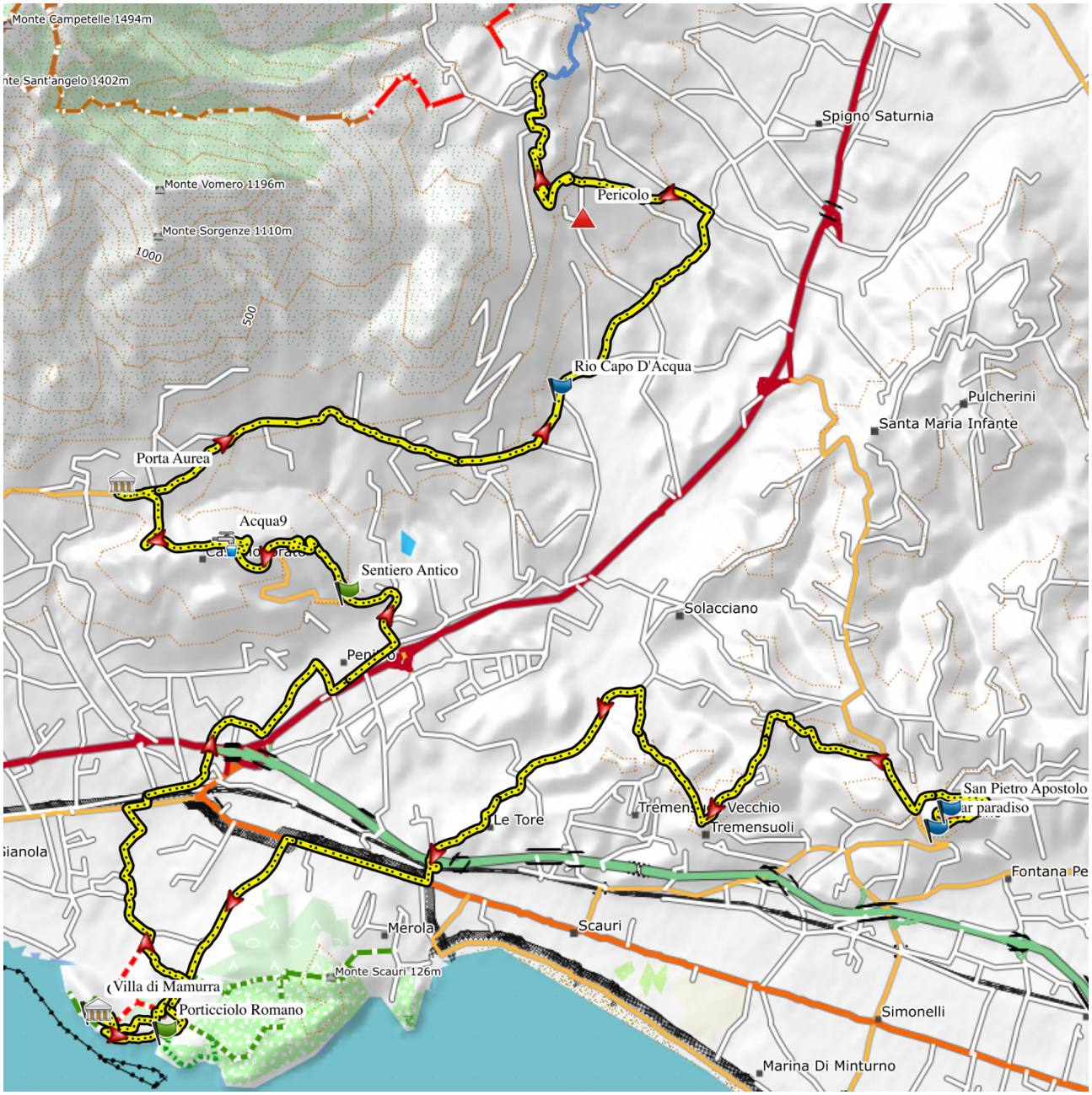
CAMMINO DEGLI AURUNCI IN MTB
(versione stampabile)

1° Tappa - Da Minturno a Spigno Vecchio

Lunghezza 28 Km
Dislivello +870 m. - 660 m.
Durata 3 ore
Difficoltà: Facile



DESCRIZIONE:
Il percorso ha inizio dalla piazza principale di Minturno, proprio sotto il Castello. Prima di lasciare il borgo vale la pena percorrere le uniche due strade principali, l'una parallela all'altra, che attraversano la parte più caratteristica del borgo.
Una piccola sosta merita la Chiesa di San Pietro Apostolo (foto) e la Chiesa dell'Annunziata.
Dalla piazza del Castello si prosegue in discesa in direzione Tremensuoli. Dopo pochi chilometri si raggiunge questo piccolo borgo, la più antica frazione di Minturno, su una collina che domina il litorale di Scauri, dove è possibile visitare la Chiesa Parrocchiale di San Nicandro Martire, risalente al XVI secolo.
Tremensuoli, secondo un'etimologia popolare, si chiamerebbe così perché tre signori francesi (tre "monsieur"), invitati dalla dolcezza e piacevolezza del luogo, costruirono sulla collina le prime abitazioni.
Proseguendo verso il mare il percorso attraversa il **Parco Regionale di Monte di Gianola** dove possiamo vedere i resti dell'antica Villa di Mamurra, le terme, la Grotta delle Janare, il Porticciolo Romano. (L'area della Villa di Mamurra dove è presente l'edificio Ottagonale, La Grotta delle Janare e la Cisterna delle 36 Colonne, è aperta nei week end dalle 10:00 alle 13:00).

Lasciato alla spalle il Parco, si prosegue in direzione del borgo di **Castellonorato** verso Penitro.
Il percorso inizia a salire e dopo un centinaio di metri, sulla destra, si imbocca una carrareccia, dove dopo poco si scorge l'antica strada di collegamento verso i monti. Dopo diversi tornanti e un tratto di strada asfaltata, si giunge al borgo che gode di una bellissima vista panoramica sul Golfo.

Castellonorato, frazione di Formia, si attraversa lungo l'unica stradina pedonale che porta alla Rocca.
Si prosegue in discesa in direzione di Trivio e poco dopo il cimitero una stradina secondaria sulla destra ci conduce alla **Porta Aurea**. Il Sig. Giovanni, proprietario dell'area dove insiste il sito archeologico, sarà ben lieto di accogliere chi vorrà vedere l'imponente muro megalitico e la sua porta, purtroppo lasciati all'abbandono.
Si ritorna indietro per un centinaio di metri verso Castellonorato per imboccare sulla sinistra la via Pella, una strada secondaria che continuando su via Marangoni e successivamente su via Capodacqua, conduce **sorgente di Capodacqua**, la più importante sorgente di Spigno Saturnia, nel cui territorio sono presenti grandi serbatoi naturali di acqua, grazie al carsismo della sua montagna, in grado di soddisfare il fabbisogno di gran parte dei comuni del sud pontino.
Dopo aver attraversato il ponte sul torrente Capodacqua si prosegue dritto su una strada sterrata che conduce dopo 1 chilometro ad un incrocio con la via Aracoleli. Si svolta a sinistra in salita e si prosegue dopo 300 metri a sx sulla via Pedemontana fino all'imbocco del sentiero della via delle Scale Sacre, (il sentiero è poco pedalabile, in alternativa si può proseguire dritto sulla strada asfaltata) un antico sentiero dove troveremo sulla sx un'antica cappella con all'interno ancora dei resti di affreschi sulle pareti. Il sentiero conduce a **Spigno Vecchio**, termine della prima tappa.

VARIANTI:
La prima tappa del percorso in mountain bike percorre strade e sentieri cittadini, prima di iniziare il percorso montano con la seconda tappa. La zona circostante offre tante attrattive archeologiche, difatti sono tanti i resti di domus romane sul territorio.
Sul lato costiero è presente l'antica città di **Minturnae** dove si possono visitare i resti dell'Appia Antica, il teatro romano e gli antichi insediamenti.
Anche la storia ha lasciato innumerevoli tracce poiché è proprio in questi luoghi che si è fermata l'avanzata tedesca lungo la **Linea Gustav** della seconda guerra mondiale.

Gli Aurunci orientali, nella zona di Coreno Ausonio, Castelforte e Suio, sono pieni di testimonianze delle tragedie della guerra. Le nostre guide saranno a disposizione per escursioni guidate a piedi o in mountain bike.

COSA VEDERE :

Il Borgo di Minturno

Il borgo medioevale di Minturno è la prima tappa del percorso. Esso nasce con l'antico nome di Traetto quando i Saraceni invadono l'antica città romana di Minturnae che si trovava presso la foce del Garigliano. Il borgo seppur modificato da più moderne costruzioni vanta diversi luoghi di interesse. Salendo verso il centro del paese si nota, presso un incrocio, la chiesa dell'Annunziata identificata da tre archi ogivali che la precedono. Essa custodisce affreschi gotico-rinascimentali e una Madonna col bambino di Francesco Curia. Una volta raggiunto il centro si costeggiano il palazzo comunale ospitato in un ex convento francescano di recente restaurato per riportarlo al suo antico splendore e il castello. Quest'ultimo fu costruito per difendere il patrimonio della chiesa tanto da essere considerato tra i più antichi d'Italia. La poderosa struttura del castello segue la conformazione del terreno ed ha pianta a trapezio. L'avancorpo con la terrazza prospiciente la piazza venne costruito nel 1865. L'ingresso si trova nell'angolo sud-est ed immette in un androne da cui si passa ad un cortile porticato; da qui una scala permette di raggiungere la sala dei Baroni , oggi restaurata e funzionante. Diversi altri ambienti, ipoteticamente alloggi della servitù , occupano il piano superiore dove si conserva anche una parte dell'antico camminamento di ronda

Parco di Monte di Gianola e la Villa di Mamurra

Una delle più preziose aree del golfo di Gaeta, tra i Comuni di Minturno e di Formia. Natura ed archeologia, sono l'elemento dominante del Parco. Tra il verde della caratteristica vegetazione della macchia mediterranea, abitato da una discreta fauna ed avifauna, si scorgono i resti della villa del Cavaliere Mamurra (I sec. a.C.), di un ninfeo a pianta ottagonale detto "Tempio di Giano", di un sistema ingegnoso di bacini idrici, di fontane e cisterne, di un sistema di scale che degradano verso il mare. Ultimo promontorio meridionale del Lazio, costituito da un rilievo collinare, con quote attorno ai 40 metri sul livello del mare, adiacente al più vasto rilievo del Monte di Scauri (123 metri). L'area del Parco, situata alla base dei contrafforti a mare dei Monti Aurunci, gode di un clima particolarmente mite, di tipo decisamente mediterraneo, che ne consente la frequentazione durante tutte le stagioni dell'anno

Porta Aurea

Porta Aurea o "Antiche Prete" (pietre antiche), un sito archeologico imponente formato da mura megalitiche e una "porta" che con i raggi del sole si illumina di un giallo dorato simile al colore dell'oro.

Il Castello di Spigno

La parte più alta di Spigno Saturnia è dominata dai ruderi del Castello Medioevale, una poderosa fortezza interamente costruita in pietra locale, con alta torre quadrata e torrioni laterali. La rocca sorge nella parte più alta dell'abitato di Spigno, su un pendio orientale scosceso del Monte Petrella, sui Monti Aurunci a controllo dei traffici della via Ercolanea.

Info utili :

In Treno: E' possibile raggiungere il borgo di Minturno comodamente in treno. La stazione di Minturno-Scauri si trova sulla linea Roma-Napoli e si fermano tutti i treni Regionali. In alternativa si può scendere alla stazione di Formia con treni Intercity e successivamente raggiungere Minturno con un treno regionale.
Dalla stazione di Minturno il borgo, dista meno di 3 km e si raggiunge in 40 minuti di cammino.
In alternativa ci sono i pullman proprio fuori la stazione oppure puoi richiedere il servizio navetta in convenzione riservato a te che hai la Credenziale del Cammino.
In macchina: Da Roma seguire la via Pontina fino a Gaeta e successivamente la via Flacca e la via Appia fino a Minturno. In alternativa si può seguire l'autostrada fino a Cassino e poi seguire la direzione Formia. Poco prima di arrivare a Formia seguire l'indicazione Minturno.
Da Napoli seguire la Domiziana fino alla superstrada per Formia e uscire a Minturno-Scauri.
Poco prima del borgo di Minturno c'e' un grande parcheggio con possibilità di lasciare l'auto in sosta per più giorni.

ACCOGLIENZA - Le strutture vicino alla Prima Tappa del Cammino

L'Albarosa Affittacamere

Ai piedi del parco naturale dei monti Aurunci, L'Albarosa è il luogo ideale per chi ama una vacanza tra mare e monti. Da qui partono sentieri per amanti di passeggiate montane. Se si cerca la tranquillità si è in un oasi di pace, aria pulita e contatto con la natura.

Indirizzo : via Piscinola – Spigno Saturnia

Contatti : Franca + 39 333.6376277

The Oaks B&B

La natura incontaminata, la quiete disturbata solo dallo stormire delle foglie agitate dalle brezze, i profumi dei fiori, rendono il soggiorno gradevole e rilassante.

Indirizzo : via Piscinola , 43 – Spigno Saturnia inferiore

Contatti : + 39 338.8747555

Mariella B&B

Un ambiente accogliente lungo la prima tappa del Cammino. Situato a Spigno Saturnia, il B&B Da Mariella offre un salone in comune, un giardino e un barbecue. Le lenzuola e gli asciugamani sono inclusi. La mattina una colazione all'italiana vi attende per affrontare la seconda tappa del cammino.
Il B&B Da Mariella mette a vostra disposizione una terrazza.
La struttura resta chiusa nei mesi di novembre e febbraio.

Mariella +39 333 658 4207

Globetrotter B&B

Il Globetrotter offre sistemazioni climatizzate con connessione WiFi gratuita e accesso a un giardino con piscina all'aperto. Il bagno privato in ogni stanza, come ospiti del bed & breakfast potrete gustare una colazione continentale o a buffet.

Indirizzo : via Rotabile – Formia

Contatti : Claudia + 39 349.6628167 Elio +39. 3492842482

La Fattoria degli Artisti

La Fattoria degli Artisti, è un agriturismo situato in una posizione dominante ed apre il passo ai sentieri del Parco degli Aurunci. Dalla terrazza dell'agriturismo si apre un panorama mozzafiato sul Golfo di Gaeta e sulle isole pontine.

Indirizzo : via Maragoni, 50 – Spigno saturnia

Contatti : Fernando +39 339. 5889021

Casale Rio Conca

Situato poco sotto la collina di Spigno Vecchio, meta della prima tappa.
E' un luogo accogliente, immerso nella natura, lontano dal traffico cittadino, ideale per chi vuole staccare la spina e trascorrere una vacanza tra mare e monti
Apertura da marzo a novembre.
Indirizzo : via Turrimai , 116 – Spigno Saturnia

Contatti : Davide +39 339.8268585 Daniela +49 157.30374176

Torre Caetana B&B
Torre Caetana è una location dal sapore storico e medievale.
Situata nel pieno centro del borgo di Minturno, luogo di partenza del cammino
Indirizzo : Corso Vittorio Emanuele , 69
Contatti : Antonio +39 339. 418643 - Debora +39 348.22952166