of Sant'Erasmo and distribution of blessed bread
10 June	Opi di Fagnano	Festival of San Massimo	Religious patronal festival
13 June or following days	Ripa di Fagnano	Festival of Sant'Antonio	Religious patronal festival
13 June	Goriano Valli	Festival of San Vincenzo	Religious festival
17 June and giorni successivi	San Nicandro	Festival of San Nicandro	Religious patronal festival
23 June	Caporciano	Fires of San Giovanni	Bonfire in the village
24 June	Campana	Festival of San Giovanni	Religious patronal festival
28 June	Prata d'Ansidonia	Festival of San Nicola	Patronal festival with food stalls
29-30 June	Caporciano	Patronal festival of San Pietro and San Benedetto	Religious ceremony in the church
Last Sunday in June	Tione degli Abruzzi	Festival of Sant'Antonio	Patronal festival
First weekend in July	Sant'Eusanio Forconese	Fiera delle Forche	Fair with artisans' stalls
24 July	Tione degli Abruzzi	Martyrs of San Vincenzo	Religious festival
Last weekend in July	Succiano	Fair of arrosticini, truffles and wine	Wine and food fair
26 July or the last Sunday of the month	Fontecchio	Festival of Sant'Anna	In the church at the pagliare
3 August	Tione degli Abruzzi	Festival of San Vincenzo	Religious festival
5 August	Casentino	Festival of the Madonna della Neve	Patronal festival
First weekend in August	Molina Aterno	Food festival of frogs and gnocchi	Food fair
First Sunday in August	Sant'EuSanio Forconese	Festival of the Madonna del Castello	Procession to the medieval castle
First Sunday in August	Santa Maria del Ponte	Festival of San Pancrazio	Procession to the hermitage
9 August	Molina Aterno	Festival of Santa Barbara and San Fortunato	Patronal festival

	1		
9-10 August	Roccapreturo	Festival of Santa Cecilia	Religious festival
10 August	San Lorenzo di Beffi	Festival of San Lorenzo	Patronal festival
First ten days of August	Fontecchio	Festival of San Biagio	Religious ceremonies and music in the piazza
From 13 to 15 August	San Demetrio ne' Vestini	Festival of bread	Food fair
15 August	Bominaco	Festival dell'Assunta	Festival around the medieval castle
16 August	Ripa di Fagnano	Procession of San Rocco	Procession to the saint's hermitage
Second Sunday of August	Goriano Valli	Festival of San Giorgio	Patronal festival wtih music in the piazza
18-19 August	Tione degli Abruzzi	Festival of San Vincenzo Martire.	Patronal festival
20 August	Acciano	The Fire of Morrone and the disabled child	Torch procession near the church of the Madonna della Sanità
22-23 August	Tussio	Festival of Santa Anatolia and of the Madonna Addolorata	Religious festival and music in the piazza
8 September	Goriano Sicoli	Festival of Santa Gemma	Religious festival
Primo o secondo fine setti- mana of September	Villa Sant'Angelo	Festival of the lamps	Festival with music, food and exhibition of carved pumpkins
First Sunday of September	Caporciano	Festival of the Madonna Addolorata	Torch procession in the village streets
8 May and 29 September	Bominaco	Festival of San Michele Arcangelo	Procession to the hermitage of the saint
29 September	Villa Sant'Angelo	Festival of San Michele Arcangelo	Patronal festival
26 October	San Demetrio ne' Vestini	Festival of San Demetrio	Patronal festival
Second Sunday of No- vember	Beffi	Festival of the goat	Food and artisan fair
21 November	San Demetrio ne' Vestini	Fiera delle Bucalette	Fair with stalls in the village
6 December	Secinaro	Festival of San Nicola	Religious patronal festival
6 December	Tione degli Abruzzi	Fair of San Nicola	Artisan fair
13 December	Pedicciano	Festival of Santa Lucia	Religious celebrations, lunch and fair in the piazza
Easter Friday	Secinaro	Via Crucis	Via Crucis along a mountain path
Easter Saturday	San Demetrio	Festival of the Madonna Rossa	Religious celebration
Second Sunday after Easter	Santa Maria del Ponte	Festival of the Madonna Addolorata (or Madonna della cicoriella)	Religious celebration
Tuesday after the day of the Pentecost	Roccapreturo	Festival of the Madonna della Valle	Procession to the Sanctuary of the Madonna
Sunday after the day of the Pentecost	Tione degli Abruzzi	Festival of the Holy Trinity	Religious celebration in the church of the Santissima Trinità near the pagliare of Tione



I boschi della valle dell'Aterno

La prima cosa che ci balza all'occhio, quando arriviamo nella valle dell'Aterno è l'omogenea copertura di boschi dalla quale spuntano, qua e là, gli antichi borghi. Una compatta coltre di boschi, infatti, ammanta il versante nord (in dialetto ju òpaco, sul lato destro sul lato destro dell'Aterno) che si arrampica ripido verso le pagliare; più sparso e più dolce è invece sul versante sud (la cosiddetta solagna, sul versante sinistro del fiume) dove un tempo regnavano terrazzamenti ed agricoltura.

I boschi del versante nord (dal ponte romano di Fontecchio alle pagliare)

Una bella passeggiata nel bosco, anche se un po' impegnativa, è quella che dal ponte romano di Fontecchio, ci porta fino alla piana delle pagliare (con circa 500 m di dislivello). Passando sul ponte possiamo vedere, sulle due sponde del fiume, delle belle formazioni di salici e pioppi 'a galleria' che formano, quando quardiamo il fondovalle dall'alto, un bel serpentone argenteo fra il verde cupo delle guerce. Salendo a zig-zag lungo l'ampio sentiero che si stacca dal ponte, al di là della ferrovia, vediamo, dove c'è più luce, una prima una fascia di robinie che nel giro di pochi metri spariscono per lasciar posto ad un bosco misto di roverelle, carpini neri ed ornielli, con alberi anche di discrete dimensioni. Qui attraversiamo grandi terrazzamenti agricoli, abbandonati, ed invasi dal bosco. Proseguendo in alto il pendio si fa più ripido e la roccia comincia ad affiorare tanto che il bosco si fa più stentato e le piante governate a ceduo (cioè soggette da molti anni ad un taglio periodico, così che ricacciano dalla ceppaia tanti getti) hanno un portamento più cespuglioso che arboreo. Infine arriviamo alla croce in cima alla salita, sull'altipiano delle

pagliare. Seguendo a sinistra il sentiero - ma anche perdendoci in questo bel paesaggio bucolico - attraversiamo una serie di conchette coperte di bosco simile al precedente e, dove esso si apre, di belle fasce cespugliate con cornioli, noccioli, rose canine, sanguinelle, prugnoli, berrette del prete e tanti altri arbusti che in primavera si ammantano di straordinarie fioriture mentre d'autunno offrono bellissime tavolozze di colori con le bacche rosse o blu e il fogliame che vira al rosso, al bruno, all'oro.

Foto 1 - Pagliare di Fontecchio, ju mozzone





I mozzoni (pagliare di Fontecchio): alberi da frasca

Arrivati alle pagliare di Fontecchio, scendete sul fondovalle e puntate a ovest, dove. dalla conca, si stacca il sentiero che porta a Rocca di Mezzo. Lo imbocchiamo in leggera salita e lo percorriamo per circa 500 metri fino ad un trivio. Prendiamo il sentiero (non marcato) sulla sinistra che prima sale per un brevissimo tratto, poi continua in costa (attenzione a non perdersi!). Poco prima che il sentiero si esaurisca nel bosco, prima di una pozza scavata dai cinghiali dove vi si rotolano nel fango, lungo il sentiero e sulla scarpata boscosa sotto di noi, si intravedono grandi alberi sparsi fra quelli più giovani, con i tronchi contorti e sofferti ma alti solo un metro e mezzo-due metri; da questi tronchi antichi, si staccano verticalmente dei ricacci più giovani che si allungano verso l'alto. Questa strano tipo di alberi, per lo più roverelle e qualche volta anche faggi, erano detti mozzoni e sono il risultato di una continua capitozzatura (taglio della chioma) di vecchi alberi per indurli a produrre - ad una altezza accessibile - delle frasche nuove, che venivano ogni anno raccolte, appese per farle seccare e poi portate in paese per nutrire durante l'inverno gli animali (Foto 1). Questo modo di gestire gli alberi era tipico di un sistema contadino nel quale gli animali domestici - in genere pochi capi per famiglia di capre e di spartane pecore pagliarole - non venivano portate a svernare nelle Puglie ma formavano un gregge comune (la cosiddetta morra) portato a pascolare a turno da uno dei proprietari. Per nutrire d'inverno gli animali si usavano soprattutto le frasche tagliate ai grandi e generosi mozzoni, dato che il fieno, su un suolo carsico ed asciutto, non era mai sufficiente.

Le faggete dalle pagliare

Continuando a salire sulla strada forestale che dalla conca delle pagliare di Fontecchio corre verso Rocca di Mezzo, via via il bosco

Foto 3 - Veduta sulle faggete del Sirente.

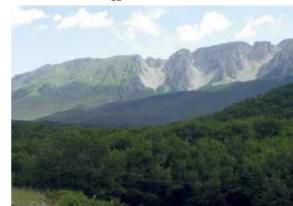




Foto 4 - Goriano Valli, bosco (defensa?) del lago di Tempra

cambia e compaiono i primi faggi, ancora prevalentemente cedui. Strada facendo il bosco si fa sempre più interessante fino a che il sentiero non lascia la 'strada' forestale, che prosegue dritta, e volta a sinistra per arrampicarsi su una terrazza soprastante. Qui la faggeta si fa davvero bella con una continuità di esemplari di buone dimensioni che accompagnano una serie di piccole conche, un tempo intensamente coltivate, che il sentiero lambisce, (Foto 2), La faggeta1 si stende sui rilievi sopra le piane delle pagliare. Due luoghi in particolare meritano ancora una visita: il primo è la solitaria valle Oliva, che si raggiunge percorrendo la carrareccia che dalle piane delle pagliare di Tione porta, lungo la val Cardora, a Rocca di Mezzo. Si segue a destra una pista forestale che, correndo in costa, raggiunge guesta conca, percorrendo la quale ci si ricongiunge con sentiero che sale dalle pagliare di Fontecchio. Fate però attenzione perché non ci sono sentieri segnati e ci si perde facilmente. Continuando lungo la val Cardora, quando si raggiungono i 1200 metri slm circa, comincia un'altra splendida faggeta che ci accompagna fino a Rocca di Mezzo con alcuni esemplari di dimensioni eccezionali.

Le faggete del Sirente

Un'altra bellissima faggeta² è quella della selva dell'Anatella. Percorrendo la strada che da Secinaro ci porta a Rocca di Mezzo, superiamo le prate del Sirente e riprendiamo a salire fino al Vado della Forcella a 1469 m slm. Poco dopo a sinistra troviamo l'indicazione per Fonte dell'Anatella. Percorriamo la carrareccia fino alla fonte e poi, oltre, lungo un recinto in disuso, fino ad attraversare, in discesa, una splendida faggeta con numerosi e maestosi patriarchi arborei. Continuando a scendere, si raggiungono di nuovo le prate del Sirente e, attraversate queste, di nuovo la strada Sirentina già percorsa (Foto 3). Se invece, salendo da Secinaro, ci fermiamo, prima delle prate allo chalet del Sirente, possiamo salire alle spalle del rifugio fino a incrociare la strada forestale che ci porta a Fonte Canale, Lungo tutto il percorso, ci accompagnano delle belle faggete, particolarmente suggestive in inverno, se volessimo percorrerle con le ciaspole.

Una difesa, forse...

Da Goriano Valli, saliamo verso le pagliare ed arriviamo al passo; dopo poche decine di

¹ È riconosciuta Sito di Interesse Comunitario per l'associazione faggio-agrifoglio.

² Già Regio Demanio Montano.



Foto 5 - Campana-Fontecchio, querceto misto

metri troviamo un bivio oltre il quale, a destra, si scende verso la piana. Se invece giriamo a sinistra, seguiamo una carrareccia che, poco dopo, piega a destra. Raggiungiamo così uno stagno, pomposamente chiamato lago di Tempra (Foto 4). Lo superiamo e sul lato opposto arriviamo ad una bella foresta con possenti faggi ed aceri. La struttura di questo bosco con grandi alberi sparsi, poco sottobosco prossimo al laghetto, richiama quella che veniva chiamata difesa o defensa termine che ritroviamo spesso fra i toponimi abruzzesi e che stava ad indicare un bosco in cui il taglio di alcuni grandi alberi era interdetto perché veniva usato come pascolo arborato e come ricovero, all'ombra, del bestiame, specialmente quello grosso (vacche). A pochi passi da lì, nei pressi di un'altra piccola conca, troviamo infatti i resti della casa del vaccaro, il pastore incaricato di custodire le vacche. Se proseguiamo salendo nella valletta che parte dalla possibile difesa, il bosco vira decisamente alla faggeta e resta un ambiente di grande suggestione con grandi alberi e, in stagione, tanti funghi. Arrivati al passo, se teniamo la sinistra, usciamo su dei vasti pascoli, dai quali si gode una splendida vista su Gran Sasso, pagliare e sulla mole del Sirente, ammantato di boschi.

Boschi particolari: le tartufaie

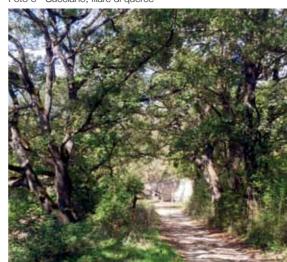
Più che una meta di escursione, segnaliamo come curiosità un particolare tipo bosco (o bosco futuro) che incontriamo spesso lungo la valle: sono le tartufaie artificiali, unica forma

di agricoltura redditizia ed in espansione nella zona. Noterete, viaggiando in auto a piedi, delle aree cintate che ospitano filari di alberelli - in genere ancora giovani e giovanissime roverelle e noccioli - nelle cui radici è stata realizzata artificialmente la micorriza, cioè l'associazione in simbiosi fra le ife (il corpo del fungo) del tartufo nero (invernale o anche estivo) e le radici dell'albero. Dopo circa dieci anni di lavoro per pulire dalle erbacce e bagnare, la tartufaia comincia a dare i suoi frutti. Si spera...

I filari di guerce

Lungo i sentieri e le stradine campestri della valle, troviamo molti filari di guerce che venivano impiantate o lasciate crescere per ombreggiare i cammini ma anche per fornire la ghianda per i tanti maiali che si allevavano nella valle (Foto 5). Ne citiamo due particolarmente belli: il primo sta lungo una bella stradina acciottolata che si diparte verso est dal quartiere di Beffi, posto a monte della Strada provinciale 261. Un altro, invece, si diparte dal cimitero di Succiano e corre sotto al paese fino alla fonte vecchia e poi più avanti fino al borgo di San Lorenzo: se passiamo Succiano verso Sulmona Strada provinciale sulla 216, appena usciti dal borgo, sulla destra vediamo le indicazioni per la chiesa della Madonna di Loreto, di là si scende fino al cimitero dove la strada ha inizio. (Foto 6).





Woodland of the Aterno Valley

The first thing that strikes us on arriving in the Aterno valley is the ubiquitous woodland from which villages sprout here and there. A dense blanket of woods cloaks the north-facing slope to the right of the Aterno, climbing steeply towards the pagliare; the south-facing side, where once there was terracing and agriculture, is more sparsely covered and gentle.

The woods on the north-facing slope (from the bridge at Fontecchio to the pagliare)

A lovely woodland walk takes you from the bridge at Fontecchio to the plateau of the pagliare. Crossing the bridge you'll see lovely 'tunnels' of willows and poplars on the banks of the river below. Going up in a zig-zag along the wide path that sets off from the bridge, and beyond the railway, we first see a band of robinia (acacia) that gives way within a few meters to a mixture of oaks, black hornbeams and flowering ash, with some large specimens. Next you cross the abandoned agricultural terraces and then the slope becomes steeper and rockier. The trees here are more stunted and those grown for coppicing resemble bushes rather than trees. Finally you come to the cross at the top of the hill, on the plateau of the pagliare. Follow the path to the left past a series of small valleys covered by trees with belts of dogwood, wild rose, blackthorn, spindle trees that in spring are covered with flowers and in autumn offer a beautiful palette of red or blue berries and foliage that turns red, then brown, then gold.

The Mozzoni (pagliare of Fontecchio): firewood trees

Arriving at the pagliare of Fontecchio, go down to the valley floor and take the path to the west that leads to Rocca di Mezzo. Walk up the gentle slope and after about 500 meters there is a crossroads. On the slope below you can see very wide, gnarled tree trunks only 1.5 - 2m high with young sprouts that shoot up vertically. These strange trees, 'mozzoni', result from the continuous pollarding of old trees to

induce them to produce new branches which were harvested, dried and then fed to the livestock during the winter. This was part of a system in which animals - usually just a few goats and sheep for each family - were not taken to winter in Puglia like the large herds but formed a communal herd (or 'morra') taken to graze by each owner in turn. The young branches from the large and generous mozzoni were the main feed of the animals since the hay produced by the dry karst soil was never sufficient.

The beech forests of the pagliare Climbing up the track from the basin of the pagliare of Fontecchio to Rocca di Mezzo the first beeches appear. Then the trail leaves the road and turns left to climb on a terrace above. Here the beech wood is lovely with good-sized specimens and you will pass small valleys that

were once intensely cultivated.

Two more places in particular are worth a visit: the first is the solitary Oliva valley, along the cart track from the plateau of the pagliare of Tione, along the Cardora valley to Rocca di Mezzo; about xxx meters from xxxx, a track runs off to the right, follows the slope and arrives in the Oliva valley. Further on you join up with the path from the pagliare of Fontecchio. Care is needed as there are no marked trails and it is easy to get lost. Instead of continuing along the Cardora valley, when you reach about 1200 meters above sea level, there is another splendid beech wood that leads you on to Rocca di Mezzo with some specimens of exceptional size.

The beech forests of the Sirente
Another beautiful beech forest is one of
dell'Anatella wilderness. Along the road
from Secinaro to Rocca di Mezzo, pass the
meadows below the Sirente then continue to
climb to Vado della Forcella at 1469 m above
sea level. Shortly there is a sign for Fonte
dell'Anatella. Follow the dirt track to the fountain and then beyond, until heading downhill
you come across a beautiful beech wood with
numerous majestic trees. Further downhill,

you return to the meadows of the Sirente, and then you rejoin the Sirentina road. If coming from Secinaro, stop before the meadows at the Sirente chalet and climb behind the refuge until you cross the track that leads to Fonte Canale. All along the route are beautiful beech woods, especially lovely in the winter if you have snowshoes.

A defence, perhaps ...

From Goriano Valli we walk up towards the pagliare and come to the pass; At the crossroads turn left and follow a track that then turns right. Pass a pond called Lago di Tempra and you arrive in a beautiful wood with mighty beeches and maples. The layout of this wood with large, scattered trees, is what was called a 'difesa' or 'defensa', where the cutting of large trees was banned because they were needed for the shade and shelter of livestock. There are also the ruins of the cowherd's house. Continue up the valley and the wood turns into beech wood where, in season, there are many mushrooms. Keep left at the pass and come out onto vast

pastures from which you can enjoy a wonderful view of the Gran Sasso, the pagliare and the tall bulk of the Sirente cloaked in trees.

Unusual woods: the truffle grounds
Mentioned as a curiosity is a particular type
of woodland found in the valley: the artificial
truffle grounds, a unique form of agriculture
that is profitable and expanding. You will notice
fenced-in areas with rows of saplings among
whose roots an artificial mycorrhiza has been
created, ie the symbiotic relationship between
the truffle and the tree roots. After about ten
years' work of weeding and watering the truffle
bed starts to bear fruit, hopefully...

The rows of oaks

Along the paths and rural roads of the valley we find many rows of oak trees that were planted to shade the paths and provide acorns for the many pigs that were bred here. We mention two particularly beautiful ones: one going east from Beffi, above the road; and one between Pedicciano and Frascara.



Le fioriture della valle dell'Aterno

Sotto il profilo della biodiversità vegetale la media valle dell'Aterno e le zone adiacenti, comprese entro i confini del Parco regionale Sirente-Velino, presentano una straordinaria ricchezza sia come numero di specie che come aspetti vegetazionali. Questa ricchezza è dovuta alla notevole diversità di ambienti che caratterizzano il territorio, alla geomorfologia varia e al forte gradiente altitudinale compreso tra i circa 600 m s.l.m., della zona ripariale nei pressi del fiume Aterno, fino alle aree di alta quota che culminano con il monte Sirente (2343 m), passando attraverso i pascoli dei piani carsici e i boschi dei versanti. Il territorio del parco Sirente-Velino è considerato d'importanza strategica nella logica della 'connettività ambientale' in quanto costituisce un corridoio naturale per la fauna che mette in relazione l'Appennino centromeridionale con quello centro-settentrionale. Un ragionamento analogo può essere fatto per le comunità e per le specie vegetali non tanto in senso longitudinale quanto trasversale. Il parco rappresenta un mosaico di aspetti ecologicamente distinti che idealmente collegano il mondo mediterraneo, le cui vestigia sono ancora ben identificabili nelle gole di san Venanzio e nella bassa valle dell'Aterno, a quello alpino molto ben rappresentato nei settori sommitali delle catene del Sirente e del Velino, passando attraverso il mondo continentale delle praterie, delle garighe, delle steppe e dei querceti caducifogli, largamente diffusi nei settori interni, arricchendosi in questo percorso della componente oceanica rappresentata delle grandi faggete che ammantano soprattutto i versanti esposti a settentrione. Una sintesi veramente peculiare di ambienti assai diversi che pure sfumano gli uni negli altri a costituire un'unità ambientale di grande valore, che trova analogia solo ne-

gli altri gruppi montuosi abruzzesi non a caso divenuti essi pure non solo aree protette ma anche parchi azionali: il Gran Sasso-Monti della Laga e la Majella.

Ad ogni quota e nelle varie fasi stagionali è possibile ammirare una straordinaria varietà di fioriture: in primo luogo le orchidee selvatiche, meno appariscenti rispetto a quelle coltivate, a causa delle dimensioni ridotte. Con sguardo attento però si potranno cogliere e ammirare i dettagli di grande bellezza e funzionalità dei loro fiori. Tra le orchidee più comuni, che in alcuni casi quasi tappezzano i prati con le loro splendide fioriture, vi è l'Orchidea sambucina (Dactylorhiza sambucina), che fiorisce su pascoli e radure della zona montana da maggio fino a metà luglio. Que-





molto vistosa e facile da avvistare da metà aprile agli inizi di giugno è l'Orchidea maggiore (Orchis purpurea) che raggiunge i 70 cm di altezza e vive negli incolti e pascoli fino a circa 1300 m. Tra le altre splendide orchidee presenti nel territorio e facilmente avvistabili in pascoli, radure e margini del bosco si ricordano l'Orchidea maschio (Orchis mascula), l'Orchidea piramidale (Anacamptis pyramidalis) e l'Orchidea screziata (Neotinea tridentata) (Foto 1 © Valter Di Cecco). Invece nei boschi e luoghi ombrosi si possono trovare le Cefalantere, sia la bianca (Cephalanthera damasonium) che la rossa (Cephalanthera rubra). Nella media valle dell'Aterno si può avvistare il bello e singolare Barbone adriatico (Himantoglossum adriaticum) in fioritura da metà maggio fino ai primi di luglio su prati aridi e garighe (spesso anche bordo strada) (Foto 2 © Valter Di Cecco).

Le più strane, particolari e, per alcuni versi inquietanti, tra le orchidee selvatiche sono le Ofridi (Ophrys) specie più termofile, legate a climi caldo-asciutti, presenti quindi principalmente su prati aridi. Contrariamente ad altre orchidee non possiedono nettare e, per attirare gli insetti impollinatori, hanno sviluppato incredibili meccanismi ingannatori. Infatti, il labello (il petalo centrale più grande) imita, sia nella forma che nella pelosità, l'addome delle femmine di diverse specie di insetti Imenotteri come le api. Ogni singola specie di ofride è specializzata a richiamare una particolare specie di insetto. Tra le ofridi più comuni e più belle si citano l'Ofride fior d'ape (Ophrys apifera) e l'Ofride di Bertoloni (Ophrys bertolonii) (Foto 3-4 © Valter Di Cecco).

Altre splendide fioriture sono quelle di due gigli, il Giglio martagone (Lilium martagon) e il Giglio rosso (Lilium bulbiferum) che fioriscono tra maggio e luglio nei boschi di faggio il primo e nelle radure più assolate il secondo. Meravigliose fioriture sono quelle che si incontrano nei pascoli d'altitudine oltre i 1000 m dovute alle genziane; la più grande e vistosa è la gialla Genziana maggiore (Gentiana lutea) che fiorisce tra giugno e agosto; più piccole e di colore blu, sono invece la Genziana appenninica (Gentiana dinarica) e la Genziana primaverile (Gentiana verna). Aspetti molto peculiari



Foto 3 - Prateria altomontana con Ophrys bertolonii

del paesaggio sono quelli delle 'garighe' che danno l'idea del forte potere colonizzatore del mondo vegetale su substrati difficili, un mondo di profumi e colori che sfida l'ostilità dell'ambiente.

La gariga è un tipo di vegetazione a dominanza di piccoli cespugli xerofili, che si afferma lungo pendii rocciosi molto acclivi, derivanti generalmente dalla degradazione della macchia mediterranea o dei boschi di querce.

Nella fascia collinare-submontana dell'Appennino centrale le specie più frequenti che caratterizzano la gariga sono la santoreggia montana (Satureja montana subsp. montana) e quella greca (Micromeria graeca), l'elicriso (Helichrysum italicum subsp. italicum), le fumane (Fumana procumbens e Fumana thymifolia), gli eliantemi (Helianthemum sp.), il citiso spinoso (Cytisus spinescens), il ranno spaccasassi (Rhamnus saxatilis), il camedrio a testa grossa (Teucrium capitatum) e quello montano (Teucrium montanum).

Nell'itinerario delle gole di san Venanzio si potranno apprezzare alcuni aspetti di gariga peculiari a bosso (Buxus sempervirens) che si arricchiscono della rara presenza dell'Efedra (Ephedra major). Una nota caratteristica delle garighe è la presenza di piante aromatiche appartenenti alla famiglia delle Labiate, alcune delle quali già citate, che nella stagione primaverile colorano queste fitocenosi con mille sfumature e diffondono il loro gradevolissimo profumo. Sull'altopiano delle Rocche, in primavera, la biodiversità vegetale raggiunge il massimo nei prati da sfalcio, ricchissimi in specie, tra cui spicca il Narciso dei Poeti (Narcissus poëticus). Proprio questo fiore, nel mese di maggio è il protagonista della Festa del narciso a Rocca di Mezzo, che immancabilmente si ripete dal 1947. Il nome del fiore è strettamente legato al mito greco di Narciso narrato da Ovidio nelle Metamorfosi. La leggenda vuole che il giovane e bellissimo Narciso si lasciò morire a causa dell'amore verso la sua stessa immagine riflessa nell'acqua e al posto del suo corpo fu trovato

il fiore che conserva tuttavia una bellezza pura, non contaminata dalla superbia. Percorrendo in maggio l'altopiano delle Rocche si avrà l'occasione di osservare le distese dei prati da sfalcio che, qualche settimana dopo, saranno falciate e composte nei curiosi rotoloni di fieno lasciati ad asciugare al sole. Una tecnica relativamente recente che, attraverso l'innaturalità di queste forme conferisce valore aggiunto alla percezione del paesaggio. Salendo un po' di quota, durante il periodo primaverile la neve lascia il posto alla natura che si risveglia. In questo breve periodo, durante lo scioglimento, i prati altomontani si ricoprono di splendide fioritu-

Foto 4 - Ophrys bertolonii

re uniche per la loro bellezza

e la loro fugacità. La specie più rappresentativa di questa esplosione vegetale è sicuramente il Croco (Crocus neapolitanus) noto anche con il nome di zafferano maggiore o falso zafferano per la somiglianza con Crocus sativus da cui si ricava la nota spezia. Il nome Crocus deriva dal greco kroke, ovvero filamento, a causa degli stimmi filamentosi che porta al centro della corolla. Secondo un mito greco tali filamenti simboleggiano il legame dello sfortunato amore tra la ninfa Smilax e il giovane Krokos. Negli stessi ambienti, nel periodo subito successivo alla fioritura dei crochi, i prati si riempiono di mille colori (Foto 5 © Valter Di Cecco). La specie che più arricchisce di sfumature i pascoli sassosi di altitudine è sicuramente la Viola di Eugenia (Viola eugeniae). Questa specie, con toni di colore tra il giallo e il violetto, affascina il visitatore durante il periodo tardo primaverile. Michele Tenore il botanico che ha scoperto questo bellissimo fiore, lo dedicò alla moglie Eugenia ed è anche, come pianta endemica

e ancne, come pianta endemica italiana, il simbolo della Società Botanica Italiana. Nelle praterie del parco Sirente-Velino e in quelle del vicino Parco Gran Sasso-Monti della Laga inoltre è possibile andare alla ricerca anche di autentiche rarità, di enorme valore naturalistico come l'Adonide primaverile (Adonis vernalis), incontro non facile proprio per la scarsa diffusione delle specie (Foto 6-7 © Carlo Con-

sole). L'Adonide è una pianta di rara bellezza presente in pochissime popolazioni in Appennino centrale, che si pensava fosse del tutto estinta in Italia fino al 1997. Negli ultimi anni le uniche popolazioni conosciute di Adonis vernalis erano limitate al massiccio montuoso del Gran Sasso (nei pressi di

Castelvecchio



Foto 5 - Gymnadenia conopsea



Foto 6 - Adonis vernalis

Calvisio) mentre recentemente è stato scoperto un nuovo piccolo popolamento anche nella alta valle dell'Aterno. L'etimologia del genere *Adonis* fa riferimento al mito greco del giovane e bellissimo Adone.

Per quanto riguarda la vegetazione forestale la valle dell'Aterno è ricca di boschi di quercia (*Quercus pubescens*) e di faggio (*Fagus sylvatica*) che mutano nelle stagioni sia nelle chiome che nelle presenze del sottobosco; il periodo migliore per percorrere i sentieri nei boschi della valle dell'Aterno, come quello



Foto 7 - Fioriture di Adonis vernalis



Foto 8 - Fioritura di Sambucine

che da Fontecchio sale alle pagliare, è sicuramente fine aprile-maggio quando le chiome ancora leggere lasciano passare la luce e permettono alle primule, alle epatiche, agli anemoni, alle scille ecc. di fiorire in un magnifico assortimento di colori (Foto 8 © Valter Di Cecco). Ma anche alcuni aspetti del paesaggio agrario della media valle dell'Aterno meritano di essere visitati per la loro struggente e purtroppo decadente bellezza. Ci riferiamo ai mandorleti che all'inizio della primavera e, talvolta, nel tardo inverno ci regalano straordinarie fioriture ed intensi odori. Proprio a causa del loro breve periodo di fioritura essi simboleggiano la speranza ma anche la delicatezza

e fragilità. Il mandorlo (Amygdalus communis) è una pianta originaria dell'Asia centro occidentale e venne introdotta in Italia dai Fenici. Fu proprio Plinio il Vecchio a ricordare la città romana di Alba Fucens come custode delle migliori varietà di mandorlo conosciute al tempo (Foto 9 @ Carlo Console), Questi alberi in passato hanno costituito per i rilievi calcarei come per la valle dell'Aterno una risorsa importante: fornivano legname per l'inverno e soprattutto i frutti, ricchi di carboidrati e preziosi oli vegetali. I mandorleti possono essere considerati in maniera metaforica i 'castagneti delle montagne carbonatiche' ed ancora oggi, sebbene in forte abbandono, costituiscono sicuramente una risorsa per il territorio locale con cui vengono prodotte numerose specialità tipiche legate alla mandorla tra cui gli amaretti, i nocci attorrati1 ecc.

Come si intuisce, in conclusione, sono molteplici gli aspetti di interesse che il visitatore potrà cogliere nei legami profondi tra natura e cultura che caratterizzano questo affascinante scorcio dell'Appennino abruzzese.

1 Sono mandorle glassate [N.d.r.].





Flowers of the Aterno Valley

In terms of plant biodiversity the middle Aterno Valley and adjacent areas, including the borders of the Regional Park Sirente, have an extraordinary wealth both of number of species and of types of vegetation. This richness is due to the remarkable diversity of environments that characterize the area, the varied geomorphology and great variations in elevation.

At each altitude and during the various seasons it is possible to enjoy an extraordinary variety of flowers: First some wild orchids like the Elder-flowered orchid (Dactylorhiza sambucina), which blooms on the pastures and meadows of the mountain area from May until mid-July and has the distinction of having individuals of two different colors: yellow and magenta; the Lady orchid (Orchis purpurea), which reaches up to 70 cm in height and lives in uncultivated pastures and up to about 1300m. Among other beautiful orchids in the area is the Early purple orchid (Orchis mascula), the Pvramidal orchid (Anacamptis pyramidalis) and the Threetoothed orchid (Neotinea tridentata). Then, in the woods and shady places, you can find the Cephalanthera, both the white variety (Cephalanthera damasonium) and the red (Cephalanthera rubra). In the middle Aterno valley you can see the beautiful and unique Adriatic lizard orchid (Himantoglossum adriaticum) in bloom from mid-May until the beginning of July on dry meadows and scrublands (often roadside).

The strangest and most unusual among the wild orchids are the bee orchids (*Ophrys*), which unlike other orchids do not have nectar to attract pollinating insects, instead they have developed incredible deceptive mechanisms. The lip (the largest central petal) mimics, both in shape and hairy texture, the abdomens of the females of different species of Hymenoptera insects such as bees.

Other beautiful blooms are the two lilies, the Turk's cap lily (*Lilium martagon*) and the Orange lily (*Lilium bulbiferum*), which bloom between May and July, the first in the beech woods and the latter in the sunniest clearings. Wonderful blooms can been found on the high pastures above 1000m due to the presence of the gentians; the largest and most conspicuous is the Yellow gentian (*Gentiana lutea*) which flowers

between June and August, smaller and blue are the Apennine gentian (*Gentiana dinarica*) and the Spring gentian (*Gentiana verna*).

Some distinctive features of the landscape are those of the 'garrigue': a type of scrubland vegetation dominated by small xerophilous bushes on steep rocky slopes. In the hilly sub-mountain zone of the Appenines the most frequent species that characterize the garrigue are the winter savory (Satureja montana subsp. Montana) and Pink micromeria (Micromeria graeca), Helichrysum (Helichrysum italicum subsp. Italicum), Needle sunroses (Fumana procumbens and Fumana thymifolia), Rock roses (Helianthemum sp.), Thorny broom (Cytisus spinescens), Rock buckthorn (Rhamnus saxatilis), and the largeheaded germander (Teucrium capitatum) and the mountain germander (Teucrium montanum). On the Altopiano delle Rocche, in the spring, plant biodiversity peaks in the hay meadows, rich in species like the famous Poet's daffodil (Narcissus Poeticus) which every May is the star of the Narcissus Festival in Rocca di Mezzo, an annual event since 1947.

At a slightly higher altitude, during spring and the melting of the snow, the mountain meadows are covered with beautiful blooms. The most predominant species of this plant explosion is definitely the crocus (Crocus neapolitanus) also known as the greater saffron or false saffron for its likeness to Crocus sativus from which the spice is harvested. The species that most enriches the high stony pastures during the spring is definitely the Eugenia violet (Viola eugeniae), with colours ranging between yellow and violet. In the grasslands of the Sirente-Velino Park and in those of the nearby Park of the Gran Sasso and Monti della Laga there are also genuine rarities of significant natural value such as the Spring pheasant's eye (Adonis vernalis). This is a plant of rare beauty of which there are very few in the central Apennines, and which was thought to be completely extinct in Italy until 1997.

Other aspects of the agricultural landscape of the middle Aterno valley deserve to be mentioned, especially the almond orchards that in early spring give us impressive blooms and a strong perfume.

Itinerari geomorfologici nel Parco naturale regionale Sirente Velino e nel Parco nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga

Il carsismo, il protagonista invisibile della montagna abruzzese

Le aree montuose della provincia aquilana e, più in generale, gran parte dei rilievi abruzzesi, sono costituiti da rocce carbonatiche. calcari organogeni o marnosi, grosse bancate di decine di metri di spessore, appartenenti prevalentemente al periodo Secondario (Triassico 1 e Cretaceo 2) e Terziario (Miocene inferiore 3), cui si aggiungono i calcari massici e dolomitici e le dolomie che prevalgono nell'area del Gran Sasso. Tali rocce hanno costituito il substrato ideale per lo svilupparsi dei processi di dissoluzione chimica carbonatica tipici del carsismo, in una varietà, tipologia ed estensione che non trova uguali nelle altre parti della catena appenninica. Le acque piovane, insieme a quelle di fusione nivale e glaciale (durante le ere glaciali trascorse), hanno infatti lentamente inciso ed escavato le rocce preesistenti in molteplici formazioni ipogee ed epigee (doline, campi carreggiati, inghiottitoi, grotte, ecc.) che possiamo ritrovare in tutto l'areale della catena del Velino e del Gran Sasso (Foto 1).



^{2 165-45} milioni di anni fa. 3 23-2,5 milioni di anni fa.



Foto 1 - Masso erratico su superficie di strato incisa da solchi a doccia verticali e *karren* ad andamento meandriforme nella media valle del Puzzillo

Il polje di Campo Felice e i fenomeni glacio-carsici nella valle del Puzzillo

L'altopiano di Campo Felice, raggiungibile attraverso la SS. 696 dal casello dell'autostrada A 24 Roma-Teramo, costituisce insieme alla tributaria valle del Puzzillo-valle Leona, per la varietà e l'ampiezza dei fenomeni legati al carsismo e al glacialismo quaternario, un unicum in tutto il territorio del massiccio del monte Velino e del Sirente. Situato ad una quota media di 1.530 m, dall'aspetto brullo e privo di vegetazione il pianoro è riconducibile ad un polije carsico, una grande depressione tettono-carsica lunga oltre 5 km e larga



Foto 2 - Il vasto e desolato altopiano di Campofelice (1.523 m), conca tettono-carsica sul cui fondo si individuano depositi fluvio-glaciali risalenti all'ultima glaciazione wurmiana (15.000 anni fa)

in media 1,5 km, dal fondo pianeggiante o sub pianeggiante, circondata dai ripidi e aridi versanti calcarei del monte Cefalone-monte Orsello a nord-est e da quelli più boscosi della Cimata di Pezza-monte Cornacchia a sud-ovest (Foto 2-3). Nell'area si rintracciano doline a piatto dal fondo colmato da piccoli specchi lacustri semi-perenni, mentre alcuni

inghiottitoi, come quelli in località Camardosa e Capodacqua, drenano le acque superficiali che si raccolgono in effimeri corsi d'acqua. Altri fenomeni carsici si ritrovano in località i Cento Monti e nella valle del Puzzillo; qui sono rinvenibili campi di doline in deposito glaciale, mentre risalendo la depressione si rintracciano estese superfici affioranti di calcari cretacei, caratterizzate da campi carreggiati: solchi rettilinei e a meandro di alcuni metri di lunghezza, vaschette e impronte di dissoluzione dissecano in ogni direzione la roccia, creando profonde e affilate creste di alcuni metri di estensione (Foto 4-5). Karren e solcature carsiche, soprattutto a doccia verticale, intaccano anche i grandi blocchi calcarei dei macereti di frana o le bancate calcaree affioranti lungo i versanti montuosi.

Alla testata della valle è presente, infine, una delle grandi manifestazioni del carsismo locale: ai piedi della imponente parete rocciosa del costone occidentale (2.239 m) è presente una grande dolina, la fossa del Puzzillo (1.956 m), ampia oltre 500 metri e profonda un centinaio (Foto 6).

Foto 3 - L'altopiano di Campofelice visto dalla vetta del costone orientale (2.271 m). Sullo sfondo i ripidi versanti del monte Cefalone (2.152 m) che chiudono a nord-est la conca carsica





Foto 4 - Tipico campo carreggiato nella valle del Puzzillo

Foto 5 - Distesa senza soluzione di continuità di doline alluvionali nel deposito morenico frontale della valle del Puzzillo, allo sbocco nell'altopiano di Campofelice





Foto 6 - Fossa del Puzzillo (1.923 m), una profonda depressione di origine glacio-carsica ancora in fase di erosione. Sullo sfondo, l'imponente parete del costone occidentale (2.243m)



Foto 7 - Imbocco della valle Majelama (1.103 m). Si nota chiaramente la tipica conformazione a U delle valli di escavazione glaciale, i cui fianchi e fondo appaiono oggi occupati da potenti falde di detrito che celano in parte il profilo originale. Sullo sfondo si intravede lo sbocco del vallone sospeso della Genzana

La valle Majelama: un esempio di valle glaciale

Il versante sud-ovest del massiccio del monte Velino (2.486 m) è interrotto dalla profonda valle Majelama che rappresenta uno spettacolare esempio di azione del glacialismo quaternario in questa sezione dell'Appennino. Per raggiungere il vallone si utilizza una comoda carrareccia che dall'abitato di Forme di Massa d'Albe raggiunge l'imboccatura della valle. Risalendola per un comodo sentiero si possono osservare numerosi e brulli coni di detrito uniti sia longitudinalmente sia trasversalmente a formare potenti falde che fasciano la porzione inferiore dei versanti e l'intero fondovalle (Foto 7).

Lungo le pareti, numerose nicchie di distacco evidenziano l'intensa azione erosiva che ancora oggi, per effetto della dissoluzione chimica, del gelo e della gravità, continua ad incidere e ad ampliare i versanti con frequenti crolli di pietre e blocchi rocciosi. Man mano

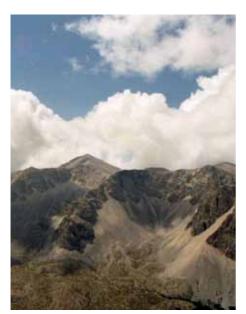


Foto 8 - Il monte Velino (2.486 m), massima elevazione della catena omonimia visto dalla versante settentrionale del vallone di Teve. Si notano tre imponenti circhi glaciali scavati durante il Wurm e che hanno plasmato profondamente i versanti e le valli locali. Ai piedi dei circhi si notano i depositi detritici legati all'escavazione glaciale e all'azione di gelifrazione che ancora oggi modella e trasforma le rocce carbonatiche

che si risale la vallata si allarga, assumendo la tipica conformazione ad U delle valli glaciali, con il fondo ricoperto da depositi morenici nei quali si impostano piccole doline alluvionali, mentre *karren* a doccia verticale si rintracciano lungo le pareti e sui grandi blocchi di frana. Arrivati a 1.500 m di quota circa, è possibile osservare i resti di un piccolo arco morenico latero-frontale, residuo di una lingua glaciale attiva durante l'ultima glaciazione würmiana (110.000-15.000 anni fa), mentre in sinistra idrografica si nota, 100 m più in alto, lo sbocco del vallone sospeso della Genzana da dove proveniva un piccolo ghiacciaio tributario della valle Majelama.

Risalendo ulteriormente il vallone fino al valico del Bicchero (2.050 m) le tracce del glacialismo si fanno sempre più intense, con archi morenici, massi erratici e rocce montonate che contribuiscono a dare all'ambiente un aspetto selvaggio e naturalmente incontaminato (Foto 8).

L'attopiano delle Rocche, il pozzo caldaio e le grotte di Stiffe: un esempio complesso di sistema carsico

L'altopiano situato ad una altitudine compresa tra i 1.200 e i 1.400 m tra il massiccio del monte Velino e quello del Sirente, presenta una forma articolata su tre pianori (Piano di Ovindoli, Campo di Rovere e Prata di Rocca di Mezzo) con una lunghezza massima di 14 km circa e una ampiezza di 5 km (Foto 9). La sua superficie è interessata da numerose formazioni carsiche come inghiottitoi e cavità ipogee. Uno di questi sistemi di erosione è visibile lungo il margine nord-est dell'altopiano, nei pressi dell'abitato di Terranera, dove le acque del rio Gamberale, principale corso d'acqua del pianoro, dopo un breve e tortuoso percorso, si raccolgono in una grande dolina denominata pozzo caldaio (Foto 10 © www.italiaparchi.it). Da qui, le acque scompaiono nel sottosuolo per poi riemergere, 3,5 km a nord-est e 600 m di dislivello più a valle, in un complesso sistema di cavità sotterranee, le grotte di Stiffe, nel territorio di San Demetrio ne' Vestini. Sono queste una vera e propria risorgenza sotterranea, oggi ampiamente visitabile, lunga più di 5 km e solo in parte esplorata, costituita da una successione di sifoni e ampie sale (la più grande alta 30 m) occupate da piccoli specchi lacustri e decorate con le tipiche concrezioni calcaree (stalattiti e stalagmiti) e da una cascata perenne la cui altezza supera i 25 m.

Lago del Sirente: una dolina di impatto meteorico

Tra le formazioni naturali di attribuzione più controversa è possibile citare il lago del Sirente. Si tratta di una depressione pseudo-circolare, del diametro di circa 120-140 m, pro-



Foto 9 - I piani di Pezza (1.460 m), depressione tettonica in cui si sono impostati numerosi fenomeni glaciocarsici responsabili della conformazione attuale. Sullo sfondo l'altopiano delle Rocche

fonda alcuni metri e occupata da un piccolo specchio d'acqua perenne, osservabile in località Prati del Sirente (1.100 m), lungo la strada provinciale che collega gli abitati di Rocca di Mezzo con quello di Secinaro. In relazione a studi sulla composizione mineralogica di campioni di terreno locali, alcuni scienziati hanno attributo una origine aliena della depressione. facendola risalire alla caduta di un meteorite di circa 10 m di diametro avvenuta in epoca storica, intorno al IV secolo d.C. Per altri studiosi si tratterebbe, invece, di una dolina alluvionale che le popolazioni locali avrebbero ampliato e approfondito al fine di aumentare la sua capacità idrica, da utilizzare per le greggi di pecore che qui avrebbero stazionato durante i mesi estivi della transumanza.

Le formazioni carsiche e glaciocarsiche di Campo Imperatore

Campo Imperatore è un vasto altopiano di natura calcareo-dolomitica e di origine tettonica in cui l'attività dei ghiacciai e del carsismo hanno contribuito a dare origine alla conformazione attuale. Il pianoro, con i suoi 75 kmg di superficie, una lunghezza di circa 18 km e una larghezza di 8 km, è tra i più vasti d'Italia e si sviluppa tra i 1.450 e i 1.650 m di altitudine, tra i contrafforti più orientali della catena del Gran Sasso d'Italia e le cime più occidentali del monte Scindarella (2.200 m). La SS 17 bis che congiunge Castel del Monte ad Assergi, attraversa interamente Campo Imperatore e consente di esplorare facilmente gli ambienti post-glaciali dell'altopiano (Foto 11 @ www. gransassolagapark.it). Questo si presenta spoglio, brullo e privo di vegetazione arborea, intervallato da ampi greti sassosi dove le acque correnti vi scorrono occasionalmente, subito inghiottite entro cavità carsiche e trasportate in profondità. Là dove la statale si biforca in direzione dell'osservatorio astronomico e dell'albergo di Campo Imperatore si estende il vasto apparato morenico frontale di Coppe Santo Stefano, che appare come una ondulata e irregolare massa di detriti crivellata da centinaia di doline e di depressioni carsiche, talvolta sede di alcuni piccoli specchi d'acqua più o meno effimeri, come il lago



Foto 10 - (© www.italiaparchi.it) La cascata nella sala grande delle grotte di Stiffe

Pietranzoni, nelle cui acque si riflette la mole imponente del Corno Grande, massima elevazione appenninica (2.912 m). Proseguendo verso l'osservatorio, sulla sinistra appaiono i grandi circhi del monte Scindarella il cui fondo è ancora in parte occupato da vaste falde detritiche e sedimenti di origine glaciale, mentre sulla destra compaiono i depositi informi dei rock-glacier, masse relitte di rocce frammiste a ghiaccio ormai estinto, ultime testimonianze del tardo würmiano in questa parte dell'Appennino centrale.

I crateri carsici: la fossa Raganesca, la fossa di Monticchio e il lago Sinizzo

Nell'area compresa tra Monticchio, Fossa, San Felice d'Ocre e San Demetrio ne' Vestini sono presenti imponenti doline di crollo originatesi in epoche antiche all'interno dei calcari compatti chiari di epoca mesozoica.

GROTTE DI STIFFE

Situata all'apice della forra di Stiffe e immersa nella lussureggiante vegetazione del Parco naturale Sirente-Velino, la grotta può essere definita una risorgenza, ossia una cavità dal cui interno fuoriesce un corso d'acqua. Il torrente sotterraneo, che accompagna il visitatore per tutti i 700 m di sviluppo del percorso turistico, forma all'interno della cavità rapide e cascate di rara bellezza.

In prossimità delle grotte:

- Bar delle grotte
- Punto vendita souvenir
- Area pic-nic
- · Parco giochi per bambini
- Area Camper
- Prossima apertura L'AQuilandia: Abruzzo aquilano in miniatura, museo interattivo

Le Grotte di Stiffe sono aperte tutti i giorni dell'anno con i seguenti orari:

Orario estivo (dal 16 marzo al 14 ottobre) dalle ore 10,00 alle ore 13,00 e dalle ore 15.00 alle ore 18.00 con ingressi organizzati il biglietteria in base all'affluenza dei visitatori. Ultimo ingresso alle ore 18,00

Orario invernale (dal 15 ottobre al 15 marzo)
dalle ore 10,00 alle ore 13,00
e dalle ore 15,00 alle ore 18,00
Ultimo ingresso alle ore 17.00

Giorni di chiusura: 25 Dicembre 1º Gennaio (mattina)

Durata di ogni visita: un'ora circa

Temperatura interna: 10 gradi centigradi (la temperatura all'interno della grotta resta costante per tutto l'anno)

Grotte di Stiffe S. Demetrio ne' Vestini (Aq) 0862 86142; 327 9728914 www.grottestiffe.it info@grottestiffe.it





Foto 11 - (© www.gransassolagapark.it) Campo Imperatore (1.650 m) visto in una fotografia aerea. Si noti al centro il grande deposito glaciale del ghiacciaio lungo oltre 10 km che fluiva dai versanti sud-est del monte Aquila (2.495 m). Sullo sfondo il Gran Sasso d'Italia (2.912 m), mentre sulla destra è visibile la lunga cresta del monte Brancastello (2.385 m)

Queste profonde depressioni, comunemente considerate come residui di edifici vulcanici raggiungono profondità di decine di metri e un diametro che raggiunge i 550-600 m. I fianchi di queste doline si presentano brulle e scoscese, mentre il fondo, occupato da de-

positi residuali dell'erosione carsica (terre rosse) e da materiali alluvionali presenta una copertura arborea più ampia o, come nel caso delle doline di Civita di Bagno e di Cavalletto d'Ocre, o del lago di Sinizzo sono occupati da piccoli specchi lacustri (Foto 12). Nelle

Foto 12 - Il lago Sinizzo, in prossimità del Comune di San Demetrio ne³ Vestini, è un piccolo specchio d'acqua che occupa il fondo di una delle profonde doline di crollo presenti nell'area della media valle del fiume Aterno



doline più grandi, come nel caso del cratere carsico di Fossa, la superficie pianeggiante è stata utilizzata per la costruzione di piccoli insediamenti abitati. Un'altra spettacolare dolina, quella di Campana, si trova fra l'omonimo borgo e la frazione di Stiffe: la si raggiunge in 20 minuti attraverso la carrareccia che si diparte nei pressi della biglietteria delle grotte di Stiffe

Le gole di Celano

Lungo il versante meridionale del Sirente, una stretta fenditura nei calcari cretacei separa ripidamente il monte Etra (1.819 m) dalla serra di Celano (1.923 m). Le gole di Celano devono la loro origine alla millenaria opera di erosione del torrente la Foce all'interno delle potenti bancate carbonatiche che ha originato una incisione lunga oltre 4,5 km, profonda fino a 200 m e larga, in alcuni tratti, non più di 3-4 m. Le acque scorrenti, provenienti dalla Valle d'Arano (1.250 m), piccolo pianoro tributario della piana di Ovindoli, hanno scavato fortemente la roccia per centinaia di metri fino allo sbocco, nei pressi di Celano nella conca del Fucino, a poco più di 750 m di quota. Sulle le pareti della gola è possibile rintracciare ancora oggi i segni dell'azione erosiva, con profonde fenditure, rocce smussate e tracce di antiche marmitte dei giganti, mentre il fondovalle è colmato da una massa caotica di rocce precipitate dai fianchi della spaccatura o trasportare dalla corrente e poi levigate dalle acque che ancora oggi continuano la loro azione erosiva.

Le gole di San Venanzio

Nel tratto nel quale il fiume Aterno sbocca nella conca di Sulmona, tra i comuni di Molina Aterno e di Raiano, l'erosione fluviale ha prodotto, nel corso di 700.000 anni, una profonda incisione nelle rocce calcaree del Secondario e del Terziario, meglio note come gole di San Venanzio.

Facendosi strada tra i duri e compatti carbonati, fratturati e incisi da numerose faglie, l'Aterno ha, infatti, dato origine ad un ambiente naturale unico, caratterizzato da una ricca vegetazione che comprende sia specie più tipicamente ripariali (salici, pioppi e sambuchi) sia specie caratteristiche di ambienti caldo aridi di media montagna (boschi misti di aceri e carpini e guercete a roverella e leccio). L'abbondanza di acqua e vegetazione ha, poi, consentito l'insediamento di una grande varietà di specie animali, che comprendono anfibi (tritoni, rane e salamandre), rettili, rapaci (aquila reale, falco pellegrino, gheppio, ecc.) e mammiferi (gatto selvatico, martora, scoiattoli, ghiri e volpi). La presenza dell'uomo è testimoniata da millenni, grazie ai numerosi ripari in roccia abitati fin da epoche antiche lungo le sponde dell'Aterno, alle pitture rupestri di Rava Tagliata e allo spettacolare eremo di San Venanzio, edificato a cavallo delle gole tra il XII e il XIV secolo. Numerosi percorsi attrezzati consentono di esplorare i differenti ambienti naturali e antropici che dal 1998 sono tutelati dalla Regione Abruzzo nell'ambito di una riserva naturale.



Geomorphological itineraries in the Parks

The polje of Campo Felice and the glacial-karst features of the Puzzillo valley

The mountain plateau of Campo Felice, accessible via the SS. 696 road from the Tornimparte exit on the A24 motorway from Rome to Teramo, is unique in the whole territory of the massif of the Monte Velino and Sirente for the variety and number of karst and quaternary glaciation features. Located at an average altitude of 1,530m, the plateau is a karst polje, a large tecto-karstic depression over 5 km long and on average 1.5 km wide, with a predominantly flat valley floor. Sinkholes in the area can be traced by the presence of small semi-perennial lakes. Other karst features are found in the area of the Cento Monti and in the Puzzillo valley. At the head of the valley there is one of the largest local karst phenomena: the great sinkhole called the Fossa del Puzzillo (1,956 m) over 500m wide and 100m deep.

The Majelama valley: an example of a glacial valley The southwestern slope of the massif of Monte Velino (2,486m) is interrupted by the deep Majelama valley and is a spectacular example of the action of quaternary glaciation. To reach the valley, take the easy cart track from the village of Forme di Massa d'Albe to the mouth of the valley. Climbing again on an easy path you can see many cone-shaped piles of debris together forming massive layers of stones wrapped around the lower portion of the slopes through the entire valley. As you ascend, the valley takes on the typical U-shape of glacial valleys, with alluvial sinkholes and vertical *karren*. Arriving at an altitude of approximately 1,500m, you can see the remains of a morainic arch (dating from 110,000 - 15,000 years ago).

The Altopiano delle Roche, the pozzo caldaio and the caves at Stiffe: a complex example of karst system The Altopiano (plateau) is at an altitude of between 1,200 and 1,400m between the massif of Monte Velino and the Sirente. Its surface is transformed by the numerous karst formations such as sinkholes and underground cavities. One of these systems of erosion can be seen in the neighborhood of Terranera, where the waters of the Rio Gamberale, gather in a large sinkhole called pozzo caldaio. From here the waters disappear underground to re-emerge in the valley in a complex system of underground caves, the caves of Stiffe, near San Demetrio ne' Vestini. This is a real underground 'resurgence', popular with visitors, more than 5km long and only partially explored, consisting of a succession of sumps and large rooms (the largest 30m high) occupied by small mirrored lakes and decorated with stalactites and stalagmites and a perennial waterfall whose height exceeds 25m.

Sirente Lake: a meteor impact sinkhole Among the natural formations the most controversial has to be the Sirente Lake. It is a roughly circular depression, with a diameter of about 120-140m and a few meters deep located in the Sirente meadows (1.100m). Some scientists attribute an alien origin to the depression, the fall of a meteorite of about 10m in diameter in about C4th A.D. Other scholars say that it is an alluvial valley that local people had enlarged to water their flocks.

Karst formations and glacial-karst Campo Imperatore

Campo Imperatore is a vast plateau of a limestone dolomite nature and of tectonic origin in which the activities of glaciers and karst have resulted in its present form. The plateau, about 18km long and 8km wide, is among the largest in Italy. The SS17a road that connects Castel del Monte and Assergi, crosses the entire Campo Imperatore and allows you easily to explore the post-glacial plateau It looks bare and barren, and is devoid of arboreal vegetation. Where the road splits to go to the observatory and the hotel of Campo Imperatore the vast ground moraine of Coppe Santo Stefano spreads out before you, with hundreds of sinkholes and karst depressions. Continuing towards the observatory, on the left the rounded forms of Mount Scindarella appear whose bases are still partly covered by vast debris slopes and glacial sediments.

The karst craters: the Raganesca pit, the Monticchio ditch and lake Sinizzo

In the area between Monticchio, Fossa, San Felice d'Ocre and San Demetrio ne' Vestini there are impressive sinkholes that collapsed into the compact limestone of the Mesozoic era. These deep depressions reach depths of tens of meters and a diameter of 550-600 m. The upper sides of these sinkholes are barren while the bases have a greater arboreal cover or, as in the case of the sinkholes of Civita di Bagno, Cavaletto d'Ocre, and lake Sinizzo contain small lakes.

The Celano gorges

Along the southern slope of the Sirente, a steep, narrow slit in the Cretaceous limestones separates Mount Etra (1,819m) from the Serra di Celano (1,923m). The Celano gorges owe their origin to the Foce waterfall that over millennia has carved an incision over 4.5km high and up to 200m deep and in some places, not more than 3-4m wide. On the walls of the gorge it is still possible to trace the signs of erosion today, with deep crevices and smooth rocks.



Le pagliare

Alcuni dei borghi della valle dell'Aterno - Tione, Fontecchio, Fagnano - dispongono, sugli altipiani ai piedi del Sirente, di un secondo piccolo insediamento stagionale dove parte degli abitanti si trasferiva nei mesi estivi per sfruttare le terre di montagna. Soprattutto agricoltura sulle piane carsiche ma anche pascolo per gli animali (le 'morre' formate dell'insieme dei pochi capi di ciascuna famiglia), taglio e raccolta di legna da ardere e di fascine per i forni, cottura delle pietre calcaree per farne calce da riportare a valle. Insomma, le pagliare erano degli insediamenti strategici, intensamente vissuti nei mesi estivi, che rappresentavano l'indispensabile integrazione territoriale per una stretta valle, altrimenti troppo povera di terre per sfamare una popolazione di migliaia di abitanti (Foto 1). Teniamo presente, comunque, che la 'fame di terre' ha spinto in maniera crescente gli abitanti delle valli a scalare le montagne e a coltivare le terre alte, fino ad occupare, nell'Ottocento. (approfittando anche di un periodo particolarmente caldo), i pascoli prima utilizzati, per secoli dal declinante sistema dell'allevamento transumante, specie sul Gran Sasso, ad oltre 1500 metri di altitudine. Ne fanno fede i tanti terrazzi di muri a secco e le macere di pietre derivate dallo spietramento che punteggiano i pendii.

Raggiungiamo Goriano Valli e imbocchiamo la stradina asfaltata che, facendosi ripida e tortuosa, raggiunge il passo. Qui colpisce l'impressionante contrasto fra la parete calcarea del Sirente ed il verde dei boschi e delle prate che vira al giallo nei mesi più caldi, quando le erbe seccano. Sotto di noi la piana. Sul suo lato opposto il gregge di casette sparse che forma le pagliare di Tione (Foto 2). Teniamo la destra al bivio, subito dopo il passo, e scendiamo nella stretta e panoramica stradina fino alla chiesetta della Trinità, meta di un pellegrinaggio annuale. Poi, la strada si fa bianca

e dopo un paio di chilometri, raggiungiamo le pagliare (Attenzione! Non andate con auto troppo basse). È un insediamento sparso di case di uno-due piani con uno o due locali al piano terra ed il pagliaio al piano di sopra. Oggi molte sono state restaurate come seconde case o come rifugio per arrostate domenicali fra parenti e amici. Fra le case troviamo le aie lastricate coi selci dove venivano lavorate le granaglie ed i legumi prodotti nei paraggi. Alcuni dei piani bassi erano utilizzati come stalle ma in genere gli animali stavano al pascolo e le case servivano come frugale riparo notturno per le famiglie e per preparare

Foto 2 - Pagliare di Tione





Foto 3 - Fossa di raccolta delle acque piovane

i pasti, dato che nel corso della giornata si stava prevalentemente a lavoro nei campi, nei pascoli e nel bosco.

Diversi di questi edifici sono le classiche case di pendio - tipiche dell'architettura abruzzese spontanea - ed hanno un ingresso al piano terra sulla facciata ed un secondo al piano superiore, sul retro, che si appoggia al pendio. Problema chiave delle pagliare è quello della scarsità d'acqua nei mesi estivi sia per gli uomini che per le bestie. Quasi tutte le case, quindi, sono dotate di cisterne che raccolgono l'acqua piovana durante la primavera e l'inverno. Le fonti, su suolo carsico, sono pochissime e lontane. Quindi l'acqua delle cisterne chiuse, veniva integrata con quella della raccolte d'acqua sul fondo delle conchette carsiche (Foto 3). Un bellissimo esempio, alle pagliare di Tione, è costituito da un grande pozzo di dieci metri di diametro con una doppia scala a spirale che scende al suo interno. È posto su fondo di una conchetta, vicino alla chiesa, dove parte il sentiero che raggiunge le non lontane pagliare di Fontecchio (Foto 4). Grazie ai doccioni che attraversano il parapetto di pietra, l'acqua piovana cade nella cisterna. Per abbeverare gli animali, l'acqua attinta dalle cisterne, veniva versata in vasche (piloni in dialetto), scavate in grandi monoliti di pietra. Un bell'esempio di questi piloni si può vedere nella piazza di Fontecchio dove ne sono stati portati alcuni per prevenirne il furto. Nel suo bel testo Stagioni al Sirente, lo scrittore Massimo Leli racconta del mondo contadino di Tione alla fine dell'Ottocento. Ricorda, fra le altre figure dell'autarchica economia locale, quella del pastore che gestiva per tutti i compaesani la morra di pecore e capre e passava sulla montagna buona parte del anno per poi ridiscendere ai primi freddi e rendere ai rispettivi proprietari gli animali per poi ritirarsi ai margini del paese, proseguendo la sua vita ritirata. D'inverno, gli animali, che non transumavano in Puglia, sopravvivevano in massima parte con le frasche raccolte e seccate d'estate nei boschi delle pagliare (Foto 5). Una volta che i rami erano stati ripuliti dalle capre affamate, si usavano come fascine per cuocere il pane: non si sprecava nulla! Se attraversiamo il borghetto e guardiamo alla nostra destra, vediamo tutta la catena del Gran Sasso mentre alla nostra sinistra, incombente, si stacca

Foto 4 - Pagliare di Fontecchio





Foto 5 - Panorama sul Sirente

la parete verticale del Sirente. Proseguendo sulla strada bianca che da Goriano Valli ci ha portato quassù raggiungiamo le pagliare di Fontecchio dove si può anche agevolmente arrivare a piedi dal paese partendo dal ponte romano (2 ore di cammino all'incirca) oppure, come detto, dalle pagliare di Tione in circa mezz'ora. Percorrendo quest'ultimo bellissimo tracciato, attraversiamo per lungo un'altra più piccola conca che, poco prima di portarci a destinazione, raggiunge un bel laghetto, recentemente recuperato, riserva idrica strategica per gli allevatori di ieri e di oggi, ricchissimo di rane e tritoni. Le pagliare di Fontecchio, più piccole come insediamento, sono poste sul lato della conca e si sviluppano in diversi livelli collegati da strade e sentieri (Foto 6-7). Qui troviamo la chiesetta di sant'Anna, santa protettrice dei parti e della fertilità, che spesso troviamo celebrata nei luoghi di produzione del grano, non di rado a sostituire l'antica divinità pagana di Cerere. Più avanti ancora sulla strada bianca (semi) carrozzabile, raggiungiamo anche le pagliare di Fagnano, un insediamento più modesto di poche case, oggi coperte dalla vegetazione. Da qui possiamo riscendere a valle a piedi attraverso un bel sentiero panoramico che. attraversando in diagonale il lato della valle Aterno, raggiunge il paese di Campana. Dalle pagliare di Fontecchio e da quelle di Tione si dipartono altri sentieri nel bosco che salgono fino a Rocca di Mezzo, nell'altipiano delle Rocche, dove possiamo pure arrivare in auto - sempre se abbiamo un mezzo idoneo! continuando la strada bianca che abbiamo percorso e che, via via, si fa più disastrata e scoscesa.

Foto 7 - Pagliare di Fontecchio



Foto 6 - Pagliare di Fontecchio



The pagliare

Some of the villages of the Aterno valley -Tione, Fontecchio and Fagnano - have a small, secondary, seasonal settlement on the high plateaus at the foot of the Sirente to which the inhabitants transferred in the summer months to take advantage of the higher land, mostly for agriculture on the karst fields but also for grazing animals, cutting and collecting firewood and kindling for the ovens, and baking the calcareous rock to make lime to carry back down to the valley. In short, the pagliare were strategic settlements, inhabited intensively in the summer months showing how essential was the combining of the different types of territory available in a narrow valley, too poor in land to feed a population of thousands of inhabitants.

From Goriano Valli we take the steep and winding paved road to the pass. Here we are struck by the contrast between the limestone wall of the Sirente and the green of the woods and meadows. Below us lies the plateau and opposite can be seen the pagliare of Tione. Keep right at the fork, just after the pass, and go down into the narrow and picturesque road to la chiesetta della Trinità, (the church of the Trinity), the destination of an annual pilgrimage. From here on the road is unpaved and after a few kilometers we reach the pagliare. (Caution! Do not attempt this in a low car.) This is a settlement of scattered houses of one to two storeys with one or two rooms on the ground floor and a hayloft upstairs. Between the houses we find areas paved with cobblestones where the grain and legumes produced nearby were prepared. Some of the lower floors were used as stables but usually the animals were out grazing and the houses served as a basic night shelter for the families.

Several of these buildings are the classic hillside houses - typical of impromptu Abruzzese architecture - and have a ground floor entrance on the at the front and a second on the top floor, at the back, where the house is built into the slope of the hill. Almost all the houses have cisterns that collect rainwater during the spring and winter. Due to the scarcity of water sources, water from the cisterns was combined with that of the water collected by the karst basins. A beautiful example, at the pagliare of Tione, consists of a large well of ten meters in diameter with a double spiral staircase that descends inside. To water the animals. the water drawn from the cisterns was poured into baths (piloni in dialect) carved out of large stone blocks. Good examples of these piloni can be seen in the piazza in Fontecchio where they were taken to prevent their being stolen. Continuing on the dirt road that brought us here from Goriano Valli, we reach the pagliare of Fontecchio that can also be easily reached on foot from the village starting from the Roman bridge (approximately a 2 hour walk). Walking from the *pagliare* of Tione takes about half an hour. Driving along this last stretch we cross another smaller valley and shortly before arriving at the pagliare pass a beautiful lake full of frogs and newts, a water reservoir for the livestock farmers of yesteryear and the present day. At the pagliare of Fontecchio we find the church of Sant'Anna, patron saint of births and fertility, often found celebrated in the places where grain is produced. Further ahead on the road (here semi-passable by car), we reach the pagliare of Fagnano, a more modest settlement of few houses. From here we can go back down to the valley on foot following a beautiful panoramic trail that arrives in the village of Campana. From the pagliare of Fontecchio and Tione there are other paths through the woods that climb up to Rocca di Mezzo on the Altopiano delle Rocche.

Leggere il paesaggio: macere, muri a secco, capanne in pietra

Oggi, chi attraversa la valle dell'Aterno ed i vicini rilievi, non può non rimanere colpito dalla preponderante presenza dei boschi che formano una coltre compatta specie sul suo versante nord, a destra del fiume. Sembra un paesaggio primordiale, con una natura incontaminata e invece questo è un paesaggio sostanzialmente recente. Fino all'ultimo dopoguerra i boschi erano ben pochi, dopo secoli di intenso sfruttamento ad opera di una cospicua popolazione che dipendeva dai boschi per tanti aspetti: legna e fascine per cuocere e scaldarsi, prima di tutto, poi ghiande per i maiali, carbone di legna, combustibile

Foto 1 - Campana, terrazzamento nei pressi del fondovalle



per cuocere il calcare e farne calce, travi per le case, manici ed altri attrezzi e manufatti, pali, cortecce per il tannino per conciare le pelli e tanto altro. Ma oltre allo sfruttamento diretto per questi fini, i boschi dovevano sostenere un altro più formidabile nemico: la fame di terra. Una popolazione numerosa doveva vivere su esigue superfici rurali e tentava di strappare alla montagna e al bosco pezzi di terra dove praticare un'agricoltura di sussistenza. Dobbiamo così immaginare un territorio completamente e profondamente umanizzato: una linea continua di orti lungo il fiume; i versanti quasi completamente terrazzati con muri a secco; tutti i campi, anche i più difficili, ripuliti dalle pietre, poi impilate in mucchi regolari; brandelli di bosco stentato, assediati dalle capre e difesi da leggi inflessibili ma regolarmente aggirate. Nell'Ottocento, con la grande crescita della popolazione dovuta al declino delle mortalità per malattie ed al diffondersi della coltura del mais e delle patate, si assistette all'ultimo grande attacco alla montagna con il taglio di ulteriori porzioni di boschi superstiti che venivano terrazzati a formare le cosiddette cese (da 'cedere', tagliare). Protagonista indiscusso di questo paesaggio era la pietra - con i tanti toponimi pretara, preturo - materia prima fondamentale per i manufatti ma anche nemica implacabile dell'agricoltore che se la trovava letteralmente fra i piedi ovunque e doveva imparare a conviverci. Proviamo a vedere i tanti modi. in cui si è declinato il conflitto-alleanza fra la pietra e le comunità della valle.

I terrazzamenti

Sui versanti esposti a sud troneggiavano le vigne che generalmente venivano coltivate su ripidi terrazzamenti ricavati creando una



Foto 2 - Rocca di Mezzo, macerina

sorta di gradinata nel pendio e muri a secco a reggere i terrazzi a valle; il muro, di solito inclinato o, come si dice, 'a scarpa', reggeva il terreno rimosso a monte e consentiva di creare dei piccoli appezzamenti ben drenati e di evitare l'erosione che il pedio denudato dai boschi avrebbe altrimenti subito (Foto 1). Un enorme lavoro per creare fazzoletti di terra che necessitavano di una continua manutenzione e cura. Scendendo verso la valle dalla ex conceria di Fontecchio (oggi Centro visite del parco regionale Sirente Velino) troviamo un pannello didattico che ci illustra la struttura e la vita nelle terrazze. Proseguendo lungo il sentiero troviamo un'infinità di muri a secco ed un interessante esempio di terrazzamento per viana con le terrazze strettissime ed oggi in gran parte compromesse da crolli dovuti alla mancata manutenzione, agli alberi selvatici che spingono con le loro radici ed ai passaggi aperti dai cinghiali. Anche sul versante a nord della valle, troviamo importanti terrazzamenti come quelli - davvero imponenti! che accompagnano il primo tratto di sentiero che dal ponte romano di Fontecchio ci porta alle pagliare. Un terrazzamento modello che dimostra una grande perizia tecnica nel comporre le pietre, si trova a sinistra dell'imbocco della carrareccia che si stacca da Campana sul fondovalle per correre lungo il fiume verso Fontecchio. Altro sistema di terrazze davvero impressionante lo si trova a Pedicciano: bisogna esplorarlo con attenzione, perché diversi muri sono pericolanti! Partendo dallo stradello che lascia il paese dal lato nord, attraversata la piazza del paese, e piega verso sudovest oltre un grande campo che delimita tutto intorno il paese. Lo si raggiunge anche percorrendo la stradina che lascia il paese da sud e si dirige a sud-ovest verso la valle.

Orti terrazzati sotto e dentro le mura

Sotto le mura dei borghi erano intensamente vissute ed utilizzate le terrazze più antiche, probabilmente medioevali, che venivano chiamate ferragne buone soprattutto - in assenza di acqua per irrigare - per coltivare ceci e lenticchie o per ortaggi primaverili. Sotto le mura a sud di Fontecchio, presso la Torre del Cornone e lo sbocco del vallone se ne trova una serie che sono state recuperate e sono ancora usate come orti mentre altre, visibili dal sentiero che scende a valle dalla Porta da Piedi, sono in stato abbandono, conquistati dalla erbacce.

Sotto la fontana della piazza di Fontecchio si scorgono alcune terrazze privilegiate poiché godono dell'acqua della fontana.

Altre terrazze o orti terrazzati ne troviamo all'interno dei diversi paesi come nel cuore di San Pio di Fontecchio oppure fra le rovine del bellissimo castello triangolare di Beffi, sotto la torre. Vi era stato organizzato un orto botanico, purtroppo oggi in abbandono.

Foto 3 - Fontecchio, capanna intera ad una macina



Macerine e capanne di pietra

Le macere o macerine sono gli accumuli di pietre derivanti dallo spietramento dei campi da mettere a coltura. La raccolta dei sassi dai campi è stata un'opera di generazioni e generazioni che ha creato la macerina, elemento distintivo delle montagna abruzzese. I mucchi di pietre, per occupare meno spazio, venivano spesso elevati per mezzo di muri di contenimento tutto intorno alla base, così da spingere verso l'alto il mucchio. Spesso si trovavano al confine di proprietà e nella valle se ne vendono molti; oggi spesso assediati dalla vegetazione spontanea sono posti in verticale seguendo la pendenza dei pendii (Foto 2). Quelli che si vedono a Fontecchio lungo la stradina al di là della ferrovia, che si stacca dalla stazione, sono al tempo stesso macere e muri di contenimento di terrazze. Le macere come i tanti muri di recinzione avevano anche un altro ruolo non secondario: condensavano al loro interno l'umidità notturna e la restituivano al suolo. È frequente infatti trovare una corona di piante rigogliose crescere attorno alle macere. Due macere davvero imponenti si trovano sul lato a valle (sinistro) delle strada bianca che da Fontecchio porta a Campana. Sono due enormi mucchi paralleli che lasciano fra di loro una valletta dove è incastrato un pollaio. Sulla cima di una delle due macere si trova una casetta in muratura dalla quale si dominano - e si controllano - tutti i campi sottostanti: non si sprecava neanche un metro di terra! Non di rado dentro a queste macere di pietre, sono state ricavate delle capanne coperte da false cupole di forma ogivale. Si aprono all'esterno attraverso delle basse aperture sorrette da architravi orizzontali o più spesso spezzati. All'interno sono in genere strette ma alte (ci si può stare in piedi) e servivano da ricovero temporaneo durante un acquazzone o per gli attrezzi. I contadini tornavano generalmente a casa la sera ma, non di rado, restavano nei campi la notte per controllare che nessuno rubasse. Possiamo dire che l'opera primaria era rimuovere i sassi e, già che si doveva fare questo sforzo, si ricavava all'interno uno spazio coperto. Diverse erano le capanne di pietra fuori terra, dette a *tholos*, che realizzano architetture complesse specie se usate come stazzi come possiamo ben vedere sul Gran Sasso e sulla Majella (Foto 3-4). Se ne possono ammirare alcuni esemplari minori nei pressi del bellissimo eremo di sant'Erasmo e lungo il sentiero che conduce da Acciano verso i monti che lo sovrastano (vedi nella mappa) oppure fra i boschi della valle, un tempo coltivi.



Foto 4 - Fontecchio, capanna a tholos

Rifugi nelle grotte

La montagna carsica è attraversata tutta da caverne e corridoi generati dall'erosione delle acque sotterranee. Ne possiamo vedere un esempio eccezionale nelle grotte di Stiffe. Tante altre grotte minori sono state però utilizzare come ricoveri, stazzi e anche come cantine per il vino. Non di rado, come ha ben documentato Edoardo Micatii, all'interno di queste grotte vinarie, venivano ricavate dalla roccia le vasche per pigiare l'uva. Un piccolo esempio lo si vede lungo il sentiero che conduce dalla ex conceria di Fontecchio verso il fiume (via dell'Aquila). A metà percorso il sentiero spiana ed è accompagnato da un bel muretto basso che delimita sulla destra un

¹ Edoardo Micati, La pietra e l'uomo, in Di fonti, di macere, di boschi. Il mosaico rurale della media valle dell'Aterno, Quaderni dell'Aterno II, llex edizioni, Fontecchio 2015, pp. 43-58.

piccolo appezzamento, oggi incolto. Se alzate lo squardo verso destra, vedete una grotticina annerita dal fumo: al suo ingresso sulla sinistra, c'è una piccola vasca con un foro sul fondo da cui scendeva il succo dell'uva. Sulla parete rocciosa retrostante si trova una sorta di foro che ospitava - come ben ricorda Micati² - un capo del trave del torchio che, a mo' di leva, pressava il mosto nella vasca per estrarne il succo. Non di rado questi ricoveri in grotta erano artificiali, scavati nella tenero calcare sfruttando le fratture o ricavati dagli agglomerati di ciottoli. Un complesso sistema di grotte artificiali disposte su ben dodici livelli, si può vedere a San Benedetto in Perillis. Erano locali in cui si passava buona parte della giornata durante il freddo inverno dato che si mantenevano tiepide ed erano scavate per ricavarne pietra e ghiaia. Sotto molte delle case antiche dei borghi della valle troviamo cantine scavate nella roccia, probabilmente anche per cavarne le pietre da costruzione.

Mandre

Le mandre sono recinti di pietra dove venivano tenuti gli animali di notte. Spesso sono accompagnati da ricoveri per i pastori. Sono una sorta di stazzi fortificati (Foto 5). Il termine mandra è un toponimo piuttosto diffuso, ne troviamo in cima al Sirente, nella località dove sono stati rilasciati recentemente i camosci per ripopolare il massiccio. Un bellissimo esemplare di mandra si può vedere nei pressi delle pagliare di Tione. Non è facile da trovare ma ne vale davvero la pena. Attraversato tutto l'insediamento verso ovest, lo si lascia lungo un sentiero che prosegue in questa direzione. Si trova sul secondo colle dalle pagliare ma non è proprio semplice da individuare dato che tutto l'ambiente è molto inselvatichito: posso darvi le coordinate geografiche - 42° 11' 34,32" N 13° 36' 27,02" E - e dire che il recinto si vede molto bene su Google Earth.

Le aie di pietra

Talvolta camminando per le campagne della valle si possono trovare degli spiazzi lastricati di pietre piuttosto irregolari: sono antiche aie dove venivano lavorati il grano o i legumi con l'aiuto di bastoni o di animali. Di solito si trovavano nei pressi delle zone di produzione o talvolta all'interno degli insediamenti. Molto interessanti sono le aie che si trovano fra le case delle pagliare di Tione e Fontecchio - quasi ogni casa ha la sua - oppure quella, dimenticata, che troviamo fra Pedicciano e Fontecchio al termine di un grande campo triangolare, l'ultimo provenendo da Pedicciano, che punta a sud-est verso Fontecchio (42° 13' 51,33" N, 13° 35' 49,84 E). Si tratta di una grande aia sorretta da un imponente muro a secco di contenimento che domina la valle, purtroppo fortemente spanciato tanto che se ne può prevedere un prossimo crollo. Di lato, i ruderi di un edificio, sempre in pietra.

Foto 5 - Pagliare di Tione, mandra



2 Vedasi nota 1.

Reading the landscape: macere, dry stone walls, stone huts

Today those who pass through the Aterno valley and the nearby hills cannot be but struck by the prevalence of the woodland, but until the last war there were virtually no woods after centuries of intensive exploitation for firewood and kindling, acorns for pigs, charcoal, beams for houses, handles, artifacts, etc. In addition to direct exploitation, the woods were cut to obtain land to cultivate since until the Second World War the area did not have sufficient lands for the needs of the population. So we have to imagine a landscape that was completely different from what we see today where the undisputed ruler was not woodland. but stone: the key raw material for manufactured goods but also an enemy of the farmer who had to learn to live with it. We will look at the many ways in which the conflict/alliance between the stone and the communities of the valley is revealed.

The terraces

On south-facing slopes the vineyards towered over the valley. They were usually grown on steep terraces formed by creating a sort of stairway up the slope with dry-stone walls holding up the terraces from below. On the path heading down into the valley from the former tannery of Fontecchio (now the Visitors' Centre for the Regional Park of the Sirente-Velino) there is a signboard illustrating the structure of, and life on, the terraces. Also on the north-facing slope of the valley there are interesting terraces such as those that accompany the first stretch of trail from the Roman bridge of Fontecchio to the pagliare. There is an outstanding example of terracing showing great technical expertise on the left at the beginning of the track that leaves Campana along the valley floor.

Terraced vegetable gardens below and inside the village walls
Below the walls of the villages are the most

ancient, probably medieval, terraces that were intensely used. They were called ferragne and were especially good for cultivating chickpeas and lentils or vegetables. Under the south wall near the Cornone tower and the Sbocco del Vallone (the pedestrian gate in the defensive wall that leads down into the valley) there is a series of terraces that have been reclaimed and are once more used as vegetable gardens. Below the fountain in the piazza of Fontecchio some terraces can be glimpsed enjoying the privilege and luxury of the water from the fountain. More lovely terraces are found in various villages such as San Pio di Fontecchio. or in the ruins of the beautiful triangular castle of Beffi.

Macerine and stone refuges

The *macere* or *macerine* are mounds of stones resulting from the clearing of rocks from the crop fields and are a distinctive feature of the Abruzzo mountain regions. Two really impressive *macere* are located on the downhill (left) side of the track that leads from Fontecchio to Campana. There are two huge parallel piles that create between them a little valley where a chicken coop has been wedged in. Not infrequently, inside these *macere* of stones refuges have been excavated to make spaces with domed roofs. Inside they are typically narrow but high and served as a temporary shelter during a rainstorm or for keeping tools. There are several stone huts above ground, known as tholos, that can be seen on the Gran Sasso and Majella. Smaller ones can also be found near the beautiful hermitage of St Erasmus (see map).

Shelters in caves

The karst mountain is criss-crossed by caves and corridors created by the underground erosion of water. There is an outstanding example in the Grotte di Stiffe caves. Many other smaller caves were used as shelters,

animal pens and wine cellars. Not infrequently, within these winery caves, tanks for pressing the grapes were excavated from the rock. A small example is seen along the trail that leads from the former tannery of Fontecchio towards the river (Via dell'Aquila) where there is a little grotto blackened by smoke: by the entrance on the left, there is a small tank with a hole in the bottom where the grape juice flowed out. Often the shelters were artificial caves, carved out of the soft limestone. A complex system of artificial caves spread over twelve levels can be seen in San Benedetto in Perillis.

Mandre

The *mandre* are stone enclosures where animals were kept at night, a sort of fortified pen. A beautiful specimen of a *mandra* can be seen near the pagliare of Tione. Pass through

the settlement towards the west, and go along a path that continues in the same direction. The *mandra* is located on the second hill from pagliare: the geographic coordinates are: - 42° 11' 34.32" N 13° 36' 27.02» E -.

The stone threshing floors

Sometimes walking through the country-side of the valley you may find open spaces paved with irregular stones. These are ancient threshing floors where grains and pulses were threshed either with sticks or by animals. The threshing floors located between the houses at the pagliare of Tione and Fontecchio are very interesting, and another can be found at the end of a large triangular field between Pedicciano and Fontecchio (42° 13' 51,33" N, 13° 35' 49,84" E).



Fonti e fontane

Che c'è di più duro d'una pietra e di più molle dell'acqua? Eppure la molle acqua scava la dura pietra. Ovidio

Scoprire fonti, sorgenti e fontane è un piacevole modo di vivere il territorio della media valle dell'Aterno. La loro ricerca può essere la giusta motivazione per indossare gli scarponi o inforcare la bicicletta, visto che la maggior parte di queste sono facilmente raggiungibili con poco sforzo, grazie alla fitta rete di sentieri, carrarecce e vecchie mulattiere. Questi manufatti si trovano in aree suggestive: al centro di antichi borghi o immersi in affascinanti paesaggi dove, nell'apparente silenzio dei luoghi, la natura si rivela in mille delicati suoni, come quello del flebile scorrere di un filo d'acqua. Le fonti sono testimonianza della tradizione rurale e del duro lavoro di guesta valle, in passato terra di pastori e contadini. La disponibilità d'acqua era fondamentale per vivere e lavorare: dove non vi era una fonte occorreva attingere ai pozzi o direttamente al fiume. Troveremo fonti e fontane realizzate in luoghi funzionali ai sistemi adottati per ricavare l'acqua: quelle più antiche collocate sui fianchi delle colline o nelle parti basse dei centri abitati, in grado così di sfruttare la forza in caduta dell'acqua o la sua raccolta per stillicidio entro cunicoli sotterranei. Quelle realizzate

dall'Ottocento in poi invece, situate nelle parti alte dei borghi e nei luoghi raggiunti dall'acqua solo grazie a soluzioni tecniche in grado di incanalare e spingere il prezioso liquido nelle condotte in pressione, anche con l'utilizzo della ghisa. Per secoli questi impianti hanno mantenuto un fondamentale ruolo di approvvigionamento per la popolazione, almeno fino all'arrivo di moderne reti idriche che hanno portato l'acqua potabile all'interno delle abitazioni, facendo così perdere di centralità la vita intorno alle storiche fonti. Nel territorio tra L'Aquila, la media valle dell'Aterno e Sulmona, è possibile apprezzare varie ed interessanti tipologie di manufatti realizzati nel corso dei secoli. Una nostra visita ci consentirà di scoprire piccole fontane nelle piazze o abbeveratoi di alta montagna, lavatoi con pile in pietra o strutture più complesse, riccamente decorate con pietre lavorate e pregiati marmi. Le due città principali ci offrono spettacolari esempi di arte e sapienza idraulica: nel capoluogo una metà indiscussa è la Fontana delle 99 cannelle, di impianto medioevale e poi completata nel suo aspetto attuale a fine Cinquecento (Foto 1-3). Capolavoro di rigorosa e geometrica bellezza, si mostra oggi con un ampio ambiente cintato dove le cannelle decorate con mascheroni sporgono da tre ampie pareti decorate con pietra di Genzano rosa e bianca. Sempre all'Aquila sono da segnalare

Foto 1 - L'Aquila, Fontana delle 99 cannelle





Foto 2 - L'Aquila, Fontana delle 99 cannelle

la più recente Fontana del Nettuno (Foto 4) e la coppia di fontane di piazza Duomo (Foto 5), già presenti in epoca antica e riadattate nei primi decenni del Novecento con eleganti sculture di Nicola d'Antino, lo stesso autore della Fontana Luminosa (Foto 6). A Sulmona, in corso Ovidio, contigua allo splendido acquedotto medioevale che con il suo inconfondibile profilo delimita la piazza principale, ecco la Fontana del Vecchio, la cui parte più antica è di disegno rinascimentale.

Anche i piccoli borghi custodiscono gioielli artistici di pregio: è il caso della trecentesca

fontana di Fontecchio, in piazza del popolo, con vasca poligonale e fusto centrale riccamente decorato che per questa particolare tipologia, risulta la più bella e importante d'Abruzzo (Foto 7). Di guesta fonte sono stati recentemente condotti studi e approfondimenti che ne hanno evidenziato la particolare tecnica di approvvigionamento idrico1. Questa non si basa sulla diretta captazione di una sorgente ma sfrutta un sofisticato modello di diga artificiale interrata. La piazza di Fontecchio è situata sopra un impluvio e in passato era percorsa anche da un torrente di carattere stagionale, ora interrato. Il suo sotto suolo è quindi costituito da terreni intrisi naturalmente d'acqua. Un muro di contenimento sotterraneo, anticamente realizzato a sbarrare l'alveo, si comporta come una diga riducendo il flusso d'acqua nel suolo. Questa così filtra, per percolazione, in una camera ipogea di 2 metri di

Foto 3 - L'Aguila, Fontana delle 99 cannelle



¹ Giovanni Damiani, La fontana svelata di Fontecchio, in Di fonti, di macere, di boschi. Il mosaico rurale della media valle dell'Aterno, Quaderni dell'Aterno II; 2015, pp. 10-21.



Foto 4 - L'Aquila, Fontana del Nettuno

altezza accessibile da una porticina in metallo presente nei pressi del sito. Da qui, con un continuo sgocciolio, l'acqua scorre ad alimentare l'antica fontana.

Ancora nella media valle dell'Aterno possiamo arrivare ad Acciano. Poco sotto la strada provinciale ammireremo la bella fontana del



Foto 5 - L'Aquila, Fontana di piazza Duomo

borgo con il suo abbeveratoio. Databile al XV secolo questo manufatto presenta due bocche d'uscita decorate con antichi mascheroni in pietra.

A Poggio Picenze, paese famoso in passato per la presenza di valenti scalpellini, possiamo ammirare la cinquecentesca Fontana di san Rocco (Foto 8). Appoggiata ad un muro di pietre abilmente squadrate, la fonte si presenta con due nicchie con arco a tutto sesto dove l'acqua sgorga da una coppia di mascheroni in metallo.

La fonte è spesso affiancata da abbeveratoi. vasche di solito rettangolari e d'altezza calcolata sui bisogni degli animali. Semplici costruzioni arricchite oggi dalla bellezza dell'ambiente che le circonda, si trovano addossate ai margini degli abitati oppure collocate in aree un tempo interessate ai lavori agricoli e al passaggio delle greggi. Tra le tante segnaliamo: la Fonte della Lama e della Coda a Tione deali Abruzzi, le Fonti di Roccapreturo, la Fonte del Colle di Santa Maria del Ponte, quella di Vallecupa e Fonte del Lecchio ad Acciano. Nell'area della fonte di Opi, nel comune di Fagnano Alto, si ammirano i piani di lavoro per le lavandaie (Foto 9). Come altri, anche questo impianto è realizzato a ridosso dell'abitato, ed è contiguo a orti e campi coltivati. Un antico e

Foto 6 - L'Aquila, Fontana luminosa





Foto 7 - Fontecchio, Fontana di piazza del popolo

breve sentiero lo raggiunge dal centro del paese, in passato quotidianamente percorso da donne con le classiche conche di rame portate sopra la testa, o con i panni da lavare entro cesti in vimini. I gesti quotidiani si ripetevano intorno alle fonti, il cui corretto sfruttamento doveva rispondere alle esigenze di tutti i suoi fruitori: cittadini, pastori, lavandaie e contadini. Gli anziani ricordano che l'organizzazione intorno alle fonti era rigorosa e dettata da precise regole condivise dalla comunità, che avevano anche lo scopo di scongiurare ogni

Foto 8 - Poggio Picenze, Fontana di san Rocco





Foto 9 - Opi di Fagnano Alto, Fontana-abbeveratoio

contaminazione dell'acqua. In alcuni paesi era presente la figura di un custode, per assicurare il corretto utilizzo dell'importante manufatto. Le fonti erano inoltre luogo di incontro e socialità, di chiacchiere e confronto. Nelle piazze dei borghi della media valle dell'Aterno potremo trovare anche fontane di realizzazione più recente, generalmente costruite tra fine Otto e inizio Novecento. Queste portavano acqua in pressione nelle zone urbane che in passato non erano servite. È il caso della Fontana di Frascara, di Campana o di Pedicciano, fontane più semplici ma comunque belle nella loro pulita funzionalità. Ogni borgo, ogni villaggio aveva la sua fonte, ogni contrada la sua fornitura d'acqua, spesso proveniente da remote sorgenti d'alta quota di cui oggi, a volte, non si sa più l'esatta collocazione. Sopra l'abitato di Santa Maria del Ponte sono conosciuti due punti: Fonte Castello e Fonte del Colle; quest'ultima ancora oggi porta l'acqua fin sotto l'aia del borgo fortificato.

La sorgente dell'Acqua ai Frati è invece un

antico sito ipogeo recentemente rintracciato sopra l'abitato di San Pio di Fontecchio che deve il suo nome ad un ormai diruto convento di frati Cappuccini. Si presenta come un manufatto ipogeo con acquedotto e stanza di captazione costituita da una grande cupola, una sorta di *igloo* realizzata con blocchi di pietra locale che protegge una cisterna d'acqua purissima. Visitando queste fonti però, alle volte potremmo non trovare l'acqua.

Infatti questa non sempre scorre negli storici manufatti che è bene ricordare, non sono allacciati alle moderne reti idriche, ma attingono ad antichi sistemi di captazione realizzati dalle comunità locali nel corso del tempo, quando l'acqua andava trovata, tutelata, mantenuta. La presenza dell'acqua può essere stagionale, dipendere dalle piogge, dall'accumulo delle nevi in alta quota, dalle variazioni meteorologiche o dai movimenti del suolo. Nonostante la variabilità dei flussi, i manufatti idrici, soprattutto quelli sparsi nei boschi e nelle campagne, rivestono un ruolo importantissimo per



Foto 10 - Villa Cavalloni (frazione Goriano Valli), Fontana-abbeveratoio

la biodiversità. Flora e fauna selvatica traggono grande beneficio dalla presenza di queste
fonti, anche perché a causa della ridotta frequentazione umana, la natura sta operando
una seducente e spontanea riappropriazione.
In questa direzione il parco regionale Sirente
Velino ha realizzato un intervento a favore della batracofauna, accanto all'abbeveratoio di
Colle delle Rose, a Goriano Valli (Foto 10 - 11).
Un intervento analogo è stato realizzato vicino a *Ju Puzz*, una fonte conosciuta già prima
del XVII secolo, lungo il sentiero che collega
Bominaco a San Pio di Fontecchio e che si
presenta come fonte e abbeveratoio. La sua
alimentazione idrica, come nel caso della fon-

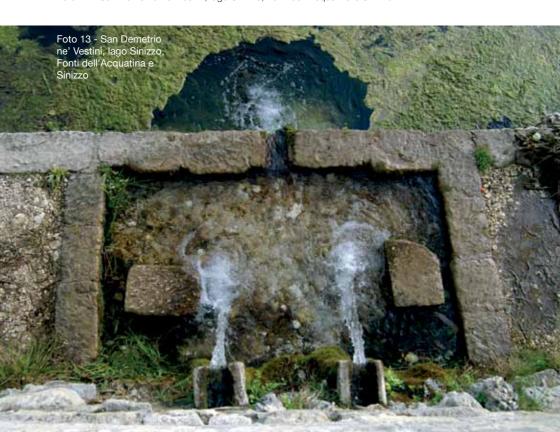
tana della piazza di Fontecchio, trae origine più che da una sorgente vera e propria, da un antichissimo sistema di drenaggio. Di fronte l'antico palazzo Corvi, sempre a Fontecchio è presente la Fonte del Rio, in passato utilizzata dalla comunità locale anche per servire una vecchia conceria che oggi ospita l'area faunistica del Capriolo. Questa fonte si presenta con una vasca con lastroni di pietra concatenati e addossata ad un bel muro in pietre squadrate anche di grandi dimensioni. Sul lato destro è presente l'accesso a un cunicolo di ispezione che risale il percorso dell'acqua per decine di metri verso la soprastante piana di Santa Petronilla, Nell'Area del cervo a Goriano Valli, potremo rintracciare un piccolo storico manufatto idrico: la Fonte della Pera. Acqua e natura ci porteranno poi, soprattutto d'estate, a raggiungere San Demetrio de' Vestini, nel cui territorio troviamo il lago Sinizzo, alimentato da due fonti di acqua limpida e fredda: Sinizzo e Acquatina (Foto 12-13). Questo specchio d'acqua di forma circolare è una risorsa di refrigerio contro la calura estiva e, circondato da salici, querce e pareti rocciose: un vero e proprio gioiello naturale.



Foto 11 - Colle delle Rose (Goriano Valli), Fontana-abbeveratoio



Foto 12 - San Demetrio ne' Vestini, lago Sinizzo, Fonti dell'Acquatina e Sinizzo



Sources and fountains

What is there that's harder than a stone and softer than water?
Yet the soft water carves the hard stone.
Ovid

Exploring sources, springs and fountains is a pleasant way to experience the middle Aterno valley. Searching for them might just be the motivation needed for putting on your boots or getting on your bike as most are within easy reach thanks to a network of paths, tracks and old mule tracks. They are located in picturesque areas, the centre of ancient villages or immersed in delightful landscapes. The fountains are testament to the architectural style and the hard life in this valley, once a land of shepherds and farmers where the availability of water was essential to live and work. We will find springs and fountains built in sites well adapted to the collection of water: the older ones placed on the hillsides or in low-lying parts of the towns using gravity to increase the pressure of the falling water or collecting dripping water in underground tunnels. Those built from the nineteenth century onwards are located in the higher parts of the villages and needed technical solutions that enabled the channelling of the precious liquid through pipes under pressure. In the territory around L'Aquila, the middle Aterno valley and Sulmona, you can find varied and interesting types of water sources.

The two main cities, L'Aquila and Sulmona, offer us spectacular examples of art combined with skill in hydraulics: in the capital the Fontana delle 99 cannelle (Fountain of 99 Spouts) is the most important fountain to visit. It was a medieval system completed in its present form at the end of the sixteenth century. Also notable in L'Aquila is the more recent Fontana del Nettuno (Neptune's Fountain) and the pair of fountains in Piazza del Duomo, already present in ancient times and adapted in the early decades of the twentieth century. The Fontana del

Vecchio is in Sulmona in Corso Ovidio by the beautiful medieval aqueduct with its unmistakable outline that borders the main square, the oldest part of which is of Renaissance design. Even small towns have valuable artistic jewels: for example the thirteenth-century fountain in Fontecchio, a polygonal basin and richly decorated central stem, and the San Rocco fountain in Poggio Picenze, a town once famous for its skilled stonemasons.

Fountains are often flanked by drinking troughs, fonte, usually rectangular tanks low enough for animals to drink from. Among the many of this kind we would like to mention the Fonte della Lama e della Coda in Tione degli Abruzzi, and also the ones in Roccapreturo. at Colle di Santa Maria del Ponte, at Vallecupa and the Fonte del Lecchio at Acciano. Near Opi in the municipality of Fagnano Alto one can still see a fountain with flat surfaces for washerwomen to use. The fonte is connected to the centre of the village by a path that in the past would have been trodden daily by women with the classic copper pots carried on their heads. In the piazzas of the villages of the middle Aterno valley we also find the most recently built fountains, generally dating to the late nineteenth and early twentieth century. This is the case of the fountains of Frascara, Campana and Pedicciano, simple fountains, but still beautiful in their clean functionality. Today visiting these fountains we might not find water. The presence of water can be seasonal, depending on rainfall, the accumulation of snow at high altitude or changes in weather patterns. Despite the variability of flows, these water sources play an important role for biodiversity. Flora and wildlife benefit greatly from their presence as can be seen in the water trough in Colle delle Rose, in Goriano Valli and the source Ju Puzz, on the path that connects Bominaco with San Pio di Fontecchio, where there are interesting examples of aquatic reptiles such as the rare great crested newt.

Gli anfibi e i mammiferi della media valle dell'Aterno

La media valle del fiume Aterno racchiude molti ambienti differenti tra loro, dai più antropizzati ai più naturali e selvaggi. Come spesso succede nella penisola italiana, l'uomo ha plasmato nei secoli ampi spazi a proprio vantaggio e molte specie animali, adattandosi nei secoli, hanno usato questi particolari habitat. Un esempio lampante è rappresentato dalle risorse idriche e dal relativo utilizzo: nella valle dell'Aterno si trovano molti fontanili, abbeveratoi, cisterne e pozze, manufatti realizzati per la necessità che si aveva di portare al pascolo le greggi. Se si curiosa in questi piccoli habi-

tat, si può scoprire che essi ospitano diverse specie di anfibi, un gruppo animale poco noto, ma con caratteristiche straordinarie ed affascinanti. La loro peculiarità è il vivere in due ambienti diversi, quello terrestre e quello acquatico. Noi tutti avremo sicuramente osservato, in qualche pozza, lago o fontanile, quelli che colloquialmente sono chiamati girini: questi sono, a tutti gli effetti, delle larve di anfibio, schiuse dalle uova deposte. Gli adulti di rospo comune (*Bufo bufo*) sono facilmente reperibili in prati allagati, laghi e pozze, ma anche in orti e giardini di tutta la valle dell'A-

Foto 1 - Coppia di rospo comune (*Bufo bufo*) in atteggiamento riproduttivo. Colpisce la mole massiccia della femmina, che trasporta il maschio





Foto 2 - Individuo di rana verde (Pelophylax bergeri & P. kl. hispanica) in fase intermedia di metamorfosi. La coda è ancora presente, tuttavia le zampe sono formate e la colorazione è nettamente più rassomigliante a quella della fase adulta che a quella di girino



Foto 3 - Giovane di rana verde presso le rive di una piccola pozza temporanea. Le sponde sono ambienti ideali di caccia per questa specie

Foto 4 - Il cielo si specchia nell'acqua della cisterna presso le pagliare di Tione. Due rane verdi prendono l'ombra sui gradini in pietra ricoperti di muschio





Foto 5 - Adulto di raganella italiana (*Hyla intermedia*) in un ambiente particolare, dei massi calcarei nei pressi di un laghetto. Solitamente, infatti, la raganella preferisce gli ambienti freschi e ombreggiati, riparandosi tra le piante igrofile

terno. Durante la stagione riproduttiva, si possono osservare le femmine, che portano i maschi in groppa (Foto 1), dirigersi verso gli ambienti acquatici per deporre le uova. Dopo la schiusa, le larve riassorbono progressivamente la coda e sviluppano delle piccole zampe: questa è la fase della metamorfosi, un magnifico e complesso processo biologico. Vengono sviluppati dei polmoni rudimentali, ed il giovane è dunque libero di allontanarsi dall'acqua, presso la quale tornerà da adulto per riprodursi. È possibile vedere molti individui di rospo in fase di metamorfosi, agli inizi di giugno, presso il laghetto che si trova proprio sul bivio tra la S.S. 261 ed il paese di Goriano Valli. La rana verde (Pelophylax lessonae e Pelophylax kl. hispanicus) (Foto 2-4) è più legata all'acqua del rospo comune, passando quasi tutto il suo ciclo vitale annuale presso laghi e pozze di modeste dimensioni. Se si cammina sulle loro rive, è possibile vedere gli adulti di rana verde saltare repentinamente in acqua dalla sponda, per poi nuotare e velocemente infilarsi sotto i sedimenti del fondo.



Foto 6 - Giovane di raganella italiana in fase di metamorfosi, con estremità adesive già sviluppate

dove divengono praticamente invisibili. Non sarà difficile incontrarle presso il laghetto in località San Cesidio, raggiungibile tramite un sentiero che dalla piazzetta di Goriano Valli si inoltra verso est in un bellissimo bosco di latifoglie. Un altro anuro (senza coda) presente nella media valle dell'Aterno è la splendida raganella italiana (*Hyla intermedia*) (Foto 5), specie presente nella sola nostra penisola. La caratteristica colorazione verde le permette di passare inosservata tra il fogliame della vegetazione di fossi, laghi e torrenti; un tratto



Foto 7 - Maschio di tritone crestato (Triturus carnifex) in acqua, con la cresta sollevata durante il nuoto

distintivo è la linea scura che, dalla narice, passa per l'occhio ed il timpano. La raganella ha estremità adesive, che le permettono di scalare molte superfici, talvolta vincendo la gravità (Foto 6). Molto difficili da vedere, ne tradisce la presenza il verso: un *cra-cra-cra* piuttosto veloce e concatenato, udibile nei molti fossi che percorrono tutta la bellissima piana delle Rocche, da Rocca di Cambio e

Terranera fino a Rocca di Mezzo. Per quello che riguarda i caudati (con la coda), la valle dell'Aterno ospita due specie di tritoni. Il tritone crestato italiano (*Triturus carnifex*) è la più grande tra le quattro specie di tritoni presenti in Italia peninsulare. Lo si può facilmente distinguere grazie alla appariscente cresta dentata che i maschi hanno sul dorso e sulla coda (Foto 7-8), assente nelle femmine,







Foto 9 - Femmina di tritone crestato sul fianco di un fontanile in pietra. La linea gialla è l'unico elemento che riesce a farci notare l'esemplare: le altre tinte sono particolarmente mimetiche



Foto 11 - Maschio adulto di tritone punteggiato (Lissotriton vulgaris meridionalis) sulle sponde di un laghetto. Si nota la cresta dorsale meno marcata rispetto al tritone crestato, e la maschera a strisce sul muso.

che invece presentano una linea gialla (Foto 9). Entrambe i sessi mostrano un ventre di color arancione-giallo, con macchie scure: è il pattern ventrale, caratteristico ed esclusivo di ogni individuo (Foto 10). Anche l'altra specie di caudato, il tritone punteggiato (Lissotriton vulgaris meridionalis), presenta un pattern ventrale in entrambe i sessi, ma spesso la femmina presenta punti molto più piccoli rispetto al maschio. Il maschio è riconoscibile anche grazie a delle strisce nere, che dal muso vanno a fondersi dietro la testa in una colorazione a macchie diffuse (Foto 11); la cresta dorsale è meno pronunciata rispetto al tritone crestato. Molti fontanili e piccoli stagni della media valle dell'Aterno sono popolati da queste specie. Ciò è indice di un'ottima qualità ambientale: i tritoni, come gli anfibi in generale, sono eccellenti indicatori di integrità degli habitat. A Fontecchio presso la fonte de Ju puzz' e nella cisterna delle pagliare di Tione vivono diversi esemplari di tritone. Entrambi gli itinerari meritano un'escursione non solo per il potenziale avvistamento delle specie acquatiche ma anche per la bellezza del paesaggio. Il territorio della valle dell'Aterno è un insieme di ambienti molto diversi tra loro, in cui molte specie di mammiferi mantengono popolazioni vitali, indicando quindi una elevata qualità ambientale. Tra gli erbivori di maggiori dimensioni non si possono non citare il cervo (Cervus elaphus) ed il capriolo (Capreolus capreolus): il primo, nell'età adulta, presenta palchi grandi e ben ramificati (Foto 12), mentre il secondo possiede palchi con tre punte (Foto 13). Anche le dimensioni sono profondamente diverse: il cervo può superare, alla spalla, il metro, mentre il capriolo arriva mediamente a 60-70 cm. Le strutture presenti sulla testa, che vengono chiamate palchi, sono ben diverse dalle corna: i palchi sono infatti costituiti di materiale osseo, sono presenti nei soli individui maschi e sono soggetti alla caduta e ricrescita ogni anno. Le corna appartengono invece ad altre specie, come il camoscio appenninico (Rupicapra pyrenaica ornata),

103

Foto 10 - Vista ventrale di un esemplare femmina di tritone crestato. Il pattern di macchie è caratteristico di ogni individuo, come la nostra impronta digitale



Foto 12 - Palco di cervo (Cervus elaphus) adulto a terra. Non di rado è ormai possibile in Abruzzo individuare il cervo anche piuttosto vicino le abitazioni

Esse presentano accrescimento costante negli anni, e si possono osservare sia nei maschi che nelle femmine.

A Goriano Valli, per sentire il bramito ad inizio autunno, e per tentare di scorgere i cervi si può chiedere a Luca, il gestore dell'unico bar del paese. Il cinghiale (Sus scrofa) è un altro ungulato presente nella valle dell'Aterno, e non solo: la sua grande adattabilità gli permette di colonizzare zone pianeggianti e collinari, ma anche ripidi versanti di alta montagna e praterie al di sopra del limite degli alberi (circa 1800 m s.l.m.). Compito



Foto 13 - Palco di capriolo (Capreolus capreolus), con le sue caratteristiche tre punte. Le dimensioni sono notevolmente ridotte rispetto al palco di cervo

Foto 14 - Splendido esemplare di lupo (Canis lupus) che si mimetizza tra la lettiera di foglie di faggio



del lupo (Canis lupus) (Foto 14-15), presente anche nella media valle dell'Aterno, è quello di regolare la densità delle popolazioni di cervo, capriolo e cinghiale. Questa specie, perseguitata fino a poche decine di anni fa, ora sottoposta ad un elevato regime di tutela, è arrivata oggi ad una buona distribuzione sull'Appennino, dove, dopo molti anni, sta ristabilendo gli equilibri ambientali. Un altro canide, di più facile incontro, è la volpe (Vulpes vulpes): il caratteristico manto rossiccio e la folta coda la rendono riconoscibile anche a grandi distanze. Onnivora, caccia lepri (Lepus europaeus), uccelli e piccoli roditori ed insettivori (come ad esempio le arvicole ed i toporagni) che popolano coltivi e pascoli. L'istrice (Hystrix cristata), un grosso roditore caratterizzato da lunghi aculei sul dorso, popola zone collinari e basso-montane della valle, specie quelle a confine tra campi coltivati e boschi. Il suo carattere schivo non permette osservazioni diurne, mentre è possibile incontrarla di notte, guando attraversa le strade che collegano Fontecchio, Tione,



Foto 15 - Orme di lupo, dalla forma e dimensione caratteristica

Goriano Valli e Gagliano Aterno. Tra i roditori presenti nell'area del parco regionale Sirente-Velino, viene anche segnalata l'arvicola delle nevi (*Chionomys nivalis*), che merita speciale menzione: è infatti una specie che, a seguito dell'ultima glaciazione (ben 10.000 anni fa), si è rifugiata sulle alte vette per trovare il suo habitat ideale (Foto 16). In tutta la fascia montana appenninica, è oggi presente nei soli massicci del Gran Sasso, Majella e Sirente-Velino, oltre che in una porzione dei

Foto 16 - Arvicola delle nevi (*Chionomys nivalis*) che si sporge fuori dalla sua tana. Questi roditori compiono rapidi spostamenti per procacciarsi cibo, per poi rifugiarsi subito nelle tane, onde evitare di essere predate dai rapaci





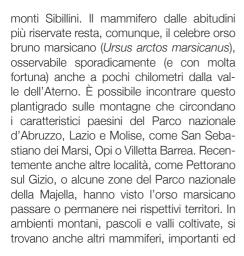




Foto 17 e 18 - Chirottero nella classica posizione ammantata, a riposo all'interno di una cavità

affascinanti, che talvolta non trovano spazio nei testi divulgativi: i chirotteri, noti più comunemente come pipistrelli. La nostra cultura e superstizione hanno portato, nel corso dei secoli, a considerare questo gruppo animale repellente e disgustoso: tutt'altro! Piccoli capolavori della natura, sono gli unici mammiferi a poter compiere un volo attivo, decidendo dove dirigersi e non semplicemente planando da un appiglio ad un altro. Un eccellente sistema di orientamento. l'ecolocazione. funziona meglio dei nostri sonar più avanzati: grazie ad esso, i pipistrelli volano nell'oscurità assoluta evitando collisioni e cacciando attivamente. Le prede sono, nelle nostre zone, insetti ed altri invertebrati. È per questo che la loro esistenza condiziona le attività umane: basti pensare a quanti pesticidi dovremmo utilizzare per tenere sotto controllo tutti gli invertebrati che minacciano le colture. Nella nostra area esistono molte cavità naturali, da quelle più maestose (ad esempio le grotte di Stiffe) a quelle meno conosciute e più piccole: in molte di queste si possono osservare, durante il giorno, i chirotteri a riposo, nella tipica posizione a testa in giù (Foto 17 e 18).

Amphibians and mammals of the Aterno valley

The middle Aterno valley encompasses many different environments, from the man-made to the most natural and wild. As often happens on the Italian peninsula, over the centuries man has adapted plenty of space to his own benefit, and many animal species, also adapting over the centuries, have begun to use these habitats. A striking example is represented by the springs. troughs, tanks and pools of the Aterno valley within which you can see different species of amphibians and their larvae, such as tadpoles. These are the amphibian larvae hatched from the eggs of the common toad (Bufo bufo). After hatching, the larvae gradually reabsorb their tails and develop small legs: this is the stage of metamorphosis, a magnificent and complex biological process. You can see many toads in the process of metamorphosis in early June in the pond that is located on the turning from the SS 261 road into the village of Goriano Valli.

Another example of an amphibian that you can see in the Aterno valley is the green frog (*Pelophylax lessonae* and *Pelophylax kl. Hispanicus*), which is more closely connected to water than is the common toad. It is not difficult to find this frog in the pond in the locality of San Cesidio, accessible via a path leading from the piazza in Goriano Valli and going east into a beautiful broadleaf wood. Another 'anuran' amphibian (without tail) in the middle Aterno valley is the beautiful Italian tree frog (*Hyla intermedia*). Its characteristic green colour allows it to pass unnoticed among the foliage of vegetation by ditches, lakes and streams, although its presence is betrayed pretty quickly by its call: *cra-cra-cra*.

As for the 'caudata' (with tail), the Aterno valley is home to two species of newts. The Italian crested newt (*Triturus carnifex*) easily distinguishable thanks to the conspicuous jagged crest that males have on their backs and tails. In the other kind of tailed newt, the smooth newt, (*Lissotriton vulgaris meridionalis*), the dorsal crest is rather less pronounced. Many fountains and small ponds in the middle Aterno valley are populated by these species. In Fontecchio, near a spring named *Ju*

puzz', and in the cistern of the pagliare of Tione there live several specimens of newt.

Among the larger herbivores found in the Aterno Valley we must mention the red deer (Cervus elaphus) and the roe deer (Capreolus capreolus): the first, in adulthood, has large branched antlers, while the second has smaller antlers with three points. Their dimensions are very different: the red deer may exceed a meter high at the shoulder while the average roe reaches 60-70 cm. In Goriano Valli you can hear them roar, in the rutting season in early autumn, and if you'd like to try and see them you can ask Luca, the manager of the only bar in the village. The wild boar (Sus scrofa) is another ungulate present in the Aterno valley.

The task of the wolf (Canis lupus), also present in the middle Aterno valley, is to control the density of deer and wild boar populations. This species was persecuted until a few decades ago but is now protected and has now reached a good distribution in the Apennines and is restoring the environmental balance. Another canid, easier to spot, is the fox (Vulpes vulpes), an omnivorous animal that hunts hares (Lepus europaeus), birds and small rodents that inhabit cultivated land and pastures. Among the rodents in the area there is the snow vole (Chionomys nivalis), which deserves special mention: it is a species that since the last lce Age (10,000 years ago) has taken refuge in the high peaks to find its ideal habitat.

In the mountains, the pastures and the cultivated valleys there are also other important and interesting mammals: chiroptera, more commonly know as bats. Small masterpieces of nature, these mammals are equipped with an excellent orientation system, echolocation, which works better than our most advanced sonar and thanks to which the bats fly in absolute darkness avoiding collisions whilst actively hunting. In our area there are many natural caves, from the most majestic (for example, the caves at Stiffe) to the lesser known and smaller. In many of these bats can be seen during the day at rest in their typical upside down position.



Passeggiando nella media valle dell'Aterno alla ricerca dell'avifauna del Parco

Binocolo alla mano, attraversare il Parco del Sirente Velino a cavallo tra la conca aquilana e quella peligna può regalare emozioni uniche. Dalle porte orientali dell'Aquila seguo il corso dell'Aterno verso sud, attraversando il mosaico agricolo che porta a Stiffe e soffermandomi ad ammirare la caccia di un'albanella minore (Circus pygargus). Su queste piane è possibile osservare il passaggio di nibbio bruno (Milvus migrans), nibbio reale (Milvus milvus) e falco cuculo (Falco vespertinus), mentre al crepuscolo si ascoltano, tra gli altri, i richiami del succiacapre (Caprimulgus europaeus). Mi fermo sul ponte romano di Campana a cercare la ballerina gialla (Motacilla cinerea) e il pendolino (Remiz pendulinus), ricordandomi che nelle zone umide del Parco sono di casa anche l'airone rosso (Ardea purpurea), la nitticora (Nycticorax nycticorax) e la cicogna bianca (Ciconia ciconia). Dove la piana finisce, proseguo sulla strada di fondovalle, attraversando un ambiente ecotonale dove non è difficile ascoltare il picchio muratore (Sitta europaea) o scorgere i colori vivaci dell'ortolano (Emberiza hortulana). Più avanti, sotto l'abitato di Fontecchio, tra coltivi ed incolti si possono scrutare la colorata averla piccola (Lanius collurio), la tottavilla (Lullula arborea) e il torcicollo (Jynx torquilla), ma anche la calandra (Melanocorvoha calandra), l'allodola (Alauda arvensis) ed il saltimpalo (Saxicola torquata). Mi dirigo verso Tione degli Abruzzi e mi inerpico per il sentiero che dal borgo conduce in alto, attraverso il bosco. Mentre osservo una cincia bigia (Poecile palustris) e un ciuffolotto (Pyrrhula pyrrhula) e tra i rami e colgo il volo di un colombaccio



Foto 1 - Astore, Accipiter gentilis

(Clumba palumbus), penso alle specie di pregio presenti nei boschi del parco, come il raro picchio dorsobianco (Dendrocopos leucotos), la balia dal collare (Ficedula albicollis) e il gufo reale (Bubo bubo). Qui nidificano anche







Foto 3 - Fringuello alpino, Montifringilla nivalis

l'astore (Accipiter gentilis), il falco pecchiaiolo (Pernis apivorus) e (Accipiter gentilis) (Foto 1). Nelle faggete mature del Parco nidifica anche il raro picchio rosso mezzano (Dendrocopos medius) e la colombella (Columba oenas). Giungendo alle pagliare di Tione, osservo in volo il biancone (Circaetus gallicus), passeggiando sui pascoli che ospitano, tra molti altri, calandro (Anthus campestris), stiaccino (Saxicola rubetra) e prispolone (Anthus trivialis). Nelle praterie più in quota si possono incon-

trare la coturnice (Alectoris graeca) ed il frinquello alpino (Montifringilla nivalis) (Foto 2-3). Da alcuni punti panoramici si gode della vista del Sirente, con le sue ripide pareti su cui nidificano l'aquila reale (Aquila chrysaetos), il falco pellegrino (Falco peregrinus), il codirossone (Monticola saxatilis) e il gracchio corallino (Pvrrhocorax pvrrhocorax). Sul versante marsicano del Parco, in particolar modo nella zona di Forme, è facile osservare anche il grifone (Gyps fulvus) (Foto 4) ed il corvo imperiale (Corvus corax), reintrodotti negli anni passati. Tornando verso valle, giungo a Goriano Valli ed in paese vedo il codirosso spazzacamino (Phoenicurus ochruros), il passero solitario (Monticola solitaria) e la passera mattugia (Passer montanus). Dopo Beffi mi inoltro per il canyon che conduce ad Acciano, incontrando alcune rondini montane (Ptynoprogne rupestris) e, sulle rocce del fiume, un merlo acquaiolo (Cinclus cinclus) (Foto 5). Anche il picchio muraiolo (Tichodroma muraria) nidifica su queste pareti. Da Molina Aterno mi incammino per le gole di San Venanzio, sfruttando come punti di osservazione i luoghi di maggiore interesse storico, come l'eremo di San Venanzio o il vecchio mulino. Queste gole sono l'habitat ideale per alcuni rapaci come le aquile, il gufo reale, il pellegrino ma anche lo sparviere (Accipiter nisus) e il raro lanario (Falcus biarmicus), che come il gracchio alpino (Pyrrhocorax graculus) nidifica su queste falesie e caccia nei pascoli adiacenti (Foto 6). Giunta alla fine delle gole, mi affaccio sulla valle subequana ed il pensiero vola alle aree protette che la circondano, scriani inestimabili di biodiversità.

Foto 5 - Merlo acquaiolo, Cinclus cinclus



Foto 6 - Lanario. Falcus biarmicus



Walking in the Middle Aterno Valley searching for birdlife in the Park

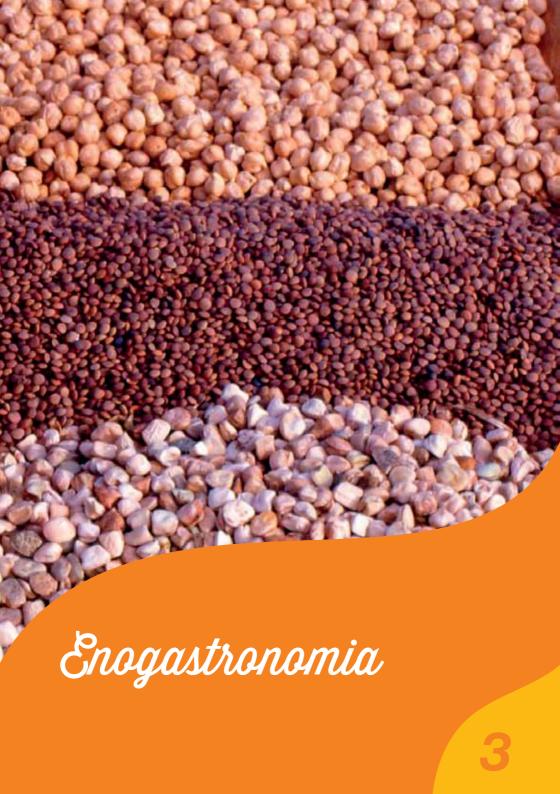
Unique emotions rise when, with binoculars in my hand. I cross the Sirente Velino Park that straddles the Aquilana and Peligna basins. From the eastern gate of L'Aguila I follow the Aterno to the south, and crossing the agricultural mosaic that leads to Stiffe I pause to admire a Montagu's harrier (Circus pygargus). On these plains you can observe the passing of black kite (Milvus migrans), red kite (Milvus milvus) and red-footed falcon (Falco vespertinus), whilst at dusk you can hear, amongst others, the call of the nightjar (Caprimulgus europaeus). I stop at the Roman bridge in Campana to search for the grey wagtail (Motacilla cinerea) and the penduline tit (Remiz pendulinus), remembering that the damper areas of the Park are also home to the purple heron (Ardea purpurea), the blackcrowned night heron (Nvcticorax nvcticorax) and the white stork (Ciconia ciconia).

Where the plain finishes I follow the road along the foot of the valley, crossing an ecotonal environment where it is not difficult to hear the nuthatch (Sitta europaea) and see the bright colours of the ortolan bunting (Emberiza hortulana). Further on, beneath the village of Fontecchio, on both cultivated and uncultivated land, the red-backed shrike (Lanius collurio), the woodlark (Lullula arborea), and the wryneck (Jynx torquilla) can be spotted, and also the skylark (Alauda arvensis) and the African stonechat (Saxicola torquata).

I turn towards Tione degli Abruzzi and join the path that climbs from the village into the woods. I observe a marsh tit (*Poecile palustris*) and a bullfinch (*Pyrrhula pyrrhula*) and through the branches I see a wood pigeon (*Columba palumbus*) take flight, I think about the precious species present in the woodland of the Park, such as the rare white-backed woodpecker (*Dendrocopos leucotos*), the collared flycatcher (*Ficedula albicollis*) and the eagle-owl (*Bubo bubo*). Here the goshawk (*Accipiter gentilis*) and the honey buzzard (*Pernis apivorus*) build their nests. In the mature beech woods of the Park it is also pos-

sible to see the rare middle spotted woodpecker (*Dendrocopos medius*) and the stock dove (*Columba oenas*).

On reaching the pagliare of Tione I see the short-toed eagle in flight, and I walk through the pastures that are home, among others, to the tawny pipit (Anthus campestris), the whinchat (Saxicola rubetra) and the tree pipit (Anthus trivialis). On the plateaux higher up it is possible to come across the rock partridge (Alectoris graeca) and the white-winged snow finch (Montifringilla nivalis). From certain points you can enjoy a panoramic view of the Sirente with its steep sides on which nest the golden eagle (Aguila chrysaetos), the peregrine falcon (Falco peregrinus), the common rock thrush (Monticola saxatilis) and the red-billed chough (Pvrrhocorax pyrrhocorax). On the Marsican side of the Park, in particular around Forme, it is easy to observe the griffon vulture (Gyps fulvus) and the common raven (Corvus corax), reintroduced in past vears. Turning towards the valley, arriving at Goriano Valli I see, in the village, the black redstart (Phoenicurus ochruros), the blue rock thrush (Monticola solitarius) and the tree sparrow (Passer montanus). Beyond Beffi I enter the canyon that leads to Acciano, meeting several crag martins (Ptyonoprogne rupestris) and, on the rocks in the river, a white-throated dipper (Cinclus cinclus). The wallcreeper (Tichodroma muraria) also nests on these walls. From Molina Aterno I walk into the Gole di San Venanzio, using places of great historic interest such as the hermitage of San Venanzio and the ancient mill as points of observation. This gorge is an ideal habitat for birds of prey like the eagle, the eagle owl and the peregrine, but also for the sparrowhawk (Accipiter nisus) and the rare lanner falcon (Falco biarmicus) that, like the Alpine chough (Pyrrhocorax graculus), nests on these cliffs and hunts in the neighbouring fields. Arriving at the end of the gorge, I look back over the Subequana valley and my thoughts fly to the protected area that surrounds it, a real treasury of immeasurable biodiversity.



Il paesaggio gastronomico della valle: prodotti antichi e nuovi sapori

C'è ben poco di casuale nel modo in cui l'essere umano s'insedia e vive su un determinato territorio. Migliaia di modi diversi di interagire con le risorse disponibili e di ottimizzare il loro impiego hanno dato forma ai territori ed alle tante culture locali. Un elemento chiave riflette in modo formidabile queste diverse vie all'insediamento sul territorio: il cibo.

Anche la cucina dell'Abruzzo interno ha sviluppato, nei secoli, una profonda sapienza che le ha consentito di rispondere alla domanda base degli esseri umani: riempirsi lo stomaco! Problema, questo, assolutamente non banale, in aree densamente popolate e povere di risorse.

La continua ricerca di soluzioni economiche per rispondere a questa esigenza base ha prodotto - in un delicato equilibrio fra necessità e fantasia - un'incredibile varietà di soluzioni e ricette che si diversificano, tanto più, in un territorio *verticale*, caratterizzato, nel giro di pochi chilometri, da forti cambiamenti di clima e di substrato geologico.

Proviamo a ripercorre, in estrema sintesi, i perché dei diversi piatti tipici dell'Abruzzo interno mostrando la stretta correlazione fra paesaggio, risorse e piatti della cucina locale. Esploreremo sei principali ambiti della produzione delle materie prime:

i seminativi aperti, lontano dai paesi, per la produzione di cereali, patate e legumi da campo;

gli orti di fianco alla case, per la produzione di legumi, ortaggi, insalate, erbe aromatiche; i frutteti di solito posti nei pressi del paese, spesso integrati con i vigneti per sfruttare i terreni più in pendio e meno soggetti alla dannosa umidità del fondovalle; il bosco e gli spazi incolti come produttori di piante selvatiche (insalate, asparagi, luppolo, ortiche...), frutti, funghi, bacche e selvaggina; i pascoli delle aree montane con i loro formaggi e le loro carni;

i piccoli allevamenti domestici di maiali, galline, conigli ecc.

I seminativi aperti

Sul fondo della valle ed in diverse vallette che incontrate lungo i nostri sentieri, si trovano i campi aperti, appezzamenti di terra senza siepi a dividere le proprietà. Se percorrete la carrareccia che attraversa per lungo una serie di vallette partendo da Ripa Fagnano verso Bominaco (il sentiero è segnato), noterete che i campi sono organizzati in strisce di terra a destra e a sinistra, disposte nel senso del pendio e con il lato minore che tocca la stradina (Foto 1). Un altro esempio straordinario di questo paesaggio si vede nella valle che si estende fra Santo Stefano di Sessanio e Castelvecchio Calvisio e si vede bene sotto al primo paese prima di raggiungerlo da Barisciano. Questo è un paesaggio che proviene direttamente dal Medioevo ed è durato fino all'inizio dell'Ottocento, quando

Foto 1 - Campi aperti





Foto 2 - Pane fatto a mano

era proibito recintare i campi perché, durante l'inverno, i paesani avevano diritto di pascolare le bestie anche sulle proprietà altrui o su quelle comuni. Qui si coltiva grano, orzo, farro e, nelle zone più elevate anche la solina, un grano antico che oggi è stato riscoperto, perché, nonostante la bassa produttività, è poco esigente e contiene poco glutine. Da guesta disponibilità di grano, macinato un tempo nei mulini della valle, è nata una grande tradizione di panificazione che vede gli abitanti farsi strenui partigiani di questo o quel forno (Foto 2). A San Demetrio ne' Vestini e dintorni resiste una tradizione di panificazione che faceva del paese la meta degli abitanti della zona che portavano, a spalla o a dorso d'asino, le fascine per i forni e le scambiavano con un po' di pane o legumi. Qui è stato selezionato dal senatore Cappelli (una locale famiglia patrizia) il grano che ne ha preso il nome e che oggi conosce una nuova popolarità. Nel mese di agosto, a San Demetrio, si tiene la sagra del pane e a Castelvecchio Subeguo quella della solina. A Tornimparte, a fine luglio, si svolge una gara di mietitura a mano e la tradizionale trebbiatura sull'aia. Potete trovare degli ottimi forni oltre che a San Demetrio anche a Sant'Eusanio Forconense, a Castelvecchio Subequo e a Castel di Ieri.

Foto 3 - Fontecchio, mulino ad acqua



A Santa Maria del Ponte esiste ancora un bellissimo forno antico che purtroppo non è possibile visitare a causa del sisma del 2009 che ha reso inagibile l'edificio; altri forni antichi utilizzati in occasioni particolari si trovano in piazza a Fontecchio, a San Pio di Fontecchio ed a Pescomaggiore, vicino all'Aquila.

A San Demetrio, lungo la strada provinciale, c'è un mulino che macina la farina locale e la vende, così come a Goriano Valli.

A Castelyecchio Calvisio è ben conservato un bellissimo mulino antico nel borgo. Lungo tutta la valle troviamo un buon numero di mulini ad acqua, in parte pubblici in parte privati. Diversi sentieri li raggiungono dai paesi vicini; erano alimentati da canali che si staccavano dal fiume, poco a monte, e procedevano con pendenza minore di quella del fiume così da raggiungere il mulino con un certo dislivello rispetto al corso d'acqua principale. Tutti i mulini della valle hanno ruota orizzontale. che è posta sotto l'edificio del mulino e viene mossa dal flusso dell'acqua del canale che attraversa l'edificio in appositi tunnel. Alcuni mulini restaurati li possiamo vedere ad Acciano, presso il vicino borgo di San Lorenzo, nei pressi di Campana, all'inizio della strada bianca per Fontecchio dove è stato sapientemente recuperato anche il canale con la sua chiusa (Foto 3). Nessuno di essi è più in funzione. Possiamo vederne due esempi molti belli ed ancora funzionanti nei pressi di Teora di Barete, sulla strada che, nella zona nord dell'Aquila, si dirige nell'alto Aterno. Qui si possono anche comprare farine macinate dalla vecchie macine.

Se saliamo verso il Gran Sasso o l'altipiano delle Rocche, possiamo trovare, annidati sul fondo di conche e piane carsiche, fin sopra i 1200 metri, delle piccole coltivazioni di ceci, lenticchie, patate: celebri quelle viola o turchesi del Gran Sasso e più in generale le patate dei terreni non irrigati (dette 'patate della secca') ritenute migliori di quelle tutta acqua delle aree irrigue. È un'agricoltura *eroica* per il luogo in cui si svolge e per l'attaccamento degli ultimi agricoltori a queste terre estreme. Le lenticchie più famose sono quelle di Santo Stefano di Sessanio ma recentemente

ne sono state identificate anche altre a Terranera. Sono legumi squisiti e piccolissimi che non richiedono di essere lasciati a bagno dal giorno prima. Un'azienda agricola biologica presso la quale si possono trovare le originali lenticchie di Santo Stefano è quella di **Rosa Ciarrocca** che vende anche zafferano, farro, ceci, orzo, olio extravergine e la pasta di grano rosciola, una qualità di frumento presente in Abruzzo fin dal 1537. Poi ci sono i ceci di Navelli e i fagioli di Paganica, tutte varietà locali che si sono sviluppate anche grazie all'isolamento di certe aree montane. Un tempo questi legumi erano la principale, se non unica, fonte di proteine per i contadini.

Tra le 'patate della secca' potete trovare la celebre patata turchesa, prodotto salvaguardato dal progetto Slow Food, è prodotta tra Barisciano e Paganica da diverse aziende agricole.



Foto 4 - Fontecchio, orto terrazzato

Gli orti

Lungo il fiume ed i suoi pochi affluenti, si trovavano, ed in parte ancora si trovano, tanti orti mentre altri erano all'interno dei paesi e sul perimetro attorno alle mura, in genere su terrazzamenti. Negli orti si coltivava di tutto e molti di essi, nonostante la loro scomoda posizione, erano oggetto di cure particolari e di apporto di letame, dato che si trattava degli appezzamenti più vicini alle case quindi più facili da controllare e da gestire. Ne troviamo di belli attorno alle mura meridionali del borgo di Santa Maria del Ponte: nelle terrazze a sud sotto la Torre del Cornone, a Fontecchio (Foto 4); o ancora ai margini del borgo di Tussio o nel cuore di San Pio di Fontecchio, a Sant'Eusanio, a Campana e in molti altri borghi. Ne troviamo poi anche lungo il fiume, sotto Fontecchio o ai piedi di Molina. nell'area delle cannavine (in origine, vasche per macerare la canapa), ricca di sorgenti. Un orto molto bello recintato per prevenire le invasioni di istrici e cinghiali, gestito da due anziani coniugi, si trova sulla carrareccia che dalla stazione di Beffi, di fianco al fiume, va a valle verso il ponte cosiddetto romano. Altri orti irrigui - ma grazie a una fonte, non al fiume - li troviamo ancora a Fontecchio sotto la fontana trecentesca, nei pressi della fonte romana a Vallecupa e nel borgo di San Panfilo d'Ocre. La valle dell'Aterno e la contigua piana di Navelli sono zona DOP per lo zaf-



ferano purissimo dell'Aquila che viene coltivato in piccolissimi lotti di terra che potete riconoscere perché, solitamente sono protetti da un recinto di rete di plastica arancione, in funzione anti-cinghiale e istrice. È una coltura che risale al Medioevo, venne introdotta dalla Spagna dove era arrivata tramite gli Arabi. Usato come medicina, come pigmento per gli affreschi e come spezia, lo zafferano era ed è una merce assai pregiata che costituiva, assieme alla lana, uno dei principali prodotti di esportazione dell'Aquila medioevale e rinascimentale. La comunità ebraica di Civitaretenga della quale ancora oggi si distingue il ghetto dentro le mura del borgo è stata, fino a fine Quattrocento, al centro di guesto fiorente commercio (Foto 5).

Vi consigliamo una sosta a Prata d'Ansidonia presso II Borgo dei Fumari, un'osteria che conserva il fascino delle case antiche, con camini e arredi originali dove si possono gustare ottime pietanze a base di zafferano dai primi fino ai dolci.



Foto 5 - Mondatura dello zafferano

I frutteti e le vigne

Fino all'ultimo dopoguerra ed all'emigrazione di massa che ha spopolato i paesi, la valle dell'Aterno esportava frutta, soprattutto mele, che venivano caricate sui treni dalle diverse stazioni. Ancora oggi, girando per le campagne abbandonate, s'incontrano tantissime varietà di mele ma anche di ciliegie e un gran numero di mandorli e noci.

Se andate all'orto botanico di Fontecchio, trovate un buon assortimento di giovani al-

Il Borgo dei Fumari







la scelta delle materie prime, l'abilità degli chef, l'organizzazione, l'eleganza, il servizio fanno del ristoro presso l'Osteria un'esperienza indimenticabile, curata con grande professionalità fin nei più piccoli dettagli.

La cucina, basata sull'uso dei prodotti locali di qualità superiore, segue il ritmo della stagioni regalandovi piatti eccellenti accompagnati da un'ampia scelta di etichette di vini.

Un dedalo di sale e salette, sapientemente

ristrutturate, vi aspettano per farvi godere la bontà delle pietanze gustate davanti al fuoco che brucia nei camini in pietra.

Osteria II borgo dei fumari Prata d'Ansidonia (Aq) 0862 931456; 347 2718589 www.osteriailborgodeifumari.it

f Il Borgo Dei Fumari

beri da frutto di varietà antiche. Se poi volete comprare delle mele antiche potete trovarne al nuovo mercato contadino all'Aquila, nei mercati come quello della domenica a Raiano o quello del venerdì a Paganica. Le mandorle sono alla base dei principali dolci locali, a partire dal torrone per arrivare ai deliziosi amaretti. Ottime, poi, sono le marmellate prodotte, durante la vendemmia con le mele cotogne e col mosto.

Su tutto il versante sud della valle troneggiavano le vigne, spesso arroccate sui ripidi terrazzamenti di pietra a secco. In quasi ogni casa dei paesi si trovava una cantina, spesso scavata nella roccia che conserva una temperatura costante tutto l'anno ed ospitava la vasca per pigiare l'uva e il forno col soprastante caldaio (ju callàr, in dialetto) per bollire e concentrare una parte del mosto così da aumentarne il contenuto zuccherino ed avere un vino più forte ed in grado di durare a lungo. In alcune cantine ancora si vedono i resti de vecchio sistema di lavorazione dell'uva: la vasca per la pigiatura con i piedi da dove il succo d'uva colava in un sottostante contenitore scavato nel pavimento (ju pilòn') per poi essere raccolto e messo a fermentare nei tini. Non di rado nei pressi delle cantine si trovano ancora dei pesanti macigni rotondi con un perno di ferro al centro. Sono i pesi degli antichi torchi, oggi quasi impossibili da trovare, composti da un grande trave incernierato ad una estremità in un buco nel muro e con una vite di legno verticale attaccata all'estremità libera unita in basso al suddetto pietrone. Quando il peso del trave non bastava più a spremere i sottostanti fiscoli pieni di mosto d'uva, si girava la vite e si issava il pietrone che aggiungeva il suo peso a quello del trave. Una tecnica rimasta uguale fin dai tempi di Roma antica. Possiamo vedere uno di guesti torchi - ma usato per le olive, là disponibili - nell'antico isolato borgo di San Benedetto in Perillis dove è stato organizzato un piccolo museo della torchiatura, di fianco ad uno della civiltà contadina, ricco di attrezzi e scorci di vita rurale. Ne vediamo pure i resti nell'ex corpo di guardia (oggi spazio della memoria). di fianco alla torre civica di Fontecchio. Una zona celebre per il vino era quella di Acciano dove ancora adesso troviamo piccole produzioni mentre un'eroica cantina vinicola è sorta, qualche anno fa, a Goriano Valli (Vigna di More) ed ora produce ottimi vini e spumanti in una vigna modello che declina dolcemente verso la valle. A Secinaro, nel vallone alla base del borgo, troviamo, sotto la parete di roccia, una piccola vigna ancora curata con una cura commuovente.

Il bosco e gli incolti

Principe dei boschi della valle e dei rilievi vicini è il tartufo. Nei terreni calcarei cresce il tartufo estivo o scorzone ed il tartufo nero invernale pregiato. I tartufi sono sempre stati cercati ma non erano certo un cibo fondamentale in una società contadina povera: sono diventati una risorsa importante negli ultimi anni, tanto che, alla caccia al tartufo selvatico, che cresce soprattutto nei versanti a sud della valle, si sono affiancate piantagioni di querce, talvolta accompagnate da noccioli, le cui radici sono preparate per ospitate in simbiosi con le ife del fungo del tartufo (Foto 6). Riconoscerete di certo, lungo la valle, ampi campi cintati di rete, a proteggere dai cinghiali le piantagioni di querce/ tartufi che, dopo un duro lavoro di zappatura e taglio delle erbe, irrigazione e riparazione dei buchi nella rete, in sei-sette anni, se tutto va bene, cominciano a produrre. Oggi la valle è una delle aree più produttive sotto questo profilo, anche se solo gli addetti ai lavori ne sono consapevoli. Ne trovate, serviti in numerosi e squisiti piatti ad arricchire la tradizione locale, in tanti ristoranti del territorio.





in particolare presso II Castello, a Fagnano Alto dove la signora Anna prepara a mano degli ottimi ravioli di porcini al tartufo. Ma cibi ben più importanti per la tradizione locale, erano tutte quelle erbe che la primavera donava ad una popolazione, ormai al lumicino con le scorte di cibo dell'inverno; erbe di campo e cicorie, germogli di luppolo lungo il fiume, di vitalba e di rovo e soprattutto sua maestà l'asparago che cresce nella solagna su terreni sassosi ed assolati. Un mito delle aree montane sono poi gli orapi o olapi che crescono al disgelo nei pressi degli stazzi montani dove il terreno è fertilizzato dalle pecore. Gli gnocchetti con gli orapi li potete assaggiare a Secinaro da Ada e Giovanni, ristorante di cucina casereccia che propone anche altri piatti della tradizione.

In aprile a Fontecchio l'associazione Pico Fonticulano organizza, ogni anno, la Domenica degli asparagi e delle erbette mentre altre iniziative in questo senso le organizza il Centro di studi botanici del Parco nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga presso l'ex convento di San Colombo a Barisciano.

Un quaderno di questa stessa serie, il primo della collana (*Chiedi alla terra. Alla ricerca delle piante perdute*) distribuito dal Centro di Educazione Ambientale Torre del Cornone e dall'associazione Pico Fonticulano di Fontecchio, è centrato sulle erbe selvatiche e sulle ricette locali.

I pascoli montani

Lasciamo la valle ed i modesti rilievi che l'accompagnano e saliamo sui grandi altipiani del Sirente a sud ed ovest (pagliare, prati del Sirente, Rocche) e del Gran Sasso a nord (Campo Imperatore, Locce di Barisciano e tanti altri). Questo è il regno dell'allevamento, soprattutto di quello ovino che per centinaia d'anni ha costituito il cuore del grandioso sistema della transumanza, elemento centrale dell'economia aquilana. Formaggi, carne e lana in grandi quantità erano ottenuti integrando e collegando attraverso la rete dei tratturi i pascoli estivi degli altipiani e quelli invernali delle pianure pugliesi. Un'altra forma di allevamento interessava le famiglie contadine che possedevano pochi capi, soprattutto di capre, che venivano riunite in un gregge comune, la morra, che pascolava sui rilievi vicini (in particolare alle pagliare) durante l'estate e l'autunno. Ai primi freddi la morra veniva resa ai proprietari affinché venisse nutrito di frasche e di paglia durante i lunghi inverni. Uno dei piatti più noti dell'Abruzzo interno sono gli arrosticini che un tempo venivano fatti con le pecore adulte morte per incidenti che venivano tagliate in piccoli pezzi per consentire una migliore cottura della carne altrimenti dura. Oggi si usano animali più giovani ma la taglia ed il gusto degli arrosticini sono rimasti gli stessi. Un piatto tipico dei pastori, sempre per rendere più appetibili le car-



Il Castello

I castello è un posto speciale a conduzione familiare, cibo preparato con ingredienti locali freschi sapientemente mescolati e ben presentati, imperdibile il tartufo grattugiato direttamente sul piatto o lo zafferano coltivato nelle terre circostanti il ristorante. Servizio celere e cortese, ottima cantina e anche il vino della casa. La scelta dei dolci cambia settimanalmente.

Ristorante II castello via castello 1, Fagnano Alto (Aq) 0862 86404

Ristorante "Il Castello"



Foto 7 - Gregge di pecore

ni dure degli animali adulti (di agnelli certo i pastori non ne mangiavano!) è la pecora alla cottora, uno stufato con aromi e patate che cuoce per ore. Non è facile da mangiare nei ristoranti ma, se la trovate, provatela perché ne vale davvero la pena. Altro non comune ma squisito piatto di carne ovina è il castrato, forse un po' più grasso dei teneri agnellini ma anche molto più saporito (Foto 7).

I formaggi sono prevalentemente di pecora: se ne fanno di notevoli a San Martino d'Ocre

(Sirente-Velino) e sul lato opposto a Castel del Monte (Gran Sasso) con il celebre canestrato e con le ricotte stagionate, disponibili in diversi caseifici (Foto 8). Ottima carne nostrana cotta alla brace e pecorini locali, oltre ai dolci fatti in casa, si possono provare presso il ristorante Casa Bologna. La struttura offre anche la possibilità di alloggiare presso il proprio B&B. Un ultimo prodotto importante, la lana, ha costituito per anni il cuore dell'economia aquilana tanto da essere esportato e divenire la base del pregiato panno fiorentino. Era guasi stata dimenticata ma due coraggiose imprenditrici l'hanno rilanciata, una per produrre gomitoli di lana colorata con colori naturali. l'altra per riprendere la tradizione della tessitura a mano delle coperte tradizionali.

Gli allevamenti domestici ed il fiume

L'unica carne che i contadini della valle mangiavano ogni tanto era quella dei polli e dei conigli allevati in casa e, a inizio inverno, quando si macellava il maiale, tutte le frattaglie che

Ada e Giovanni

I ristorante ha una capienza di 150 posti al coperto ed ampi spazi all'aperto dove è possibile mangiare godendo della magnifica vista del paese, del monte Sirente e della valle subequana; dalla terrazza si può ammirare anche il massiccio della Maiella. Il ristorante è dotato di ampio parcheggio e larghi spazi all'aperto immersi in 18000 metri quadrati di verde esclusivo dove si possono accogliere cavalli, ospitare manifestazioni e organizzare eventi. Noto in tutto il territorio per la sua specialità, gnocchetti in salsa meteorite, ideati in occasione della scoperta del lago meteorico nelle piane del Sirente, i ristoratori hanno da sempre saputo valorizzare i prodotti locali della terra con la storia e la tradizione del borgo.



non potevano essere conservate. Polli e maiali trasformavano in carne tutti gli scarti alimentari mentre il maiale, finché non diventava troppo grasso per camminare, veniva mandato a pascolare sotto le querce e nel bosco dove trovava ghiande e radici. I maiali erano di razza ben diversa da quella rosea che siamo abituati a vedere negli allevamenti industriali: erano animali robusti e frugali in grado di pascolare e di andare in giro per i boschi. Il maiale nero abruzzese è stato da pochi anni recuperato e si sta gradualmente diffondendo poiché le sue carni sono molto apprezzate e possono consumare tutte le ghiande che i nostri boschi producono.

Un'altra valida integrazione di proteine animali veniva dai pesci e dai gamberi pescati in gran quantità lungo il fiume; era un'attività cui si dedicavano con passione i bambini specie quando il fiume andava in secca e le pozze rimaste si riempivano di pesci. Oggi nei pressi di Bussi si trovano importanti allevamenti di trote che crescono nell'acqua purissima del

fiume Tirino. Vengono allevati anche gamberi d'acqua dolce che non sono più della specie italiana - distrutta da un'epidemia diversi decenni orsono e ora ridotti in pochi luoghi isolati - ma restano comunque ottimi da mangiare in tanti modi diversi.

Foto 8 - Forme di pecorino





Ancient and modern flavours: the traditional cuisine of the Valley

Over the centuries, through the cuisine of the internal region of Abruzzo a profound wisdom has developed that has allowed it to answer the basic concern of human beings: to fill their stomachs! The continuous search for cost-effective solutions to meet this basic need has produced an incredible variety of solutions and recipes. We shall try to discover them.

The open arable fields

Across the valley floor, and on other level areas we might come across along our path, there are open fields, plots of land without fences to divide the properties. Here wheat, barley, and spelt are grown, and in the highest areas also solina, an ancient grain that contains little gluten. From this availability of grain a major tradition of bakery has arisen. For example, in San Demetrio ne' Vestini, Senator Cappelli (a local noble family) selected the wheat that has since taken his name and is now experiencing a new popularity. In August, in San Demetrio, the feast of bread (la sagra del pane) is held, and in Castelvecchio Subequo the feast of solina. (See festivals chapter). If you want to try patate della secca, the celebrated turquoise potato (now protected by the Slow Food project) is grown between Barisciano and Paganica by several producers. Chickpeas can be found in Navelli and Civitaretenga.

The vegetable gardens

Many of the vegetable gardens are sited along the river and its tributaries while others are within villages and around the village walls. There are beautiful gardens around the southern walls of the village of Santa Maria del Ponte, on the terraces to the south of the Torre del Cornone in Fontecchio, on the edge of the village of Tussio and in the heart of San Pio di Fontecchio, and also along the river below Fontecchio or at Molina. A lovely vegetable garden run by an elderly couple, can be found on the track that goes downstream from Beffi station. There are other vegetable gardens irrigated by water from a fonte

(source or fountain) not the river, in Fontecchio below the C14th fountain, also near the Roman *fonte* in Vallecupa and in the village of San Panfilo d'Ocre.

The Aterno valley and the adjoining Navelli plain are DOP areas for the production of L'Aquila saffron that is cultivated on tiny plots of land that can be recognised by the orange plastic nets used to keep out the wild boar and porcupines. Its cultivation dates back to the medieval era and was introduced from Spain where it had arrived with the Arabs. The Jewish community of Civitaretenga, where one can still distinguish the *ghetto* within the walls of the village, was at the centre of this flourishing trade until the end of the C15th.

The orchards and vineyards

Until the last war and the mass emigration that depopulated the villages, the Aterno valley exported fruit, especially apples. Still today, wandering around the abandoned countryside, you come across many varieties of apples, cherries and a large variety of almonds and walnuts. If you visit the botanical garden in Fontecchio you will find a good selection of young fruit trees of ancient varieties.

If you would like to try ancient varities of apples you can find them at the new farmers' market in L'Aquila or in the markets such as that in Raiano on Sundays and in Paganica on Fridays. Almonds form the base of the local sweets, the principal one being *torrone* (nougat).

Also excellent are the jams made from quinces and wine must that are produced at harvest time and can also be found at the farmers' market in L'Aquila.

On the south-facing slopes of the valley vineyards dominated, often perched on the steep dry stone terraces. In almost every village house there was a cellar, often carved from the rock, that housed the vat for treading grapes and an oven with a cauldron above (ju callar in dialect) for boiling the wine must.

In some wineries you can still see the remains

of the old grape processing systems: the vat for squeezing grapes underfoot from where the grape juice dripped down to collect in a basin dua into the floor below (iu pilon'). Frequently near the cellars you will still see huge round stones with a central iron pin. These are the weights of the ancient presses that consisted of a large beam hinged at one end in a hole in the wall and with a vertical wooden screw. One of these presses can be seen in the ancient isolated village of San Benedetto in Perillis where a small museum of wine pressing has been set up, and next door is another museum of rural culture. We can also still see the remains of pressing equipment in the former guardhouse (now memorial space Spazio della Memoria) next to the clock tower in Fontecchio. An area famous for wine was Acciano where even now we find small producers.

The forest and uncultivated land

Prince of the woodland in the valley and on the mountains nearby is the truffle. In calcareous soils the summer truffle and the precious black winter truffle grow. The truffles have become an important resource in recent years when the hunting of wild truffles has been supplemented with oak plantations, sometimes accompanied by hazelnut trees, whose roots have been prepared for hosting the truffle fungus. Easily identifiable along the valley are the plantations of oaks in large fields, fenced to protect them from the wild boar. Today the valley is one of the most productive truffle areas and dishes using truffles can be found in many restaurants in the area. But far more important foods for the local tradition were the wild herbs such as chicory, the shoots of hops, clematis and brambles, and above all wild asparagus. Almost mythical in these mountain areas are the orapi or olapi (a kind of wild spinach) that in season can be found in Ada and Giovanni's restaurant in Secinaro. Every year in April, in Fontecchio, the Associazione Pico Fonticulano organises a Sunday of wild asparagus and herbs, and other activities of this kind are organised by the Centre for Botanic Studies of the National Park of the Gran Sasso and Monti della Laga (Centro di studi botanici del Parco nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga) based at the ex-monastery of San Colombo in Barisciano.

Ask the earth A notebook distributed by the Centro di Educazione Ambientale Torre del Cornone

and by the Associazione Pico Fonticulano of Fontecchio focuses on wild herbs and the local recipes in which they are used.

The mountain pastures

We leave the valley and lower slopes and climb to the wide plateaus of the Sirente and the Gran Sasso. This is the realm of livestock, especially sheep, that for hundreds of years have been the heart of the magnificent system of *transumanza* (the seasonal transference of flocks) which via various routes connected the summer pastures of the highlands and the winter pastures of the Apulian plains.

One of the best-known dishes of the internal regions of Abruzzo are *arrosticini* (small cubes of meat barbecued on wooden skewers) that were once made with adult sheep that had been killed by accident, the meat cut into small pieces to allow for more thorough cooking. Today younger animals are used but the size and flavour of the *arrosticini* have remained the same. A typical shepherds' dish is *pecora alla cottora*, a stew with potatoes and herbs that is cooked for hours.

The cheeses are mainly sheeps' cheeses: notable are those of San Martino d'Ocre (Sirente) and on the opposite side of the valley, Castel del Monte (Gran Sasso), with the famous canestrato and aged ricotta available in several dairies. One last important product, wool, has for years been the heart of the economy of L'Aquila. It had almost been forgotten, but two brave entrepreneurs have revived its popularity, one producing balls of wool using natural colours, the other resuming the tradition of hand weaving the traditional blankets.

Domestic farms and the river

The only meat that the peasants of the valley ate occasionally was that of chickens and rabbits bred in the house and at the beginning of winter when they slaughtered the pig they ate all the offal that could not be preserved. The Abruzzese black pig was 'rediscovered' a few years ago and is gradually becoming more popular. Another valuable addition of animal protein came from fish, crayfish and shrimp caught in large quantities along the river; this was an activity to which the children dedicated themselves with a passion. Today near Bussi there are important trout farms where the fish grow in the pure Tirino river waters.

I percorsi del vino e... della birra

La valle dell'Aterno è stata per secoli luogo in cui si produceva un vino contadino ottenuto dall'uvaggio di diversi vitigni per lo più provenienti dalla vicina area peligna e dal versante meridionale del Gran Sasso. Si tratta di vitigni come la malvasia autoctona, la cococciola, le uve moscatelle, la passerina ed un ecotipo locale di Montepulciano, forse non pregiati ma in grado di produrre vini anche di notevole fattura. Il microclima dell'area, del resto, caratterizzato com'è da notevoli escursioni termiche, crea buone condizioni per vegetare e produrre uve¹ (Foto 1).

A rinnovare la tradizione della coltivazione dell'uva nella valle dell'Aterno, oltre alle molte autoproduzioni di contadini locali, è oggi l'azienda agricola Vigna di More (www.vignadimore.it), situata nella località di Goriano Valli, frazione di Tione degli Abruzzi. In questa azienda vengono coltivati vitigni di Pinot nero e Traminer, alternati a filari di cococciola, Chardonnay, Kerner e Petit Manseng. L'azienda produce anche zafferano e altri frutti autoctoni oltre a quattro varietà di vini rossi e bianchi e uno spumante classico a base di Pinot nero.

Per bere un buon bicchiere di vino nella valle, invece, si consiglia l'enoteca Casale Liberati di Stiffe (http://casaleliberati.blogspot.it), dove si trova un'ampia varietà di vini, birre artigianali e deliziosi prodotti gastronomici locali degustabili all'interno dell'antico borgo di Stiffe, nei pressi delle omonime grotte carsiche. Per trovare una zona di maggior produzione di vino, occorre andare dalla valle dell'Ater-

no, oltrepassata la piana di Navelli, nel cosiddetto forno d'Abruzzo, una conca a forma di anfiteatro dove si trovano i borghi di Ofena e Capestrano. Il luogo viene così chiamato per il suo particolare microclima: il flussodi aria fredda che scende dal Gran Sasso comprime gli strati d'aria sul fondo della conca riscaldandoli e consentendo il prosperare della vite e degli ulivi, completamente assenti pochi chilometri più a monte (Foto 2-5). Le forti escursioni termiche tra giorno e notte,

Foto 1 - Uve Montepulciano



¹ Per approfondimenti: AAVV, Chiedi alla terra. Alla ricerca delle piante perdute, Quaderni dell'Aterno I, llex, Fontecchio 2014. Regione Abruzzo (Enoteca regionale d'Abruzzo)-ARSSA, il territorio, le aziende, i vini d'Abruzzo, Grafica 2000, Pineto (Te) 2008.

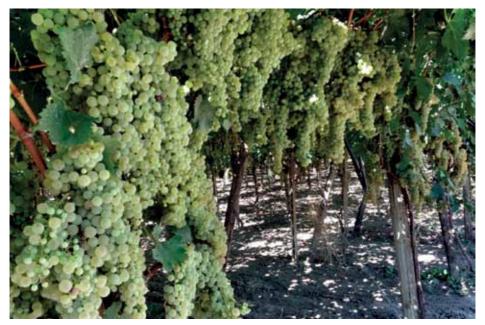


Foto 2 - Uve bianche

associate ad una buona ventilazione, garantiscono qui un microclima ideale per vegetare e produrre uve di qualità ed infatti la zona era tra le maggiori produttrici di vino d'Abruzzo

fino alla seconda guerra mondiale (come documentano gli annuari vitivinicoli del tempo) ed ancor oggi è una delle testimonianze di produzione più vitali.

Foto 3 - Ofena, vitigni





Foto 4 - Ofena, vitigni

In quest'area si può visitare l'azienda vitivinicola Cataldi Madonna (www.cataldimadonna.com), attiva sin dal 1920 ed oggi composta da circa trentadue ettari esclusivamente vitati con vitigni autoctoni e tradizionali quali Montepulciano, Pecorino e Trebbiano e dal 2016 certificati come biologici. L'azienda produce sette tipologie di vino rosso, bianco e cerasuolo di ottima qualità ed è situata in uno scenario agricolo di rara bellezza.

Sempre nella zona, lambita dalle acque del

fiume Tirino, si trova la cantina Gentile (www. gentilevini.it) dove si producono due linee di vino: la classica, prodotta dalla lavorazione di uve autoctone come Pecorino, Montepulciano e Trebbiano, e le vecchie vigne ottenute con una selezione di uve provenienti dagli storici vigneti della zona.

Sempre nella valle Tritana si trova l'omonima cantina valle Tritana (www.cantinavalletritana. it) che presenta una variegata tipologia di produzione di vini, dal classico Montepulciano d'Abruzzo, al Trebbiano, Cerasuolo, la Passerina ed anche una linea di Verdicchio. Tutte queste aziende sono visitabili previo appuntamento agli indirizzi che trovate su siti, e rappresentano uno spaccato di vita agricola abruzzese, dove innovazione e tradizione convivono in un connubio perfetto.

Percorrendo la valle del'Aterno in direzione Sulmona ci s'imbatte in un'altra zona di produzione di vini di particolare qualità, quella

Foto 5 - Capestrano, vitigni





Foto 6 - Fontecchio, cantina di Cino

della cosiddetta conca peligna comprendente i comuni di Sulmona, Prezza, Vittorito, Corfinio. In questa zona collinare i vigneti godono di un'ottima esposizione solare e di una notevole escursione termica tra il giorno e la notte dovuta alla vicinanza di montagne importanti come il Sirente, la Maiella ed il Morrone. Tali caratteristiche influiscono positivamente sulla maturazione dell'uva valorizzandone il patrimonio aromatico e mantenendo la giusta acidità. Nel punto di confine tra i Parchi del Sirente-Velino, della Maiella ed il Parco nazionale d'Abruzzo, ad esempio, si trova la cantina Valle Reale (www.vallereale.it) che coltiva circa 60 ettari di vigneti ubicati tra i comuni di Capestrano (Aq) e Popoli (Pe). L'azienda produce svariate linee di vino incentrate sul Montepulciano d'Abruzzo, Trebbiano e Cerasuolo; da segnalare, tra queste, il Cru San Calisto - Montepulciano d'Abruzzo, vino pluripremiato, nono tra i primi cento vini italiani. Nel comune di Vittorito è sicuramente da visitare la cantina di Italo Pietrantoni (www. vinipietrantoni.it). L'azienda ha una coltivazione di sessanta ettari di vigneti riservati ai tradizionali vitigni autoctoni abruzzesi quali il Montepulciano d'Abruzzo e, in misura ridotta, il Trebbiano d'Abruzzo, la Malvasia, il Pecorino e la Campolese o Passerina. Nell'azienda, presente sul territorio sin dal 1830 è visibile una cantina sotterranea con antiche botti ultracentenarie di rovere e noce realizzate nel 1870 e tuttora impiegate.

Sempre a Vittorito si trova l'azienda agricola Ludovico (www.vinosuffonte.it), piccola realtà aziendale che produce Montepulciano e Cerasuolo che combina due aspetti tradizionali della produzione vinicola: la conoscenza e la conservazione dell'antica tradizione contadina e la scelta di ridurre al minimo la manipolazione in cantina per proporre un prodotto essenziale frutto della semplice fermentazione delle uve (Foto 6-8).

Non lontano da Vittorito, nel comune di Prezza, si trova inoltre la cantina Praesidium (www.vinipraesidium.it), i cui vitigni di Montepulciano d'Abruzzo si estendono nelle colline tra Prezza e Raiano, considerati luoghi di origine di tale vitigno. Nell'azienda si può trovare un'ampia selezione di riserve di Montepulciano di Abruzzo e Cerasuolo, ma vi si produce anche liquore Ratafià ed il Mosto cotto. Due delle cantine dell'azienda si trovano nella zona più alta del comune e sono scavate nella roccia che costituisce la fondazione delle

Foto 7 - Cantina locale



abitazioni sovrastanti. Sempre a Prezza si trova anche la cantina Forgione (www.forgionevini.it), dove si coltivano vigneti con sistema di allevamento a spalliera e quyot con potatura corta che portano ad una minore produzione di uve, ma esaltano le qualità organolettiche dei vini. A Pratola Peligna si trova infine un'altra cantina di qualità, l'azienda agricola Margiotta (www.margiottavini.it) che coltiva circa dieci ettari di vitigni entro l'area DOC del Montepulciano e del Trebbiano d'Abruzzo e produce sette tipologie di vino Montepulciano, Trebbiano e Cerasuolo di alta qualità. Nella zona dell'Aquila, più precisamente a Cese di Preturo, esiste, da qualche anno, una produzione di vini di montagna (a quota 800 m) (www.castelsimoni.it) che comprende il Pinot nero, il Traminer aromatico e il Riesling renano. La presenza in passato di tanti vigneti nella zona oggi potrebbe sembrare insospettabile, ma se si parla con gli anziani è facile che essi ricordino ancora delle molte varietà autoctone andate perdute a causa dalla filossera (Foto 6-8).

Se oltre al vino siete interessati anche ad un'ottima birra artigianale, nella valle dell'Aterno vi segnaliamo due birrifici in località Fossa (Aq). Il primo è il birrificio Anbra (www. anbra.it), dove con metodo artigianale, senza filtrazione e senza pastorizzazione, si producono sette tipologie di birre diverse. Il birrificio ha un locale di distribuzione in via Garibaldi 49 all'Aquila, ma è possibile anche visitare l'azienda ed il ciclo di produzione concordando la visita ai recapiti presenti nel sito.

Il secondo è il birrificio Alkibia (www.alkibia. it) si trova sempre a Fossa e produce birra artigianale di ottima qualità non filtrata, non pastorizzata e non sottoposta a trattamenti a fini conservativi che ne riducono ali elementi nutritivi. L'azienda produce quattro tipologie di birre ed è possibile visitarne gli impianti produttivi con visite quidate da concordare ai recapiti che si trovano sul sito. Poco lontano dalla valle dell'Aterno, a Goriano Sicoli, segnaliamo anche l'azienda Birra Agricola Gorianese (birrabag@libero.it), che produce una qualità di birra che si distingue da quella artigianale in quanto il 70% del prodotto finito proviene da coltivazioni della zona. Il malto utilizzato, infatti, deriva dall'orzo di qualità distico coltivato nella zona, il quale viene miscelato con le acque delle locali montagne per creare bionde e rosse di elevata qualità.





The wine routes and... beer

The Aterno valley has for centuries produced a peasant wine made from different grape varieties mostly from the nearby area of Peligna and from the southern side of the Gran Sasso. The grapes used are the native grapes like malvasia autoctona, cococciola, the moscatelle grapes, the passerina and a local ecotype of Montepulciano, maybe not precious grapes but capable of producing exquisite wines.

The vineyard Vigna di More (www.vignadimore. it), near the village of Goriano Valli is renewing the tradition of growing grapes in the Aterno valley. The grapes grown here include Pinot Noir and Traminer, Cococciola, Chardonnay, Kerner and Petit Manseng.

For a good glass of wine in the valley we recommend the wine bar Casale Liberati in Stiffe, near the caves of the same name (http://casaleliberati.blogspot.it), where you will find a wide variety of wines, craft (or artisan) beers and local produce.

To find a greater wine producing area, we must go from the Aterno valley to the nearby Navelli plain, the so-called forno d'Abruzzo (oven of Abruzzo), a small plateau in the shape of an amphitheater in whose focal point is the village of Ofena. This area acquired its nickname because of its unique microclimate with high peaking summer temperatures due to its exposure to the south, but with cool air circulation due to the presence of the Calderone glacier above. In this area you can visit the winery Cataldi Madonna (www.cataldimadonna.com), comprising about thirty-two hectares of native grapes such as Montepulciano, Pecorino and Trebbiano and certified as organic in 2016. Also in the area is the Gentile vineyard (www.gentilevini. it) producing two wines: the classic, produced from native grapes, and the Vecchie Vigne obtained with a selection of historic grapes. In the nearby Tritana valley is the vineyard of the same name: Cantina Valle Tritana (www. cantinavalletritana.it) that produces a wide assortment of local wines and also a Verdicchio.

All of these vineyards can be visited by appointment. More information can be found on their websites.

Beyond the Ofena area towards Sulmona we come across another area of production of high quality wines, the Peligna area between the towns of Vittorito and Corfinio.

In the town of Vittorito the winery of Pietrantoni (www.vinipietrantoni.it) is definitely worth visiting. Here traditional Abruzzo native grape varieties are cultivated. Visitors can see the underground cellar with ancient centuries-old oak and walnut barrels. Also in Vittorito is Ludovico (www.vinosuffonte.it), a small winerv that produces Montepulciano and Cerasuolo. Not far from Vittorito, in the municipality of Prezza, there is the Praesidium winery (www.vinipraesidium.it) whose vinevards cover the area where Montepulciano was originally grown. Also at Prezza is the winery of Forgione (www. forgionevini.it), where the vineyards are cultivated using the espalier and guyot methods. Pratola Peligna is another quality wine area. The Margiotta vineyard (www.margiottavini. it) cultivates about ten hectares of vines within the DOC area of Montepulciano.

If in addition to wine you are also interested in a quality craft beer, in the Aterno valley we suggest two breweries at Fossa (Aq). The first is the Anbra brewery (www.anbra.it), where seven types of different artisan beers are produced by traditional methods. The brewery also has a local distributor in Via Garibaldi 49 in L'Aquila. The second is the Alkibia brewery (www.alkibia. it), also in Fossa, that produces four types of craft beers.

Both breweries can be visited by appointment. More information can be found on their websites.

Not far from the Aterno valley, in Goriano Sicoli, we would also suggest the brewery Birra Agricola Gorianese (birrabag@libero.it), whose beer is prepared using 70% local agricultural produce.

Andar per erbe, bacche e arbusti

Il territorio della media valle dell'Aterno e delle aree circostanti è particolarmente ricco di fioriture, erbe officinali, frutti minori e bacche. Gli appassionati di botanica e di verde, possono veramente immergersi in un contesto ambientale di grande pregio, ricompreso nel parco regionale del Sirente-Velino, dove sono state censite 1800 entità botaniche. Una biodiversità veramente ragguardevole che dà spettacolo di sé e che può attirare la curiosità del visitatore incantato dagli effetti estetici e cromatici che le piante sanno regalare nelle diverse stagioni. Il turismo delle fioriture e del

foliage autunnale è in grande crescita ed è legato al bell'andare lento, magari a piedi, in bicicletta, in treno o a cavallo, o puramente in macchina, ma prendendosi il tempo giusto per godere lo spettacolo delle stagioni. Ecco dunque le erbe aromatiche in fiore, il foliage delle piante arboree forestali in autunno, i fiori e le bacche degli arbusti spontanei. Iniziamo un breve viaggio negli incanti floreali e cromatici della flora spontanea della media valle dell'Aterno e delle aree circostanti, tra il parco regionale del Sirente Velino ed il parco nazionale del Gran Sasso-monti della Laga.

Foto 1 - Fioritura dei crochi





Foto 2 - Anemone appennina

A marzo inizia il nostro viaggio, quando la primavera viene annunciata dalle fioriture di altitudine dei crochi (Foto 1) e delle scille. nei prati del Sirente e nel vicino altipiano delle Rocche, con estesi tappeti di colore blu. Uno spettacolo imperdibile e veramente suggestivo poiché le fioriture si alternano con le macchie di neve in scioglimento e piccoli laghetti temporanei che si formano nelle doline. Questo è anche il periodo della fioritura del corniolo con i suoi fiori giallo ocra delicati e positivi perché nel folto del bosco o nelle radure ancora grigie, conferiscono un senso di calore. Nel cuore delle faggete ancora spoglie fioriscono numerosi i fiori dell'Hepatica nobilis, fiore delicato che vira dal celeste al blu e le primule che annunciano la primavera.

Un po' più giù nella bassa valle dell'Aterno, negli oliveti di Raiano, verso la valle di San Venazio, da non perdere è la fioritura degli anemoni (Anemone appennina) con fiori a stella grandi e di un bel colore lilla con diverse sfumature (Foto 2).

Anche i mandorli sono in fiore nel mese di marzo con fioriture spettacolari e gentili che si possono ammirare in tutta la zona contiqua alla media valle dell'Aterno e soprattutto nell'altipiano di Navelli, sino a San Nicandro, Fagnano e la zona archeologica di Peltuinum. Subito dopo, ad aprile, fioriscono numerose piante arbustive che creano notevoli effetti estetici, come il prugnolo (Prunus spinosa), soprattutto ai margini del bosco, nelle radure, ai margini dei campi abbandonati. E così pure il biancospino (Crataegus monogyna),

Foto 3 - Campo di lino





Foto 4 - Ciato in fiore

che si trova sparso in tutta la media valle dell'Aterno, sino a salire ai prati del Sirente e nella splendida zona delle pagliare di Tione e Fontecchio. Aprile è il mese della fioritura della maggior parte delle piante fruttifere, anche di quelle selvatiche. Pensiamo alle delicate e spettacolari fioriture dei ciliegi, dei meli, dei peri e dei sorbi. È il mese della fioritura del tarassaco o dente di leone (*Taraxacum officinale*), ben nota pianta ad interesse alimentare, caratterizzata dalla bella e intensa fioritura gialla, ampiamente diffusa nei campi, nei luoghi più umidi e lungo i margini dei fossi e dei sentieri.

A maggio, nella valle, scoppiano le fioriture di orchidee che perdurano sino a giugno, anche salendo di quota, sino ai 1600 metri ed oltre. In tutta la zona si contano numerose varietà di orchidee con fioriture talvolta impressionanti in quanto ad estensione, come ad esempio negli altipiani tra Opi, Fagnano e San Nicandro. Da non perdere la fioritura del narciso nell'altipiano di Rocca di Mezzo, dove tra le ampie praterie, spuntano migliaia di piante di narciso bianco insieme a più rade piante di tulipano.

A maggio e giugno le fioriture raggiungono il massimo dell'intensità e continuano ancora a luglio in montagna. Inizia il periodo di fioritura delle erbe aromatiche, come il timo serpillo (*Thimus vulgaris*), molto diffuso in tutta la zona, sopratutto lungo i costoni calcarei del margine orientale, sopra i borghi di Beffi, Succiano, Rocca Preturo e l'eremo di Sant'Erasmo e, nell'altro versante, salendo ancora più su, da Goriano Valli verso le pagliare ed i

prati del Sirente. In questo periodo fioriscono quattro piante aromatiche che hanno foglie grigio argenteo e quindi molto ornamentali, come la salvia lanuginosa, la *Sideritis italica*, il marrubio (*Marrubium officinale*) e la salvia sclarea. Tutte si possono osservare in piccoli gruppi nelle radure o lungo i margini dei sentieri di campagna lungo la valle o anche in montagna sino alle pagliare di Tione e Fontecchio, Terranera e Rocca di Cambio.

Una fioritura spettacolare è sicuramente quella del lino (*Linum narbonense*), con il suo colore dal delicato celeste, pianta presente in diverse aree e soprattutto nella parte bassa della valle, da Santa Maria del Ponte, sino a Beffi, Succiano e Acciano, dove forma, soprattutto a maggio, colonie molto suggestive (Foto 3).

L'Isatis tinctoria, è una bella pianta erbacea ubiquitaria che cresce sia nei campi che ai margini dei sentieri o delle siepi e raggiunge anche terreni montani, dove fiorisce a giugno. Forma delle belle macchie di colore giallo intenso ed è famosa per la sua capacità tintoria.



Foto 5 - Achillea millefolium



Foto 6 - Anthemis tinctoria o falsa camomilla

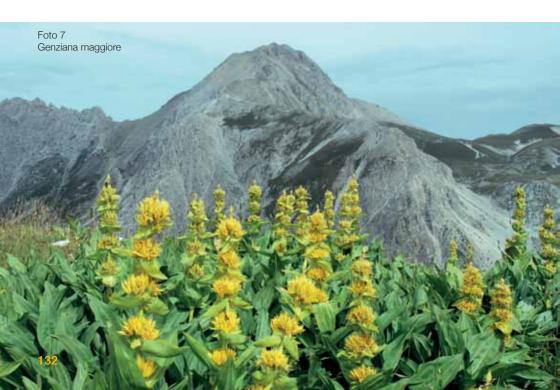




Foto 8 - Carlina acaulis

Altre piante di un qualche interesse ornamentale sono il maggiociondolo, il sambuco con le sue bellissime corolle bianche e l'*Euphorbia gasparrinii* molto presente soprattutto nelle praterie secche e calcaree.

Maggio è un mese stupendo per le fioriture ed un turista amante dei fiori non può che programmare la sua visita in questo mese, anche se come abbiamo visto, anche a marzo ed aprile non sono pochi i motivi di interesse. Ma è nel mese di giugno che la natura raggiunge il suo massimo e, soprattutto in montagna, il verde veste il tono di fondo più intenso assumendo diverse tonalità e interi versanti montani e pedemontani, vengono letteralmente dipinti dal colore rosso porpora della poligala (*Polygala major*), o dal bianco dell'eliantemo (*Helianthemum apenninum*) o dal giallo della coronilla (*Coronilla vaginalis*) o delle ginestre, oppure dal grigio argenteo della stipa pennata o lino delle fate, che col sole assume riflessi luminosi con i lunghi steli filiformi ondeggianti al vento.

In mezzo a tali grandi fioriture di fondo, è facile ammirare numerose piante aromatiche di grande fascino. A giugno fiorisce l'*Iperico perforatum* pianta molto legata alle tradizioni popolari e da sempre considerata la pianta che annuncia l'estate; associata al culto antropologico del giorno più lungo dell'anno nel solstizio d'estate. Chi volesse spingersi sino

Foto 9 - Fioritura mista di eliantemo, non ti scordar di me





Foto 10 - Evonimo europeo

alla valle di San Venanzio, presso Raiano, potrà ammirare la fioritura del cisto, (*Cistus creticum*) ancora più spettacolare con i numerosi fiori rosso porpora in varie tonalità, lungo i tornanti delle gole di Popoli, che salgono sino a San Benedetto in Perillis (Foto 4).

Altra pianta molto interessante e diffusa è l'A-chillea millefolium con i suoi fiori bianchi simili a una filigrana, riuniti in corimbi, utile in fitoterapia e pianta alimurgica (Foto 5). Abbastanza simile e molto diffusa è la carota selvatica (Daucus carota) bella pianta ubiquitaria che cresce bene anche nei luoghi più inospitali, ai margini dei sentieri o nelle radure, dove forma gruppi folti. Sempre in questo periodo, nei terreni agricoli di montagna, (circa un mese prima nella valle), fioriscono le piante archeofite e cioè le piante erbacee che da sempre crescono insieme alle tradizionali colture dei seminativi di cereali e legumi. Ci riferiamo al fiordaliso, al papavero, alla senape, al gallio, alla Silene

vulgaris, alla camomilla matricaria. Altra pianta degna di nota è l'Anthemis tinctoria o falsa camomilla, bellissima con i suoi capolini gialli, spesso associata, soprattutto nei campi a riposo, con l'acino montano (Foto 6).

A luglio, ormai nel cuore dell'estate, fioriscono altre erbe aromatiche che sfidano il caldo ed emanano profumi e aromi intensi: pensiamo all'elicriso (Elicrisum italicum), nota pianta molto profumata e di grande interesse fitoterapico. Molto appariscente con i suoi fiori blu lavanda, l'issopo (Issopo officinale), che può essere facilmente rinvenuto nelle garighe assolate e calcaree del versante orientale della media valle dell'Aterno (Rocca Preturo, Succiano, Fontecchio). Spettacolari sono le fioriture di guesta pianta, nella zona di Calascio e Ofena, dove però la fioritura può essere ammirata nel mese di agosto-settembre. Dalla fine di giugno e sino a tutto luglio, fioriscono numerose varietà di leguminose erbacee, come la

veccia, il *Latirus*, i vari tipi di *Lotus* e lupinella, con varie tonalità e sfumature di colore, che vanno dal porpora, al viola, al rosa, al rosso. In montagna, soprattutto nei prati del Sirente o alle pagliare di Fontecchio e Tione, fioriscono belle colonie di due piante alte e vistose, come il tasso barbasso (*Verbascum longifolium* e altre varietà) con grandi infiorescenze gialle e l'epilobio o garofano dei monti (*Epilobum angustifolium*), con fiori viola porpora. Molto bella la fioritura della genziana maggiore o genziana lutea, ben nota per il famoso liquore ricavato dalle radici (Foto 7).

Ad agosto le fioriture più belle e appariscenti si trovano soprattutto nelle zone montane più alte, e, comunque, le grandi fioriture volgono ormai al termine. Si possono tuttavia ammirare piante interessanti come la carlina zolfina, (Carlina acanthifolia), pianta a forma di sole, utilizzata nella tradizione popolare come pianta scaccia streghe e perciò appesa davanti all'uscio delle case. Altra pianta simile e sempre a forma di sole è la Carlina acaulis, le cui spine argentate a forma di raggi, esposte alla luce,

diventano luminose e suggestive (Foto 8). Ancora in questo mese, si possono ammirare le fioriture dell'epilobio, e soprattutto nelle aree di montagna, le numerose fioriture di diverse varietà di garofanini, tra cui il *Dianthus monspessulanus*, fiore di rara bellezza, con i petali irregolari e sfrangiati (Foto 9). Nelle praterie secche e calcaree del versante orientale della media valle dell'Aterno ed alle pagliare, fiorisce con tappeti bianchi talvolta di dimensioni consistenti, la santoreggia (*Satureja officinalis*), pianta nota per il forte aroma delle foglie.

Da agosto sino a tutto dicembre e anche oltre, diverse piante offrono un altro spettacolo affascinante e cioè la maturazione delle bacche. Pensiamo al corniolo, alla rosa canina, al biancospino, al crespino, al sambuco, al prugnolo, all'evonimo europeo, alle diverse varietà di daphne, all'agrifoglio, al pungitopo (Foto 10-11). Ci sono le bacche di alberi bellissimi come il sorbo degli uccellatori, il sorbo montano, il sorbo domestico. La bellezza delle bacche crea suggestioni intime e tavolozze cromatiche che non fanno rimpiangere quelle

Foto 11 - Cinorrodi rosa canina



dei fiori. Settembre è un mese bellissimo per la particolare luce che lo contraddistingue e per il colore giallo ocra che di sovente assumono le praterie della media montagna. Tuttavia, a parte il perpetuarsi della fioritura della santoreggia e di pochi altri fiori, come ad esempio, il colchico, un croco dal bel colore viola, il mese di settembre non è il massimo per gli amanti del turismo delle fioriture e tuttavia, le bacche, i frutti e i cinorrodi creano numerosi begli effetti cromatici.

Ma ad ottobre e novembre la natura regala un altro spettacolo di grande suggestione e cioè il foliage autunnale, quando le foglie di numerosi alberi assumono i colori più affascinanti che vanno dal rosso, al giallo, al giallo ocra, all'arancione, al porpora. Pensiamo alle diverse specie di acero (acero minore, acero campestre, acero opalo, acero montano), al

faggio, alle diverse varietà di sorbo e pioppo, al ciliegio, all'orniello o frassino minore, al larice (Foto 12).

Con l'arrivo dell'inverno agli amanti dei fiori, delle bacche e dei frutti e comunque dello spettacolo offerto dai colori e dalle forme delle piante, non resta che aspettare la successiva primavera per rinnovare l'incanto floreale e botanico. In questo breve scritto abbiamo citato solo alcune delle centinaia di varietà di erbe, piante arbustive ed arboree presenti; molto ancora rimane da scoprire e ciascuno potrà farsi ammaliare dalle mille sorprese che nascondono i boschi, i campi e le praterie¹.





¹ Le indicazioni temporali fornite sulle fioriture, possono subire variazioni anche di quindici giorni, in relazione all'andamento stagionale e all'altitudine.

In search of herbs, berries, and shrubs

The middle Aterno valley and the surrounding area is particularly rich in flowers, medicinal herbs, soft fruit and berries. Lovers of botany can truly immerse themselves in an environment of great value, part of the Regional Park Sirente-Velino, where 1800 botanical varieties have been recorded. So we begin a short journey through the lovely natural flora of the middle Aterno valley and the surrounding areas. We begin our journey in March when spring is announced by the blooming of crocuses and scilla in carpets of blue on the Sirente meadows and the nearby plateau of the altipiano delle Rocche. This is also the time that the dogwood flowers with its ocher yellow flowers. In the heart of the still leafless beech woods bloom many flowers of the hepatica nobilis, a delicate flower that darkens from pale blue to blue, and the primroses that announce the arrival of spring. A little further down the valley of the Aterno in the olive groves of Raiano the flowering of the anemones is not to be missed, with their large star-shaped flowers in different shades of a beautiful lilac. Even the almond trees are in flower in March with spectacular blooms that can be seen throughout the area. Immediately after, in April. numerous shrubs flower to impressive aesthetic effect such as blackthorn and sloe. (Prunus spinosa), and hawthorn (Crataegus monogyna) which are spread throughout the middle Aterno valley up to the Sirente meadows. April is when most fruiting plants flower, including wild trees such as cherry, apple, pear and rowan. It is the flowering month of the dandelion (Taraxacum officinale), widely found in fields, in the dampest places, and along the edges of ditches and paths. In May, in the valley, orchids bloom that last until June, also at up to 1600 meters of altitude and more. Also now the period of flowering herbs begins such as common thyme (Thimus vulgaris), widespread throughout the area. In this period four herbs bloom that have silvery gray leaves and are therefore very ornamental: wild sage, Sideritis italica, horehound (Marrubium officinale) and clary sage. A spectacular bloom is definitely that of flax (Linum narbonense), with its colour of delicate light blue. It is present mainly in the lower part of the valley. May is a wonderful month for blooms, but it is in June that nature reaches its peak especially in the mountains, where nature is tinged with the purple red of the milkwort (Polygala major), white rock rose (Helianthemum apenninum) or the yellow of coronilla vaginalis and broom. In June St. John's wort (Hypericum perforatum) flowers, a plant

closely linked to popular traditions it has always been considered as the herald of summer. Another very interesting and widespread plant is varrow (Achillea millefolium) with its white flowers, in corymbs like filigree, useful in herbal medicine. Similar and very common is the wild carrot (Daucus carota) that grows well even in the most inhospitable places on the edge of the paths or in clearings. In July, now in the middle of summer, other herbs bloom that defy the heat and give off aromas and intense perfumes; for example the so-called curry plant (Elicrisum italicum). Very showy with its lavender blue flowers, the hyssop (Hyssop officinale) can easily be found towards the eastern end of the middle Aterno valley (Rocca Preturo, Succiano, Fontecchio). From the end of June and until the end of July, numerous varieties of herbaceous legumes flower such as vetch, lathyrus, the various types of lotus and sainfoin, with varying shades and nuances of colour. In the mountains, especially in the meadows of the Sirente or near the pagliare of Fontecchio and Tione, beautiful colonies of two tall, showy plants bloom, the mullein (Verbascum Iongifolium and other varieties) with large yellow flowers and fireweed (Epilobum angustifolium) with purple-violet flowers. In August, the most beautiful and showy blooms are found mainly in the higher mountain areas. You may however find interesting plants such as asters (Carlina acanthifolia), a sun-shaped plant traditionally hung outside the door of houses to dispel witches. Still in this month, you can admire the fireweed flowers, and the many blooms of different varieties of pinks, including Dianthus monspessulanus, a stunning flower with irregular frayed petals. From August until the end of December various plants, such as dogwood, wild rose, hawthorn elder etc. offer another stunning show with the ripening of their berries. September is a beautiful month for the particular quality of light that sets it apart, however it is not the best for flower lovers. In October and November nature offers another spectacle of great beauty that is with the autumn foliage when the leaves of many trees take on the most beautiful colours ranging from red to yellow to yellow ochre to orange to purple. With the arrival of winter lovers of flowers, berries and fruits can only wait for the spring to witness the floral and botanical enchantment beginning again1.

¹ Dates given for flowering may vary by up to a fortnight according to the weather and altitude.



Strutture ricettive e servizi

Poggio Picenze

Ferramenta De Matteis

via della stazione di Fossa, 0862 810828

Sant'Eusanio Forconese

www.ristorantebebcasabologna.it



La casetta

via San Martino 338 1965507



La pergola

via Nazionale 67, 0862 810975



Le arotte

via delle Grotte 2. Stiffe. 0862 86165/86414





Mordi e fuggi

via Indipendenza 5, 0862 810172



Rinascimento

via Scura, 328 1511491



Forconensis

Casa Bologna

331 8788968

via del colle 6, 0862 810232 www.forconensis.eu

via del colle, 342 0447179



Al chicchirichì

via del Mulino, località Stiffe, 0862 86135



Baraonda

presso villaggio MAP



Central bar

via Nazionale 36, 0862 810833



Serena Market

presso villaggio MAP, 0862 810232



piazza Angelo Pellegrini, 0862 811128



Panificio forconese

via della Piega 10, 0862 8103110



Raggio verde

via Nazionale 9, 0862 810340-810438



Chiaretti

348 4052640

via del Municipio (lunedì, mercoledì, venerdì ore 9-12;16-19), 0862 810296

piazza Cavour, 0862 811204, no bancomat

Azienda agricola Cannito di Galano Enzo



Lolli Angelo

via XXIV maggio 2, 0862 810686



Eurospar

via della Stazione. 0862 811138



Panificio Visconti

via Cappelli Junior 38, 0862 810659



San Demetrio ne' Vestini La perla-pasta fresca

via della stazione, 0862 810058



La petite maison

via Don Ferdinando Arista 349 6461722, 348 5184636



Casale Liberati

via del Castello, Stiffe, 328 9022092



Camelot

via Nazionale 19, 0862 810682



Di Loreto

via Nazionale 26 0862 810830



Chicchirichì

piazza Centrale, località Stiffe, 0862 86135



Angela Rossi

via Nazionale 5, 0862 810454





Prata d'Ansidonia

Villa Sant'Angelo

La Villa

via L'Aquila 2, 0862 86420, 340 3303068 Possibilità di alloggiare e foraggiare quattro cavalli - www.agriturismolavillaaq.it

Da Leda e Santino

piazza Monumento 3, 0862 810968

Zanzibar di Cola Andreina

piazza del villaggio MAP

Alimentari Cose Buone

piazza del villaggio MAP, 0862 85135

piazza del villaggio MAP (martedì a venerdì ore 9-18, sabato mattina) 0862 811100

via Santa Maria 18, 0862 810873 no bancomat

Il borgo dei fumari

via Roma, 0862 931456, 347 2718589



Il castello

via Roma 62, 0862 931287



Romualdi

via Roma 13, 0862 931133



Settefonti

via Fiume 1, 340 3054891
(anche area attrezzata per campeggio)



M

Fagnano Alto

Casa Rosati

piazza Luigi Rosati 6, località Ripa 346 7510036, www.casarosati.it



I sapori della valle

località Corbellino, 338 5001985 www.saporidellavalle.it



ALLE VECCHIE



ALLE VECCHIE QUERCE di Berti Caterina via Costarella 5, San Pio di Fontecchio (Aq) 0862 28307 347 0930329 339 7760161 340 4657359 www.allevecchieguerce.it



Il castello

via Castello, località Castello, 0862 86404



La capinera

(Contr. Fuliana) 328 7174225, 333 2587707



Iori Lucia

via del Forno 1, loc. Vallecupa, 0862 86231





La costarella

via della Costarella 3, 348 5256915 www.lacostarella.it



Fontecchia

Alle vecchie guerce

via Costarella 5. San Pio di Fontecchio 340 4657359, www.allevecchieguerce.it



via San Nicola 4, 333 7979280



Rio



La Torre

via Roma, 0862 850010



Casa torre del Cornone

via Cantone della Terra 22, 328 0617948 www.torrecornone.com



presso il convento di san Francesco 0862 85376, www.ristoranteilsirente.com



Fulè

via Fuleana, Contrada Murata 393 9083623, www.fule.it



Novanta

Il Sirente

via Roma.5, 0862 85141



Il borgo via della Cesa. San Pio di Fontecchio



Minimarket SI.MA

via Roma 19



Fili Rossi s.a.s. via Contrada Murata 7, 0862 85111



338 6318435, www.il-borgo.it



Casa Torre del Cornone

Fontecchio • Ospitalità nel centro storico



Torre del Cornone

a nostra dimora prende il nome da un'antica torre di guardia (ju Cornone) arroccata, con una corona

di edifici, sulle mura del borgo. Camere recuperate con cura ed arredate con elegante sobrietà si affacciano sulla verde vallata dell'Aterno e raccontano l'anima dell'entroterra d'Abruzzo. Rosmarini, rose, fichi e pergole, ci accolgono in un giardino affacciato su un paesaggio sereno di boschi e di borghi. Una biblioteca su paesaggio e natura ed una grande cantina di pietra completano un luogo speciale dove apprezzare le atmosfere remote e intime dei borghi e ritrovare il silenzio profondo dei nostri monti.

Via Cantone della terra 22, Fontecchio (AQ) 328 0617948 - 0862 85441

www.torrecornone.com - info@torrecornone.com

Torre del Cornone, Centro Educazione Ambientale, ILEX



Lucia Pace

via Roma 29, 0862 85245

via Contrada Murata 8, 0862 85145 (martedì-giovedì-sabato)



Vigna di More

frazione di Goriano Valli, via IV novembre 335 8093737, www.vignadimore.it





Turavani Giuseppe - via Mazzini 1 349 7971533, *www.abruzzomio.de*



piazza del Municipio 5, 0862 88104 (martedì e giovedì) no postamat



Tione degli Abruzzi

B&B Goriano Valli

Tre ville

frazione di Goriano Valli, via Risorgimento 13 349 0945341, www.gorianovalli.it

frazione di Goriano Valli, via IV novembre 4



Secinaro

Il Sirente

Str. Prov. Sirentina, loc. Fonte dell'Acqua 339 7429265, 328 0115157







349 0945341

via Vestini, 328 2950430, 329 4754016



La dolce vita

via del Posticchio, 338 492 9309



Abruzzo in fiore

via Tripoli 3, 333 2556684



Ada e Giovanni

via Plaiola 107, 0864 790102





Residenza di campagna inserita in una costruzione moderna e funzionale ma rispettosa delle antiche tradizioni e circondata da tre ettari di giardino recintato che farà da discreto sipario al vostro soggiorno. Fulè mette a vostra disposizione un appartamento principale composto da tre camere, due bagni, salone con terrazza panoramica e cucina. Gli ospiti possono soggiornare anche in due appartamenti di secondo livello composti da camera, cucina, soggiorno, bagno, patio e in quattro monolocali con camera e angolo cottura, bagno.

I servizi: Wifi disponibile ovunque, camere climatizzate con Tv Lcd e Dvd, noleggio biclette gratuito, escursioni, anche in bicicletta, deposito sci. Area giochi per bambini Reception 24 ore su 24 con deposito bagagli.





Sirente

via Plaiola 3

Emporio Santilli

via Plaiola 41, 0864 790104

Pasta di solina

Francesco Simone Maggi, 392 4080888

Acciano

B&B di Gianna Tollis

piazza del Municipio, 349 6774738

La corte

via Capo San Lorenzo 1 fraz. San Lorenzo, 0864 799191 www.locandalacorte.com

La ginestra

via Roma 9, 338 3278029, 339 2840170



L'oasi del parco

via Nazionale, loc. Succiano 340 2617865





La cantina

via Roma 13, 392 6942526





La corte

via Capo San Lorenzo 1 fraz. San Lorenzo, 0864 799191 www.locandalacorte.com



Maria Rosaria Piscopo

piazza del Municipio 333 8684423



via Roma 7, 0864 799130 no postamat





Molina Aterno



Il fiordaliso - 328 8352352 www.molinafiordaliso.altervista.com





Ristorante Il Sirente

Situato all'interno di un ex convento francescano, immerso nel verde della valle del fiume Aterno, il ristorante Il Sirente unisce alla cordiale ospitalità, il fascino della storia, la pace del borgo medievale, la genuinità dei sapori e della cucina locale. Il Sirente ospita cerimonie di ogni genere, ricevimenti di nozze, ma anche festeggiamenti familiari e pranzi di lavoro, il tutto in una suggestiva e raffinata atmosfera, all'insegna della sobrietà e dell'eleganza.

RISTORANTE IL SIRENTE
via S.Pio, 1, Fontecchio (Aq)
0862 85376 - fax 0862 85376
335 6816 882 - 348 5256915
www.ristoranteilsirente.com
info@ristoranteilsirente.com
f ristorante Il Sirente



Da zio Sam di Giancola Federico via Risorgimento 4, 366 5077150

Bar della Stazione di Pellegrini Enza via della stazione 0864 566252

Del Monaco Bruno Stelvio via Roma 45

Fasciani tartufi via Roma 11, 348 6974136, www.fasciani.eu

Di Flocco Rita via del colle 1 0864 797882

via del colle, 0864 79136



Panorciano

Agriturismo 4A

via San Pietro, 0862 931394







A Bominaco

via Madonnella 2, loc. Bominaco 0862 93623



Bar ristorante M&M

via Roma 1, 0862 93733





PALAZZO ROSATI piazza Luigi Rosati 6, Fagnano Alto, frazione Ripa (Aq)

Il palazzo, di impianto cinquecentesco, con rifacimenti del 1700 gode di una posizione dominante, adagiato sulla collina di Ripa Fagnano. Dal suo splendido giardino terrazzato quarda la catena del monte Sirente e affaccia sulla verde valle Subequana, solcata in basso dal fiume Aterno, costeggiato da antichi sentieri, mulini in pietra, vestigia romane e necropoli, gole, eremi e cascate. Abitato dalla sua edificazione dalle famiglie dei baroni Romanelli, Vivio, Palmari, dalla marchesa Lucia Dragonetti, è di proprietà dalla fine del 1700 della famiglia Rosati che ancora lo abita. È arredato con mobili d'antiquariato. Sono a disposizione degli ospiti quattro stanze e a breve ne saranno disponibili altre due.



B&B La Torre

Un paradiso di tranquillità dove l'accoglienza cordiale della signora Annamaria e del marito Claudio vi faranno sentire a casa. Da provare le leccornie preparate in casa dalla signora, l'ambiente è semplice ricco di storia con molti ricordi della vita contadina locale. Il B&B è sito nei pressi della torre medievale, sede dell'antico corpo di guardia



via San Nicola, Fontecchio (Ag) 333 7979280; 333 7979280 bb.latorre@yahoo.it

Associazioni sportive escursionistiche

ABRUZZO MOUNTAINS WILD

Organizza attività di escursionismo, trekking e ciaspolate con guide professioniste nelle montagne della zona e sui sentieri storici, attività di yoga in montagna, nordic walking, arrampicate, mountain biking.

Contatti: Vanessa 388 8368340 www.abruzzomountainswild.com segreteria@abruzzomountainswild.com

L'ARCOBALENO DEL SIRENTE

Organizza attività di trekking, archeo-trekking, ciaspolate e corsi di arrampicata sulle montagne della zona.

Contatti: Fabrizio 339 4690646 www.arcobalenodelsirente.org arcosirente@email.it

Associazioni culturali ricreative

CASUENTUM

Organizza attività culturali a Casentino, frazione di Sant'Eusanio Forconese. Sul sito dell'associazione si può trovare un ricco database di itinerari per mountain bike scaricabili e importabili su ciclocomputer GPS tracker.

Contatti: Innocenzo 388 4410084 www.paesedicasentino.it casuentum@gmail.com

IL BOSCO DEL FAUNO

Organizza attività per bambini, letture animate, laboratori di riciclo e teatrali. La sede del'associazione è a Goriano Valli, frazione di Tione degli Abruzzi.

Contatti: Barbara 389 7845232 ilboscodelfauno@libero.it

LA LUMETTA

Organizza attività culturali e ricreative nel comune di Villa Sant'Angelo, tra cui a settembre la *Sagra della zucca* (o della lumetta).

Contatti: 0862 811100 www.lalumetta.com info@lalumetta.com

LE PROPOSTE DEL BORGO

Nel borgo di Campana, frazione di Fagnano Alto, organizza attività culturali e ricreative come corsi di cucina, corsi di artigianato locale, stage di yoga nella natura, mercati...

Contatti: Francesca3478553138 franced99@gmail.com

PICO FONTICULANO

Organizza attività ricreative e culturali nel comune di Fontecchio tra le quali a cadenza fissa: La domenica degli asparagi e delle erbette, ai primi di aprile, quando si vanno a raccogliere le erbe di campo; la cena, ogni seconda domenica di agosto, nella piazza del Popolo di Fontecchio. Organizza inoltre visite guidate nel borgo antico.

Contatti: Alessio 328 0617948 www.picofonticulano.it info@picofonticulano.it

SANTA MARIA DEL PONTE

Organizzazione attività ricreative e culturali a Santa Maria del Ponte, frazione di Tione degli Abruzzi.

Contatti: 348 0839772

ATERNOSTRUM

Organizza attività ricreative e culturali nel comune di Acciano. Nel sito si possono trovare molti itinerari da fare nel borgo e nelle zone circostanti.

Contatti: www.aternostrum.blogspot.it aternostrum@hotmail.it

ACHILLOPOLI

Organizza attività ricreative e culturali ad Acciano tra cui la Festa della pizza fritta e della birra artigianale a metà agosto.

PRO LOCO DI SAN DEMETRIO NE' VESTINI

Organizza attività ricreative e culturali nel comune di San Demetrio ne' Vestini, tra cui l'annuale *Festa del grano e del pane* che si svolge a metà luglio.

Contatti: 0862 810162

www.prolocosandemetrionv.blogspot.com

PRO LOCO DI PRATA D'ANSIDONIA

Svolge da anni attività di animazione del territorio comunale con l'organizzazione della Fiera dell'Ansidonia e dell'escursione Alla scoperta delle erbe selvatiche, oltre alle numerose cene sociali e ad altre iniziative culturali.

Contatti: 328 3312925 www.prolocopratadansidonia.it proloco.prata@yahoo.it

PRO LOCO FAGNANESE

Organizza attività ricreative e culturali nel comune di Fagnano Alto.

Contatti: Katia 349 5249134

PRO LOCO DI FONTECCHIO

Associazione nata a dicembre 2016, organizza attività ricreative, incontri, mercatini natalizi ed altre iniziative

Contatti: Davide 328 3881941 prolocofontecchio@gmail.com Fb Pro Loco Fontecchio

PRO LOCO DI SUCCIANO

Organizza attività ricreative e culturali a Succiano (frazione di Acciano) tra cui ogni anno a luglio la *Black night*, sagra dedicata al tartufo nero.

Contatti: http://prolocosucciano.wix.com/ prolocosucciano prolocodisucciano@gmail.com

PRO LOCO DI GORIANO VALLI

Organizzazione attività ricreative e culturali a Goriano Valli, frazione di Tione degli Abruzzi.

Contatti: 347 2702073 gorianovalli.proloco@gmail.com



Parchi giochi e aree di sosta

Uno spazio molto bello dove è possibile sia far giocare i bambini in un parco attrezzato sia fare un pic-nic, grazie alla presenza di tavoli e panche, è l'area adiacente il lago Sinizzo a San Demetrio ne' Vestini. Fare il bagno nelle acque pulitissime del lago sarà un momento di ristoro dalla calura estiva e sulla sponda opposta all'area attrezzata c'è una piccola spiaggia che permette un agevole ingresso in acqua anche ai più piccoli. Una griglia a disposizione dei turisti permette di arrostire carne e verdure sul posto. Sempre nel comune di San Demetrio, presso la frazione di San Giovanni in località Acquatina c'è un posto di ristoro e a Stiffe, presso la biglietteria per l'ingresso alle grotte, è possibile usufruire di un'area di sosta e di un piccolo parco giochi. Un altro spazio giochi è presente presso il villaggio MAP di Villa Sant'Angelo.

A Valle Cupa, presso la farmacia, si trova un giardino con altalene, scivoli etc. così come presso il bocciodromo di Ripa di Fagnano Alto e a Bominaco dove davanti il ristorante *A Bominaco* c'è un bellissimo prato.

Nel borgo di Fontecchio ci sono due parchi all'aperto. Uno sito nella parte alta del paese, lo si raggiunge passando per via San Pio¹ sia a piedi che in macchina. Una tettoia in legno ospita un tavolo con le panche, c'è anche la fontanella con acqua potabile. Il secondo parco giochi si trova a San Pio, frazione di Fontecchio. Si sale lungo per la strada che da via Roma porta al Comune (via Contrada Murata) e vi si arriva dopo circa un paio di minuti in macchina. Anche qui ci sono scivolo, altalene, e un paio di tavoli e panche come pure presso il fontanile limitrofo. Un altro spazio godibile è presso la fonte-abbeveratoio Ju puzz: si sale da San Pio attraverso un sentiero segnato e 'adottato' dall'associazione di protezione civile Fons Tychiae.

Altre aree picnic si trovano presso la chiesa di San Michele Arcangelo a Beffi, presso il mulino di Acciano e la chiesa della Madonna della salute, e a Castelvecchio Subequo.

Nella zona dell'altopiano delle Rocche si trovano numerose aree picnic lungo la strada che conduce, da Rocca di Mezzo e da Rovere, ai Piani di Pezza (versante nord del monte Velino). I prati del Sirente sono un altro luogo ideale per pranzi all'aperto: a circa 350 metri dalla strada che conduce da Secinaro a Rocca di Mezzo c'è anche un piccolo lago.

Sul versante del fiume Tirino ci sono altri punti ristoro molto belli: presso il laghetto di Capo d'acqua, a san Pietro ad Oratorium e alle sorgenti di Prisciano (Capestrano). Un altro spazio suggestivo è inoltre l'area faunistica del Centro visite del lupo sul fiume Tirino, un fiume di straordinaria bellezza che merita sicuramente un'escursione.

Due segnalazioni sui parchi avventura: quello del Gran Sasso-Adventure park presso Fonte Cerreto ad Assergi (il sito è in costruzione ma si può far riferimento all'omonima pagina Facebook) e quello che si trova a San Pio delle Camere (www.ilregnodeimazzamurelli.it).

Da ultimo, ma non per questo meno importante, all'Aquila, in viale Rendina, nei pressi della Villa comunale, c'è un'area giochi progettata secondo i principi della piena inclusione rispettando i criteri di accessibilità, fruizione e sicurezza nella quale anche i bambini con disabilità possono divertirsi come e insieme a tutti i coetanei.

¹ La strada sita tra il minimarket le onoranze funebri.

Playgrounds and rest areas

Lake Sinizzo (San Demetrio ne' Vestini)

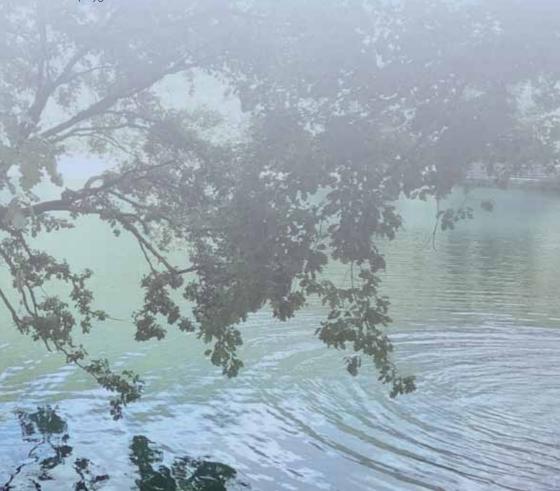
The area by Lago Sinizzo in San Demetrio ne' Vestini is a very beautiful spot where you can either bring children to play in the playground or have a picnic as there are wooden tables and benches. You can also swim in the clean waters of the lake and there is a small beach that allows for easy entry into the water even for small children. There are also barbecues available for visitors.

Fontecchio and San Pio di Fontecchio

In the village of Fontecchio there are two outdoor playgrounds for children.

The first is on Via San Pio in the upper part of the village and is accessible on foot or by car. There are also benches and a fountain with drinking water.

The second playground is located in San Pio di Fontecchio a smaller village further up the hill. Take the road that leads up from Via Roma in the village (Via Contrada Murata) and after a couple of minutes (by car) you are there. In L'Aquila in Viale Rendina, near 'la Villa comunale' there is a playground designed to be accessible, safe and enjoyable for children with disabilities.



Trasporti

Treno



La valle dell'Aterno si trova lungo la linea ferroviaria Terni - Sulmona.

Per informazioni sui orari si veda sito: *www.trenitalia.it*.

In alternativa si può arrivare in treno fino alla stazione Roma tiburtina e da qui proseguire con gli autobus TUA fino all'Aquila-Terminal bus Collemaggio (gli autobus partono dal piazzale antistante la stazione Tiburtina). Una volta giunti si possono raggiungere i principali borghi della valle sempre con gli autobus TUA (www.tuabruzzo.it).

Automobile



La valle si raggiunge dall'autostrada A 24 uscita L'Aquila est. Dal casello seguire raccordo autostradale in direzione Popoli-Sulmona e prendere la SS 17 direzione Sulmona. Dopo circa 5 km, all'altezza del paese di San Gregorio, prendere la diramazione a sinistra per la SS 261 direzione San Demetrio ne' Vestini e da qui raggiungere i principali borghi della valle.

Autobus



Roma

Dall'autostazione di fronte alla stazione ferroviaria Tiburtina prendere gli autobus TUA per L'Aquila- Terminal bus Collemaggio. Una volta giunti al si possono raggiungere i principali borghi della valle sempre con gli autobus TUA (www.tuabruzzo.it).

L'Aquila

Dalla Terminal bus Collemaggio si possono prendere gli autobus TUA per i principali borghi della valle dell'Aterno (www.tuabruzzo.it).

Pescara

Dal piazzale della Repubblica (accanto alla stazione ferroviaria) si possono prendere gli autobus TUA per L'Aquila- Terminal Bus Collemaggio e da qui raggiungere i principali borghi della valle (www.tuabruzzo.it).

Sulmona

Dalla villa comunale si possono prendere gli autobus TUA per L'Aquila- terminal bus Collemaggio e da qui raggiungere, sempre in autobus, i principali borghi della valle (www. tuabruzzo.it).

Altre città

L'Aquila (fermata Amiternum nei pressi del motel Agip, SS 17 Est, 1) è raggiungibile dalle principali città italiane anche con le autolinee Baltour (www.baltour.it), Gaspari Bus (www. gasparionline.it), Flixbus (www. flixbus.it).

Dalla fermata Amiternum si possono prendere gli autobus AMA (linee 2, 4, 6S, 12, 15; www.ama.laquila.it/it/linee-orari-ama.html) fino al terminal bus Collemaggio e da qui procedere con gli autobus TUA (www.tua-bruzzo.it) fino ai principali borghi della valle.

Aereo



Roma

Dagli aeroporti di Roma Fiumicino e Roma Ciampino si può raggiungere l'Aquila-Fermata Amiternum, con le autolinee Gaspari che partono direttamente dall'aeroporto. Giunti all'Aquila-fermata Amiternum si possono prendere gli autobus AMA (linee 2, 4, 6S, 12, 15; www.ama.laquila.it/it/linee-ora-ri-ama.html) fino al terminal bus Collemaggio e da qui procedere con gli autobus TUA fino ai principali borghi della valle (www.tuabruzzo.it).

Pescara

Dall'aeroporto Internazionale d'Abruzzo partono degli autobus da piazzale della Repubblica, dove si possono prendere gli autobus TUA per L'Aquila- terminal bus Collemaggio e da qui raggiungere, sempre in autobus, i principali borghi della valle (www. tuabruzzo.it).

Taxi



L'Aquila

- Consorzio tassisti L'Aquila. Per prenotazioni: 0862 25165 (il servizio è attivo dalle ore 07:00 alle ore 24:00. Al di fuori di tali orari è possibile prenotare la corsa entro le ore 19:00)
- Consorzio taxi amico della città dell'Aquila. Per prenotazioni: 0862 32491
- Parcheggio taxi piazza Battaglione Alpini: 0862 22115

Sulmona

- Parcheggio taxi piazza Carmine 0864 31748

- Parcheggio taxi via XX Settembre 0864 31747
- Parcheggio taxi piazza stazione Sulmona 0864 31746

San Demetrio ne' Vestini

Pierluigi Calza
 339 4728285 (www.autonoleggiocalza.it)
 info@autonoleggiocalza.it.

Autonoleggi



San Demetrio ne' Vestini

 - Autonoleggio Pierluigi Calza 339 4728285 (www.autonoleggiocalza.it) info@autonoleggiocalza.it.

Castelvecchio Subequo

Gran Sasso Services
 349 7930584 (www.gransassoservices.it)
 info@gransassoservices.it.

L'Aquila (frazione Monticchio)

- Morini Rent 0862 1960813 (www.morinirent.com), aquila@morinirent.com



CANTALINI bus

Noleggio autobus e minibus con conducente, veicoli completi di tutti i comfort (riscaldamento, aria condizionata, frigo, macchina per il caffè, Tv a schermo piatto, impianto stereo, sedili reclinabili).

Finito di stampare dicembre 2016



A passo d'uomo

Templi, castelli, eremi, boschi, erbe, vitigni, mulini e molto altro guidano il visitatore alla scoperta o alla ri-scoperta della media valle dell'Aterno e del suo prezioso e spesso, poco conosciuto, patrimonio artistico e naturale. Diciotto itinerari tematici declinano gli infiniti profili di una valle intatta, capace ancora di raccontare, con ritmo lieve, storie antiche e nuove.

Quaderni dell'Aterno

Una serie di quaderni racconta la storia, il paesaggio, gli itinerari, la natura, le tradizioni e l'armonia della valle dell'Aterno con il monte Sirente e i borghi antichi che la impreziosiscono. Una collana prova a narrare il riscatto di un mondo dimenticato, le buone pratiche attuate con successo, le diverse strade percorribili verso il futuro da parte delle aree rurali marginali. Al centro c'è sempre la voce delle donne e degli uomini che vivono questo territorio e il sapere dei ricercatori che lo amano e lo studiano.

