





**RANDONNÉE DI ACCUMOLI 29 Giugno 2024**


**PARTENZA ACCUMOLI (RI) 07:30 - 08:00**

**TEMPO MASSIMO 13 ore 30 min**




**DISTANZA 207 km. DISLIVELLO 3.940 metri. (Discesa 3.950 m)**




















**Altitudine massima 1.530 m Altitudine minima: 450 m**

Km parz.	Km tot.	Direzione		
-	-	<b>PARTENZA Chiesa e Centro di Comunità "Santi Pietro e Lorenzo", Via Pasqualoni, 02011 Accumoli RI</b>		
1	0,14	DIRITTO	↑	Procedi in direzione sud est verso Via Pasqualoni
2	0,38	DIRITTO	↑	Continua su Via Pasqualoni
3	0,70	SX	↶	Svolta a sinistra e prendi Via Tito Vespasiano
4	2,30	SX	↶	Svolta a sinistra per rimanere su Via Tito Vespasiano
5	9,50	SX	↶	Svolta a sinistra e prendi Strada Statale 4/ <b>SS4</b> (indicazioni per Ascoli P.) fino ad arrivare a <b>Trisungo</b> circa 9km
6	14,38	SX	↶	Svolta a sinistra e prendi Via Bucciarelli/ <b>SP89</b> (indicazioni per Arquata/Pretare/Montegallo/Piedilama)
7	20,78	DX	↷	<b>a Borgo</b> Svolta a destra e prendi <b>SP89</b> alla nicchia della madonnina svolta a dx direzione Castelluccio continuare per circa 12,2 KM
8	20,78			<b>A sinistra della nicchia della madonnina fonte d'Acqua</b>
	20,78	DIRITTO	↑	continuare su SP89 per circa 12,2 KM in direzione Castelluccio
9	20,78			<b>A circa 25 km sulla sx fonte d'acqua S. Gemma</b>
10	26,71	SX	↶	Svolta a Sinistra e prendi <b>SP477</b> direzione <b>Forca di Presta, Castelluccio</b> seguire in questa direzione per circa 12km
11	26,71			la tua destinazione è sulla sinistra non andare in direzione Comunanza
12	26,71	DIRITTO	↑	Procedi in direzione nord verso <b>SP477</b> Forca di Presta - Monte Vettore
13	27,00			<b>Al Km 27, dopo circa 100m da Forca di Presta, Fonte d'acqua dalla DX</b>
14	33,10	DIRITTO	↑	Procedi in direzione sudovest su SP477
15	35,10	DX	↷	Svolta a destra per rimanere su SP477
-	35,10			<b>Castelluccio</b>
16	35,10	DIRITTO	↑	Continua su Via del Pian Perduto 100 m
17	36,40	DIRITTO	↑	Continua su Strada Provinciale 477/2
18	39,20	DIRITTO	↑	Continua su Strada Provinciale 136
-	39,20	DX		<b>al Km 39 sulla destra Acqua</b>
19	48,70	DIRITTO	↑	Continua su Str. Castelsantangelo Castelluccio
20	49,05	DX	↷	Svolta a destra e prendi Strada Provinciale 136/Via Vittazzi

	-	49,05	DX		<b>sulla destra Acqua vicino Norcineria Altonera</b>
21	<b>0,18</b>	49,23			Mantieni la destra per restare su Strada Provinciale 136/Via Vittazzi
22	<b>0,03</b>	49,26	DIRITTO	↑	Continua su Piazza del Ponte
23	<b>0,79</b>	50,05	SX	↶	Svolta a sinistra e prendi Via S. Angelo
24	<b>0,19</b>	50,24	SX	↶	Svolta a sinistra e prendi Via dei Cesarini
25	<b>0,64</b>	50,88	DIRITTO	↑	Continua su Via S. Angelo
26	<b>0,30</b>	51,18	DIRITTO	↑	Prosegui dritto su Via delle Mura Castellane
27	<b>0,55</b>	51,73	DIRITTO	↑	Continua su Via Santo Stefano
28	<b>0,16</b>	51,89	SX	↶	Svolta leggermente a sinistra verso Strada Provinciale 130
29	<b>0,26</b>	52,15	DX	↗	Svolta leggermente a destra e prendi Strada Provinciale 130
30	<b>2,50</b>	54,65	DIRITTO	↑	Continua su Str. Castelsantangelo Frontignano
31	<b>0,00</b>	54,65	SX	↶	Svolta a sinistra e prendi Frazione S. Placido
32	-	54,65			<b>San Placido 62039 MC</b>
33	<b>0,00</b>	54,65	DIRITTO	↑	Procedi in direzione est su Frazione S. Placido verso
34	-	54,65			Str. Castelsantangelo Frontignano
35	<b>1,70</b>	56,35	SX	↶	Svolta leggermente a sinistra e prendi
36	-	56,35			Str. Castelsantangelo Frontignano
		56,351	SX		<b>al Km 56 sulla sinistra Acqua nel sacroto "la madonella Frontigliano"</b>
		56,351	<b>CONTROLLO QR Frontignano</b>		
37	<b>5,60</b>	61,95	DIRITTO	↑	Continua su Strada Provinciale 130/Str. Ussita-Frontignano
38	<b>0,07</b>	62,02	DX	↗	Svolta a destra e prendi Frazione Calcara
39	<b>0,39</b>	62,41	DX	↗	Svolta leggermente a destra per rimanere su Frazione Calcara
40	-	62,41			<b>Calcara 62039 MC</b>
41	<b>0,11</b>	62,52	DIRITTO	↑	Procedi in direzione nordovest su Frazione Calcara verso Via Fiorenzuola
42	<b>1,80</b>	64,32	DX	↗	Svolta a destra e prendi Strada Provinciale 130/Str. Ussita-Frontignano
43	-	64,32			<b>Ussita 62039 MC</b>
	-	64,32	DX		<b>A DX del Bar M2 Fonte dell'Acqua</b>
44	<b>0,90</b>	65,22	DIRITTO	↑	Procedi in direzione ovest su Strada Provinciale 130 verso Via del Fiume

45	3,40	68,62	DIRITTO	↑	Continua su Str. Visso Ussita
46	0,05	68,68	DX	↗	Svolta leggermente a destra verso Largo Gregorio XIII
47	0,14	68,82	SX	↖	Svolta a sinistra e prendi Largo Gregorio XIII
48	0,12	68,94	DIRITTO	↑	Continua su Via Galliano
49	0,18	69,12	DIRITTO	↑	Continua su Via Fiume/Piazza Pietro Capuzi
50	0,00	69,12	DX	↗	Svolta a destra e prendi Str. Visso Ussita
51	-	69,12			<b>Visso 62039 MC</b>
52	0,20	69,32	SX	↑	Procedi in direzione nord su Str. Visso Ussita verso Via Cesare Battisti
53	10,90	80,22	DX	↖	Svolta a sinistra e prendi S.da Provinciale 209 (indicazioni per Terni)
54	-	80,22		↑	<b>Pontechiusita 62039 MC</b>
55	0,12	80,34	DIRITTO		Procedi in direzione sudovest su S.da Provinciale 209 verso Frazione Pontechiusita
56	4,40	84,74	SX	↖	Svolta a sinistra e prendi SP476 e resta sulla strada fino a Preci
57	-	84,74			<b>Preci 06047 PG</b>
58	6,50	91,24	DIRITTO	↑	Procedi in direzione sudest su Via Roma/SP476 verso Via Campo Boario
			SX		<b>al Km 91 a Sinistra Fonte dell'Acqua</b>
59	-	91,24	DIRITTO		Continua su SP476 per circa 6,5 km
60	-	91,24			<b>Campi 06046 PG</b>
61		91,24	<b>A campi, circa al Km 91: Ristoro / <u>CONTROLLO QR</u></b>		
63	10,90	102,14	DIRITTO	↑	Procedi in direzione sud su SP476 verso Via dei Casali non lasciare mai la strada fino a Norcia
			SX		<b>al Km 101 a Sinistra fonte Acqua, vicino la nicchia</b> <b>NB Fornirdi di abastanza Acqua per arrivare a Cittareale circa 44Km</b>
64	0,55	102,69	DX	↗	Svolta a destra e prendi Via Circonvallazione
					<b>Norcia 06046 PG</b>
65	0,12	102,81		↖	Svolta leggermente a sinistra verso Tre Valli Umbre/SS685
66	0,27	103,08		↑	Entra in Tre Valli Umbre/SS685
67	5,60	108,68		↑	Procedi in direzione ovest su Tre Valli Umbre/SS685
68	7,90	116,58		↖	Svolta a sinistra direzione Cascia
		116,58	<b>CONTROLLO QR al bivio per Casca km 116 girare a SX subito dopo il piccolo ponte sulla segnaletica di Gaia Rafting troverete il QR code</b>		

69	2,10	118,68	DIRITTO	↑	Continua su Viale Cavour
					<b>Cascia 06043 PG</b>
70	1,00	119,68	DIRITTO	↑	Procedi in direzione sud da Località Padule/SP474 verso Località Padule
71	-	119,68			Continua su SP474 senza entrare dentro Cascia
72	2,00	121,68		↶	Svolta leggermente a sinistra e prendi SP473
73	0,21	121,89		↶	Svolta a sinistra per rimanere su SP473
74	7,60	129,49		↷	Svolta a destra per rimanere su SP473
75	3,70	133,19		↷	Svolta a destra e prendi SP476 proseguire senza mai lasciare la strada per 5,9 km fino ad arrivare a Cittareale
			SX		<b>al Km 140 a Sinistra fonte Acqua nell'area pic-nic</b>
76	9,10	142,29		↑	Continua su Via Roma
77	2,10	144,39	DIRITTO	↑	Continua su Via Provinciale
78	-	144,39			<b>Cittareale 02010 RI</b>
		144,39	SX		<b>A DX del Gazebo fermata del pulman sulla curva nel paese di Cittareale Fonte d'Acqua</b>
		144,39	<b>CONTROLLO QR</b> nel Gazebo della fermata del pulman		
79	3,50	147,89	DIRITTO	↑	Procedi per circa 3,5km in Via Provinciale fino allo svincolo per Rieti
80	-	147,89		↶	Svolta a sinistra allo svincolo per Rieti prendi Strada Statale 4/SS4
81	9,30	157,19			Continua su Strada Statale 4/SS4 in direzione di Borbona per circa 9 Km
82	0,54	157,73	SX	↶	Svolta a sinistra e prendi Strada Regionale 471 direzione Borbona
83	0,24	157,97	SX	↶	Mantenere la sinistra per rimanere su <b>Strada Regionale 471 e continuare per circa 4 km</b>
					<b>Borbona 02010 RI</b>
84	4,00	161,97			<b>Entrata di Borbona sulla destra Fonte d'Acqua</b>
85	-	161,97	<b>CONTROLLO QR</b> _BORBONA al Bar "Da Carpentiere"		
86	1,30	163,27	DIRITTO	↑	<b>Borbona</b> mantenere la sinistra e continuare a procedere in direzione Aquila su <b>Strada Regionale 47</b> verso Via Loreto Tocchio
87	10,20	173,47	DX	↑	Al bivio per Aquila mantenersi sulla strada in Direzione Montereale
88	2,20	175,67	SX		dopo Casale Bottone prendere <b>sp 28 Verricenze</b> <b>Attenzione: non prendere per Montereale ma direzione San Vittoria</b>
89	1,00	176,67	SX	↶	All'entrata di San Vittoria proseguire a sinistra del monumento ai caduti

90	0,10	176,77	SX		Svolta a sinistra e prendi Via Aterno/SP19
91	-	176,77			<b>Fonte d'acqua a meno di 10m appena svoltato a sinistra</b>
92	0	176,77	DIRITTO		Procedi in direzione sud ovest su SP19 non lasciare mai la strada andare sempre dritto in direzione Scai.
93	2,20	178,97	Svolta SX		tenere la sinistra e andare sempre dritto su SP19 per circa 4 Km
94	4,56	183,53	Svolta SX		tenere la sinistra e andare sempre dritto sulla SP19 <b>Attenzione non prendere per Scai ma tenere la sinistra</b>
95	0,30	183,83	Svolta DX		tenete la destra e andate sempre dritto dritto sulla SP19
96	2,10	185,93	Svolta SX		tenete la sinistra e andate sempre dritto sulla SP19 fino al bivio di Torrita
97	0,30	186,23	SX		Svolta a sinistra <b>Attenzione non prendere la Salaria SS4</b>
98	0,07	186,30	SX		tenere la Sinistra e continuare verso Torrita 183
99	0,75	187,05	DX		Svolta a destra e prendete Strada provinciale Torrita Accumoli per circa 21 km
100	0,50	187,55	DIRITTO		Continua su Via de Lu Capu Vecchio
101	4,60	192,15			<b>ATTENZIONE:</b> all'entrata della frazione Collegentilese tenere la sinistra proseguire per circa 5 km (Fraz. Pasciano-Forcelle)
102	-	192,15			<b>A Forcelle a SX dell'abbeveratoio per gli animali Fonte d'acqua</b>
104					<b>CONTROLLO QR</b> Forcelle vicino Fonte d'acqua
103	2,02	194,17	DIRITTO		Procedi in direzione nord est fino a Torrita
105	1,70	195,87	Svolta SX		tenere la sinistra e continuare dritto per circa 1,8 km
106	1,80	197,67	Svolta SX		Al bivio di Collespada tenere la sinistra e andare sempre <b>Attenzione non prendere per Collespada - Cesaventre</b>
107	1,30	198,97	DX		al bivio di Terracino tenere la destra e continuare sempre dritto per circa 8,1 km Fino ad Accumoli
108	5,10	204,07	DIRITTO		Continua su Frazione Villanova
109	2,60	206,67	SX		Svolta a sinistra
110	0,20	206,87	SX		Arrivo Accumoli
<b>206,87 km The End</b>					