



## Le 3 esse del Gran Sasso

### E-bike

**E-BIKE**  natura  cultura

 **Da martedì 16 a sabato 20 giugno**

**2026**

 **Medio**

 **5 giorni / 4 notti**

Esteso su un'area che include tre Regioni, l'Abruzzo, il Lazio e le Marche, il Parco è una realtà molto complessa, divisa in due distinte regioni biogeografiche: quella "euro-siberiana" e quella "mediterranea". Dai relitti glaciali delle alte quote, alla vastità dei piani di Campo Imperatore posti ai piedi del Corno Grande, fino ai mandorleti, i vigneti e gli uliveti più a valle, gli scenari offerti dal Parco sono davvero infiniti. Pedaleremo per conoscere il Gran Sasso nei: **Sentieri, Storia e Sapori**. Inserito nei Borghi più Belli d'Italia, adagiato sopra un colle, vedremo il delizioso centro di Castel del Monte, risalente al XI sec. a.C., e i resti di Rocca Calascio, fortificazione normanna del XII secolo set di numerosi film tra cui Ladyhawke o Il nome della rosa e borghi in fase di ricostruzione, come Amatrice e l'Aquila.

**€ 790,00 /pers.**

in doppia (min. 25 persone)

#### Quota garantita

con prenotazione entro 15 marzo 2026

**Acconto**

**Assicurazione contro annullamento**

**Sistemazione in camera singola**  
disponibilità limitata, solo su richiesta

**Supplemento nr. inferiore partecipanti**  
min 18 persone

**240,00 €  
inclusa nella quota  
su richiesta**

**130,00 €/pers**

#### La quota comprende

bus privato a disposizione con carrello biciclette al seguito per trasporto bici personali e bagaglio; sistemazione in hotel 3 stelle, in camere con servizi privati; trattamento mezza pensione (colazioni e cene, menù fisso prestabilito, bevande escluse); guida autorizzata in ebike per l'intero itinerario; una degustazione di prodotto tipico locale; visita guidata a l'Aquila; assicurazione medico-bagaglio e annullamento (le coperture assicurative, franchigie e condizioni dettagliate sono riportate sul nostro sito)

#### La quota non comprende

pasti non indicati; bevande; ingressi; tassa di soggiorno (ove prevista); mance; extra personali e tutto quanto non specificato alla voce "la quota comprende".

Richiesta preparazione fisica e dimestichezza in ebike, anche su terreni sconnessi. Le distanze in chilometri indicate nel programma possono variare con una tolleranza massima del 10% positiva o negativa.

# itinerario giornaliero

## 1° giorno: - nostra zona – Navelli |bus| - Ofena – Castel del Monte

(ebike 32 km; disliv + 1030/- 420 mt)

Ritrovo dei partecipanti nelle località previste per carico ebike personali e viaggio in bus GT verso l'Abruzzo. Arriviamo nelle vicinanze di Navelli, un antico borgo, famoso per lo zafferano, i vicoli, il Palazzo Baronale Santucci (ex castello), scarico biciclette e iniziamo a pedalare. Attraverso strade secondarie con dolci saliscendi tra colline e borghi con viste sulla Piana di Navelli, giungiamo a Ofena, conosciuta per il suo borgo medievale ben conservato, e il microclima che favorisce la produzione di vino Montepulciano. Si prosegue per Villa Santa Lucia degli Abruzzi per giungere al borgo fortificato di Castel del Monte. Assegnazione camere, cena e pernottamento.

## 2° giorno: - Rocca di Calascio - percorso Nova Eroica Gran Sasso

(60 km; disliv +/-1100mt)

Prima colazione. Oggi pedaliamo su uno dei percorsi della Nova Eroica Gran Sasso. Questo giro ad anello ci permette di ammirare a pieno il fascino di questo antico maniero, uno tra i più alti castelli d'Italia, considerato uno dei simboli dell'Abruzzo, scoprindolo da più prospettive, attraverso vallate e altipiani. Un percorso fatto di saliscendi, che attraversa gli antichi borghi come Santo Stefano di Sessanio, arroccato su una collina a 1.251 metri sopra il livello del mare, certamente il più suggestivo borgo del Parco Nazionale del Gran Sasso e dei Monti della Laga. Costruito interamente in pietra calcarea bianca, fino a qualche anno fa era semiabbandonato, ma grazie al recupero architettonico di un imprenditore svedese si rivive l'atmosfera rinascimentale tra vicoli, archi, palazzi, botteghe artigiane. Proseguiamo verso i borghi di Castelvecchio Calvisio, Castel del Monte e Calascio, dove il tempo sembra essersi fermato per raccontarci luoghi e volti ricchi di storia, quelli delle genti d'Abruzzo dall'animo forte, gentile e genuinamente ospitale. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

## 3°giorno: - Pendici del Monte Bolza - Campo Imperatore, Canyon dello Scoppatura

(54 km; disliv + 1160/- 1130mt)

Prima colazione. Il percorso di oggi è un anello spettacolare nel cuore del Gran Sasso. Dallo serrato verso le pendici del Monte Bolza, proseguiremo verso la piana di Campo Imperatore, Una distesa prativa immensa e pacifica, con le mucche al pascolo e il Corno Grande che svetta in fondo a quello che viene definito il piccolo Tibet d'Italia. Raggiungiamo il rifugio Duca degli Abruzzi, a 2388 mt. per una meritata sosta, per poi ripercorrere a ritroso gli ultimi chilometri pedalati. Proseguiamo verso il Canyon dello Scoppatura, un'impressionante gola carsica famosa per il suo paesaggio lunare, pareti rocciose e l'uso come set cinematografico per western e film cult (come Lo chiamavano Trinità). Rientro in hotel, cena e pernottamento.

## 4° giorno: - Amatrice – Lago di Campotosto – Lago di

**Provvidenza - Campotosto**

(61 km; disliv +1290mt / - 900mt)

Prima colazione. Trasferimento in bus ad Amatrice e passeggiata in alcune parti della cittadina diventata un simbolo di rinascita dopo il devastante terremoto del 2016, grazie alla tenacia dei suoi abitanti e alla ripartenza dei lavori di ricostruzione, con la Torre Civica in piedi come simbolo iconico di resistenza. A pochi chilometri da Amatrice, attraversando il confine tra Lazio e Abruzzo, giungeremo al Lago di Campotosto. Situato a circa 1300 m s.l.m. nel cuore del Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga, questo bacino artificiale è uno dei più grandi d'Europa. Viene spesso definito il "Fioro del Parco" per come le cime innevate e i boschi si riflettono nelle sue acque limpidissime. È un luogo magico in ogni stagione. Pedaliamo lungo gran parte del suo perimetro su un percorso ciclabile prevalentemente pianeggiante ma ondulato, costeggiando le sponde con viste sul Corno Grande, attraversando borghi come Mascioni e le dighe. Una deviazione a metà lago ci porterà al bacino di Provvidenza, formato dalla diga sul fiume Vomano, con sponde circondate da faggi secolari e habitat di fauna come lupi, orsi e camosci. Arrivo al borgo di Campotosto, carico ebike e rientro in bus in hotel. Cena e pernottamento.

## 5°giorno: - L'Aquila - nostra zona

Prima colazione e rilascio camere. Con bus, ci spostiamo verso l'Aquila per una visita guidata: nel 2025, sede del Giubileo e nel 2026, la Capitale italiana della Cultura la città è un "cantiere" in evoluzione dopo il drammatico terremoto. Vedremo: la basilica di Collemaggio; la fontana Luminosa (simbolo della città); Piazza Regina Margherita, luogo strategico del centro, incrocio tra il cardo di corso Vittorio Emanuele e l'antico asse decumanico di via Garibaldi; la fontana delle 99 cannelle; Piazza Duomo con il castello anche noto come forte Spagnolo. Nel primo pomeriggio, rientro con bus alle località di partenza, con arrivo in serata.