

GIRO MTB C.A.I. RADUNO REGIONALE UMBRIA

del 4 GIUGNO 2023

LUNGO - Km. 33 - D. 940

CORTO - Km. 25 - D. 825

Giro in MTB che non presenta particolari difficoltà tecniche (**MC – media difficoltà**), così da poter essere accessibile alla buona parte degli iscritti C.A.I. Umbria, **ben allenati**, che vorranno partecipare sia con **bici tradizionale o con bici a pedalata assistita (CONSIGLIATA)**.

Ogni partecipante con bici tradizionale tenga conto, prima di aderire, del **chilometraggio abbinato al dislivello abbastanza importante** perché dovremo tutti essere a Piazza del Popolo tassativamente per l'ora di pranzo.

Si consiglia pertanto a coloro che sceglieranno l'uscita in bici anziché quella a piedi, di valutare attentamente le informazioni che verranno fornite in questa presentazione in modo da comprendere se saranno in grado di poter rispettare la tabella di marcia.

La partenza è fissata per tutti, camminatori e ciclisti, alle ore 09.00 circa, nell'ampio parcheggio del Foro Boario, dove potremo lasciare le auto, scaricare le bici ed iniziare la nostra uscita.

Una volta scesi dalla rupe tufacea, passeremo davanti al sito archeologico del **FANUM VOLTUMNAE o Campo della Fiera** che è un importante sito archeologico, dove sono stati ritrovati reperti che risalgono ai periodi storici: etrusco, romano e medievale.

Saliremo su comoda carrareccia (Sentiero C.A.I. 821) verso il **Convento dei Cappuccini di San Crispino da Viterbo**, a cui ridiede vita nel 1990 il compianto **Padre Chiti**, ex-Generale di Brigata dell'Esercito, fattosi Frate nel 1978 e spentosi a Roma nel 2004.

Superata l'area del Convento, la salita diventa più tesa, scollinando nei pressi della Villa Il Bottino, dove esiste un accesso privato alla sommità della meravigliosa **Cascata del Montacchione**, ormai inaccessibile al pubblico.

Passeremo poi accanto alla **Necropoli Etrusca Hescanas**, visitabile solo su prenotazione e scenderemo su bella pista boscata fino a raggiungere i resti di un **antico acquedotto del XIII secolo** che alimentava la città di Orvieto ove è ancora

presente una vasca di raccolta; inoltre si può vedere la sezione stessa dell'acquedotto nel punto dove si è interrotto rimasto a vista.

Proseguiremo in direzione Podere San Severo (Sentiero C.A.I. 815).

N.B. VARIANTE: Giunti in questa località, ormai votata alla coltivazione dei noccioli, si valuterà se accorciare o meno il giro in base all'affiatamento e preparazione del gruppo, pertanto svoltando in discesa a sinistra in direzione di Casa Tripoli e successivamente Cimitero di Porano, porteremo il **chilometraggio totale a 25 ed il dislivello a 825.**

Se invece il gruppo sarà coeso e ben preparato, proseguiremo dritti e pian piano ci accorgeremo di girare con le nostre bici su un ampio pianoro tufaceo nei pressi del borgo di **Torre San Severo** (località Cantolla-Brunette), proseguiremo a cavallo del confine fra le regioni Umbria e Lazio lambendo località Radice **sull'Antica Via Romea**, dopo di che passeremo accanto alla **Villa Paolina**, sede del CNR IRET (Istituto di ricerca sugli Ecosistemi terrestri) con il suo bel parco e successivamente attraverseremo il borgo storico di **Porano**.

Per mancanza di tempo, non potremo vedere il vicino Castello di **Castel Rubello**, aperto occasionalmente per le giornate del F.A.I.

Uscendo da Porano, punteremo verso il **Convento delle Suore di San Bernardino da Siena**, famoso anche per la presenza del piccolo **Teatro di Santa Cristina**, ove vengono allestiti spettacoli di vario genere: musicale e teatrale.

Scenderemo fino ad innestarci di nuovo sul Sentiero C.A.I. 815, passando per le poche case di **Canale Vecchio**, per poi risalire verso Villa Prato, accedendo in un bel tratto panoramico del vigneto della **Cantina Poggiocavallo**; giunti poi a Torre Collevento, **presteremo la massima attenzione nell'attraversamento della S.P. 12**, dirigendoci verso Villa Felici, **Tenuta Le Velette**, famosa cantina locale.

Sempre rimanendo sul Sentiero 815, attraverseremo un tratto panoramico di vigna con **una bella vista su Orvieto**, imboccando una discesa, a tratti decisa **(per i poco esperti, prestare massima attenzione!)**, che con la rupe a vista ci condurrà velocemente in località Acquafredda-Orvieto Scalo.

Giunti in Viale 1° maggio, ci inseriremo sulla **S.P. 12 (attenzione al traffico veicolare)** e saliremo verso la rupe sulla strada a traffico limitato della Fontana del Leone, fonte situata a sinistra lungo la salita **(attenzione all'eventuale traffico veicolare dei residenti: strada stretta, mantenere la destra rigorosa!!)**.

Mano a mano che si sale, ci appare sempre più vicina la frastagliata rupe, che, se illuminata dal sole, assume un colore meraviglioso; giunti sotto non potremo evitare di guardare con il naso all'insù **la grandezza di questo imponente monumento naturale**, consolidato fortunatamente negli anni '80 con massicci interventi.

Siamo **sull'Anello della Rupe**, bellissimo giro da fare a piedi (pure in bici per i più allenati!) ed entreremo nella città da **Porta Soliana o Postierla**, salendo su un bellissimo tratto basolato che ci riporterà indietro nel tempo al periodo Medievale.

Giunti a Piazza Cahen, se il tempo lo consentirà, potremo visitare la **Fortezza Albornoz**, ove si trova **la nostra sede C.A.I.** dopo di che imboccheremo il Corso Cavour fino al **Teatro Mancinelli** per poi fare un doveroso passaggio davanti al Magnifico **Duomo** che chi vuole potrà visitare nel pomeriggio.

Lasciata Piazza Duomo, prenderemo l'omonima via fino alla **Torre del Moro** per raggiungere **Piazza del Popolo** ove si svolgeranno tutte le attività legate alla manifestazione odierna (parata Corteo Storico, pranzo, ecc.).

Giunti a questo punto, per ritornare di nuovo al luogo di partenza, da **Porta Vivaria** riprenderemo l'Anello della Rupe, scendendo su un suggestivo ponte metallico addossato alla rupe stessa.

Puntando ad occidente, passeremo accanto al grande sito archeologico **Necropoli Etrusca del Crocefisso del Tufo**, dove potremo ammirare i possenti tumuli dall'alto.

Superato un roseto, raggiungeremo la **Chiesetta Rupestre del Crocefisso del Tufo** che risalirebbe all'epoca dei Goti guidati da Totila (VI secolo). Esiste una suggestiva leggenda su questo sito, leggibile in un'epigrafe posta all'interno della grotta e che racconta di un soldato, Floriano, che ingiustamente accusato dagli altri commilitoni di furto ed omicidio una notte si gettò dalla rupe.

Sul punto di cadere invocò il Crocefisso che portava al collo a cui era legato da grande devozione e, miracolosamente, rimase incolume. Per rendere grazie scolpì dunque la sacra immagine di Gesù Cristo nella roccia con le proprie mani.

Lasciata la chiesetta, che speriamo di trovare aperta, proseguiremo il periplo e giunti davanti alla ex-Chiesa della Madonna del Velo, ci immetteremo sulla **Via delle Conce** (**prestare massima attenzione!!**) e successivamente raggiungeremo il parcheggio del Foro Boario dove avevamo lasciato le nostre auto.

Lasciate le bici e per chi vuole, cambiatosi di abito (ci sono i bagni pubblici vicino agli ascensori), verremo accompagnati a piedi fino a Piazza del Popolo dove verrà servito il pranzo a tutti i partecipanti.

RACCOMANDAZIONI per TUTTI I PARTECIPANTI: Si richiede innanzitutto il rigoroso rispetto delle **Norme del Codice della Strada**, soprattutto nei tratti asfaltati e del **Codice Norba** (codice di autoregolamentazione delle Mountainbike); si ricorda a tutti che lo scopo dell'uscita è quello sociale e conviviale pertanto sono **VIETATE** qualsiasi forma di agonismo, competizioni estemporanee e qualsiasi comportamento pericoloso, tali da poter mettere a rischio l'incolumità di uno o più partecipanti; è **OBBLIGATORIO l'uso del CASCO** sia in salita che in discesa; è opportuno presentarsi con una bicicletta idonea a percorrere sentieri fuori strada ed in **perfetto stato di manutenzione**, corredata di un minimo di equipaggiamento per superare le classiche problematiche legate a questo tipo di sport (forature, abbassamenti di pressione degli pneumatici, ecc.); è richiesta una **BUONA PREPARAZIONE FISICA** pertanto coloro che dovessero avere patologie o problematiche fisiche di qualsiasi natura (problemi di cuore, ecc.) incompatibili con la prestazione in bici proposta, sono invitati a NON PARTECIPARE.

Non è previsto il servizio doccia.

Gli organizzatori si riservano il diritto di escludere dalla manifestazione coloro che non saranno ritenuti idonei e che non saranno conformi alle suddette raccomandazioni.