

SCHEDA TECNICA

- **Percorso: 9a TRK - MTB - SCI**
Nei boschi della Resistenza: dal Ceppo alla Morricana
- **Zona geografica:** Monti della Laga
- **Partenza:** Ceppo (1334 m)
- **Arrivo:** Ceppo (1334 m)
- **Itinerario:** Ceppo, Valle della Morricana, Ceppo
- **Difficoltà:** (****) Il tracciato non presenta particolari difficoltà anche se occorre camminare a lungo e lo si può percorrere con i bambini; occorre prestare una minima attenzione perché mancano le protezioni a valle.
- **Lunghezza totale** (andata/ritorno): 16 km
- **Tempo di percorrenza:** 5 ore (tra andata e ritorno a piedi)
- **Tipo di fondo:** strada sterrata + sentiero + asfalto
- **Dislivello:** 250 m
- **Punto più alto:** 1580 m, Cascate della Morricana
- **Bellezza dei luoghi:** (****)
- **Periodo consigliato:** tutto l'anno (d'inverno può essere innevato)
- **Cartografia:** Carta del GAL percorsi per mountain bike - ippovie - trekking, scala 1:50.000; Carta del Parco Nazionale Gran Sasso-Monti della Laga, scala 1:50.000
- **Note:** La zona del Ceppo, è molto ricca di funghi. Nel periodo di raccolta dei funghi prestare un po' di attenzione se si incontra qualche auto lungo il tratto stradale di 6 km che d'inverno è percorribile con lo sci di fondo escursionistico e lo sci nordico. Nella stagione invernale i più esperti possono praticare le arrampicate sulle cascate di ghiaccio.
- **Informazioni e/o accompagnatori:**
Ristorante - albergo Julia, tel. 0861 62901
www.gransassomtb.it Scuola di mountain bike Prati di Tivo (Gran Sasso d'Italia) (Tel. cell. 33908091464). Si raccomanda sempre l'uso del casco e di portare con sé abbigliamento adatto alla stagione e un kit per forature. Per informazioni sul percorso Trekking e per la richiesta di eventuale visita guidata Accompagnatore di Media Montagna - Cesare Crocetti (Tel. cell. 339 2102988).

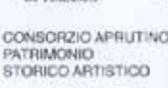


Fungo Porcino



SCHEDA TECNICA

- **Percorso: 9b MTB - TRK - SCI**
Nei boschi della Resistenza: dal Ceppo al Lago dell'orso
 - **Zona geografica:** Monti della Laga
 - **Partenza:** Ceppo (1334 m)
 - **Arrivo:** Lago dell'orso (1805 m)
 - **Itinerario:** Ceppo, Lago dell'Orso, Ceppo
 - **Difficoltà:** (****)
 - **Lunghezza totale** (andata/ritorno): 11 km
 - **Tempo di percorrenza:** 1 ora e 30 min (tra andata e ritorno)
 - **Tipo di fondo:** strada sterrata
 - **Ciclabilità:** 100 %
 - **Dislivello:** 471 m
 - **Punto più alto:** 1805 m, Lago dell'Orso
 - **Bellezza dei luoghi:** (****)
 - **Periodo consigliato:** maggio- settembre
 - **Cartografia:** Carta del GAL percorsi per mountain bike - ippovie - trekking, scala 1:50.000; Carta del Parco Nazionale Gran Sasso-Monti della Laga, scala 1:50.000
 - **Note:** l'itinerario è percorribile d'inverno con lo sci nordico e lo sci di fondo escursionistico.
 - **Informazioni e/o accompagnatori:**
Ristorante - albergo Julia, tel. 0861 62901
www.gransassomtb.it Scuola di mountain bike Prati di Tivo (Gran Sasso d'Italia) (Tel. cell. 339 8091464). Si raccomanda sempre l'uso del casco e di portare con sé abbigliamento adatto alla stagione e un kit per forature. Per informazioni sul percorso Trekking e per la richiesta di eventuale visita guidata Accompagnatore di Media Montagna - Cesare Crocetti (Tel. cell. 339 2102988).
- Valori dei simboli: (****) minimo - (*****) massimo



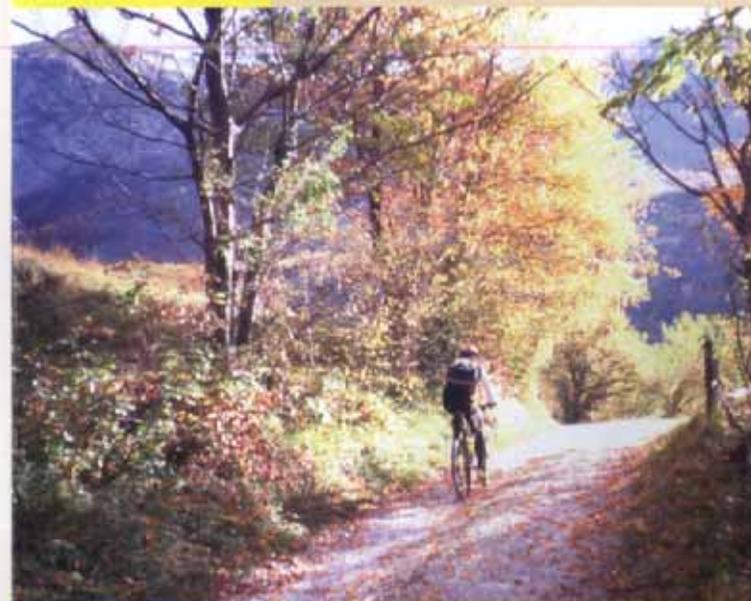
COMUNITA' MONTANA DELLA LAGA ZONA "M"

Carta escursionistica per trekking a piedi, mountain bike e sci escursionismo

guida



GAL Appennino Teramano



Dal Ceppo alla Morricana

Dal Ceppo al Lago dell'Orso

Dal Ceppo alla Morricana

(trekking a piedi e in mountain bike)

Il percorso si articola all'interno di un bosco di bellezza quasi unica. La partenza è in località **Ceppo**. Qui si può parcheggiare la propria auto nel piazzale dove è sito l'albergo Julia e il punto informativo del Parco. Si percorre la strada asfaltata che si inoltra nel bosco e sale al campeggio. Da qui la strada si biforca: prendere lo sterrato a destra che entra nel bosco e oltrepassa la sbarra segnaletica n. 333. Il percorso continua in piano oltrepassando ogni tanto dei fossi, dove nel periodo dello scioglimento della neve si formano delle suggestive cascatelle che alimentano il sottostante Rio Valle Castellana. Quasi a termine della sterrata, che continua a svilupparsi in un incantevole bosco di faggio, si incontra una casetta forestale; poco dopo la strada termina (al 6° km circa). Sulla destra si scende a una presa Enel. Fin qui si può facilmente arrivare con la mountain bike. Poi occorre proseguire a piedi (lasciando la bici attaccata a un albero con una provvidenziale catena e lucchetto) lungo l'evidente e ben segnalato sentiero attrezzato fino alla suggestiva Cascata della Morricana che si raggiunge in circa 45 min. Il ritorno avviene sullo stesso itinerario.



Sul percorso per la cascata



La cascata della Morricana

Dal Ceppo al Lago dell'orso

(trekking a piedi e in mountain bike)

Punto di partenza e arrivo è la località **Ceppo**. Si può parcheggiare la propria auto nel piazzale caratterizzato dalla presenza dell'Albergo Julia e dal punto informativo del Parco. Si percorre la strada asfaltata che si inoltra nel bosco e sale al campeggio. Da qui la strada si biforca, (divieto di accesso per le auto), prendere lo sterrato a sinistra che inizia a salire, la strada è larga e offre suggestivi scorci sul Gran Sasso e sulla catena della Laga. Si continua a salire sempre su strada sterrata (in qualche tratto è un pò più ripida e con fondo rovinato) fino a scollinare a **Colle Lungo**. Oltrepassato il bivio per le cascate della Cavata, si giunge alla **fonte delle Trocche** e al **Lago dell'Orso**. In questa zona si trova un rifugio per pastori; nel periodo di pastorizia il territorio è ricco di pecore in quanto i pascoli offrono un ottimo foraggio per le greggi. Da qui si torna al **Ceppo** per il medesimo itinerario.



Verso il Lago dell'Orso



Sci escursionismo

INFORMAZIONI TURISTICHE

I percorsi proposti hanno come punto di partenza e ritorno la località **Ceppo**, uno degli angoli più isolati del versante teramano dei Monti della Laga. Il luogo, immerso nei boschi di faggio, è noto per la *Battaglia di Bosco Martese* avvenuta tra partigiani e tedeschi nel settembre del 1943, come ricordano alcuni monumenti sia al Ceppo che lungo la strada provinciale che sale da Rocca Santa Maria. L'antica consacrazione del Bosco Martese al dio Marte (dio della guerra, ma protettore dei boschi e dei giardini in tempo di pace), conserva ancora oggi una sua sacralità che si trasmette a chi lo percorre senza frenesia. Nel piazzale sono presenti l'albergo-ristorante Julia e il Centro informativo del Parco, quest'ultimo era in origine una casa cantoniera utilizzata dai partigiani come deposito. A circa un km dal piazzale, verso monte è presente un campeggio. Alle spalle dell'albergo, immerso nel bosco, sorge un ostello. L'aspetto del paesaggio muta al trascorrere delle stagioni: dai colori del giallo e del rosso autunnali, al verde estivo, fino al bianco delle nevi che resistono fino alle soglie dell'estate sulla catena della Laga e nel sottobosco. La possibilità di praticare un trekking alla portata di tutti, sia sulle pendici erbose (una particolarità della Laga che presenta pascoli fino ad alta quota), sia nel sottobosco fin alle Cascate della Morricana, attrae qui schiere di appassionati che desiderano una montagna silenziosa e non frequentata dalla massa.

D'inverno è possibile praticare lo sci di fondo escursionistico e lo sci nordico, mentre d'estate le attività più praticate sono il trekking a piedi o in bicicletta. Qui è il regno del porcino e di altre specie di funghi. Fino a pochi anni fa da questi boschi traevano sostentamento numerosi boscaioli e carbonai. Oggi la flora e la fauna sono protetti con l'istituzione del Parco.



La scalata alla cascata di ghiaccio

Legenda



Il bosco d'inverno

	PERIMETRO PROVINCIA DI TERAMO		AGRITURISMO		GROTTE
	PERIMETRO PARCO NAZIONALE DEL GRAN SASSO E MONTI DELLA LAGA		HOTEL		STAZIONI BALNEARI
	AUTOSTRADE, USCITE		RISTORANTE		STAZIONI TERMALI
	STRADE STATALI		OSTELLI		AEROPORTI
	SUPERSTRADE, USCITE		MANEGGI		CASCATE
	STRADE PROVINCIALI - COMUNALI		RIFUGI		IPPOVIE
	MULATTIERE - STRADE NON ASFALTATE		CAMPEGGI		STAZIONI SCIISTICHE
	SENTIERI		CENTRO VISITE PARCO NAZIONALE DEL GRAN SASSO		SCI NORDICO
	PISTE CICLABILI		MUSEI, MONUMENTI		SCI ESCURSIONISTICO
	9. MB NEI BOSCHI DELLA "RESISTENZA" corridoio		EDIFICI RELIGIOSI		SCI ALPINISMO
	CITTA', PAESE		TORRI, CASTELLI E FORTEZZE		TRKKING A PIEDI
	MONTE		OSSERVATORI ASTRONOMICI		PALESTRA DI ROCCIA
	COLLINA		SORGENTE		PARAPENDIO
			FONTE		FREE RIDE (BICI DA DISCESA)

