



MOLISE

Popoli , Montagna e Transumanza

CAI Campobasso – CAI Isernia – CAI Ovada

14 – 21 giugno 2025



Organizzatori:

Clelia SCIUTTO

Giorgio BELLO

Lucia LEONCINI

Quest'anno la proposta di trekking ci vede alla scoperta di un territorio, il Molise, ricco di storia, di ospitalità e di bellezze ambientali. La regione offre al camminatore un affascinante connubio di natura incontaminata, varietà di paesaggi, graziosi borghi, sorprendenti siti archeologici, tradizioni artigianali uniche, testimonianze della cultura pastorale, qualità umane, sapori intensi e genuini. La regione degli antichi Sanniti, che resistettero per ben due volte all'espansione dei Latini, la regione con le testimonianze del primo nome dell'Italia, VITELIU' nell'antica lingua osca.





*PROGRAMMA
DELLA
SETTIMANA DI
TREKKING*

PRIMO GIORNO
sabato 14 giugno

- Partenza in pullman da Ovada in prima mattinata alla volta di Milano C.le FS da dove si utilizzerà' il treno FR direzione TERMOLI. Arrivati nella cittadina molisana nel primo pomeriggio , transfert in pullman dedicato verso Campobasso. Sistemazione in albergo, visita di Campobasso



Campobasso: capoluogo di provincia e della regione Molise

- La città', di probabile origine longobarda, si trova nella zona compresa tra i fiumi Biferno e Fortore. Il centro storico raccoglie numerose testimonianze delle diverse epoche della città, dalla duecentesca chiesa di San Leonardo, al quattrocentesco castello di Monforte, e alla neoclassica cattedrale della Santissima Trinita'. Nel 2018 Campobasso è stata insignita dal Ministero dei Beni Culturali del titolo di borgo di notevole interesse storico



*Secondo giorno:
domenica 15 giugno*

*MATESE: Terravecchia, Conventino, Cantoni ,
Saepinum*

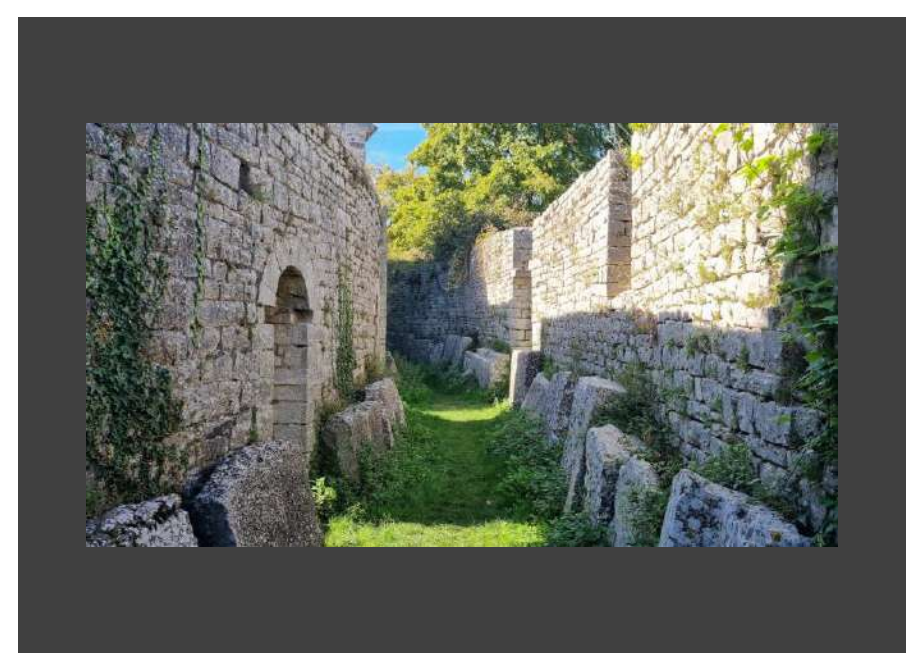
-
- E - escursionistica .Si svolge quasi sempre su sentieri oppure su tracce di passaggio in terreno vario (pascoli, detriti, pietraie) di solito con segnalazioni. Percorso in gran parte all'ombra.
 - Localita' di partenza e arrivo: Sepino , Masserie Parente Pezzente
 - Dislivello : positivo + 115 mt, negativo -400 mt
 - Lunghezza tratto : 6 km c.a
 - Durata escursione : h 5,00 (tempo soste escluso)
 - A fine escursione visita al parco archeologico di Sepino



Il Parco archeologico di Sepino:

*«un sorso di
antichità in un
bicchiere d'argento»
Cesare Brandi, Terre
d'Italia*

- Il parco archeologico di Sepino è un luogo fuori dal tempo, nel quale il passato convive a stretto contatto con il presente. Il viaggiatore che, attraverso una delle quattro porte di accesso, entra nell'antica cittadina di impianto romano è proiettato in un mondo in cui la linea del tempo diventa movimento circolare: i resti del primo insediamento sannita risalenti al IV sec. a.C. convivono con le testimonianze medievali, il bellissimo teatro romano supporta le case che i contadini costruirono nel XVIII sec., gli spazi espositivi che conservano i reperti archeologici mantengono gli elementi novecenteschi della quotidianità contadina
- www.parcosepino.it



*Terzo giorno:
lunedì 16 giugno*

MATESE

- Monte Miletto e la Gallinola*
 - Le Tre Finestre*
-



Monte Miletto e la Gallinola : escursione A

*EE – Escursionisti
Esperti*

- Localita' e quota di partenza e di arrivo:
- **Campitello Matese** – 1420 mt
- Dislivello complessivo: 1100 mt
- Quota massima raggiunta : 2050 mt
- Durata escursione: circa 7 ore
- Lunghezza tratto: 15 km





Le Tre Finestre: escursione B

E – Escursionisti

- Località e quota di partenza e di arrivo:
- **Campitello Matese** – 1420 m.
- Dislivello complessivo : circa 400 mt
- Quota massima raggiunta: 1736 mt
- Durata escursione : circa 6 ore
- Lunghezza tratto : 11 km

*Quarto giorno:
17 giugno*

*Tratturo Casaro: Duronìa ,
Torella,
Castropignano*



E - Escursionisti

Il percorso consente di percorrere, per un breve tratto, il "tratturo Castel di Sangro/Lucera". I tratturi sono le vie d'erba lungo le quali avveniva la transumanza, ovvero lo spostamento stagionale di greggi dai pascoli estivi dei monti dell'Abruzzo a quelli invernali del Tavoliere delle Puglie. Escursione di interesse storico naturalistico



- Localita' di partenza: Duronia 918 mt
- Localita' di arrivo : Castropignano 590 mt
- Dislivello complessivo: 210 mt in salita - 320 mt in discesa
- Lunghezza tratto : circa 12 km
- Durata escursione : circa 6 ore
- Possibilita' di spuntino presso azienda agrituristica
- Visita al Castello d'Evoli, di origine longobarda e importante presidio sul tratturo Castel di Sangro-Lucera. Visita al borgo di Castropignano

A landscape photograph showing a hillside with a town built on top. A vibrant rainbow arches across the sky above the town. The foreground is a field of tall, golden-brown grass. The sky is a deep blue, suggesting a clear day after a rain shower.

*Quinto giorno :
mercoledì' 18 giugno*

Isernia e Alto Molise

Da Campobasso a Capracotta per la visita al giardino della flora appenninica

- Il **giardino della flora appenninica di Capracotta** è un orto botanico naturale che si trova a 1550 m s.l.m. È tra i più alti d'Italia.
- Nel Giardino della Flora Appenninica sono conservate e tutelate le **specie vegetali della flora montana e altomontana** autoctona dell'Appennino centro-meridionale.
- È un **laboratorio all'aperto per l'educazione ambientale e il turismo naturalistico**
- Visita guidata



*Da Capracotta ad
Agnone per la visita
alla Pontificia
Fonderia Marinelli*



La Pontificia Fonderia di Campane Marinelli è la più antica fonderia specializzata nella costruzione di campane. Detiene anche il primato come Azienda Artigiana a conduzione familiare più antica al mondo. Attualmente vi opera la 27' generazione di fonditori della dinastia Marinelli

- Visita guidata al Museo e alla fonderia
- La visita dura circa un'ora e prevede la proiezione di un breve filmato che mostra le varie fasi di lavorazione di una campana: la progettazione artistica, la costruzione del modello, la fusione ed il collaudo. Si passa dunque a visitare il museo per conoscere la storia delle campane, infine si accede in fonderia per vedere i luoghi di produzione ed ascoltare i suoni delle campane. Tutto questo con la guida di un esperto tecnico e maestro campanaro che accoglie le curiosità dei visitatori da approfondire.



• 1000 anni di
Campane

• L'arte tramandata
nei secoli



*Nel primo pomeriggio
saremo ancora ad Agnone, al
Caseificio Di Nucci*

- Visita al caseificio e al Museo di Arte Casearia e della Transumanza
- degustazione




**CASEIFICIO
DI NUCCI**
Latteria dal 1662

• AGNONE • ALTO MOLISE •

A group of people are gathered around a table in a pizzeria, enjoying a meal. Several pizzas are visible on the table, including one with a large piece of meat and cheese. There are also glasses of beer and water, and a red can of Coca-Cola. The atmosphere is casual and social.

*Trasferimento ad Isernia, sistemazione in
albergo e poi visita guidata alla città'*

Cena in pizzeria con gli amici del Cai di Isernia

Sesto giorno: giovedì 19 giugno



- LE MAINARDE
- Un gruppo montuoso situato a cavallo del Lazio e del Molise, parte più meridionale dei Monti della Meta, a loro volta compresi nei Monti Marsicani



Escursione al Monte Marrone, 1805 mt

Capanna di Charles Moulin

-
- E - Escursionistica
 - Localita' di partenza e di arrivo: Castelnuovo a Volturno
 - Dislivello complessivo: 850 mt
 - Altitudine massima: 1800 mt
 - Lunghezza tratto: 11 km
 - Durata escursione: 6 ore

Cenni storici

- Nel 1944 sul Monte Marrone si svolse una celebre battaglia
- La Battaglia di Monte Marrone del 31 marzo 1944 è un episodio militare cruciale per la definizione del conflitto tra Alleati e tedeschi lungo la Linea Gustav. Grazie alla conquista della vetta del massiccio delle Mainarde gli alleati riuscirono agevolmente a spostarsi verso la città di Cassino la cui liberazione avrebbe aperto la strada verso la riconquista della capitale italiana.



ri mostra un moschetto automatico Beretta ad un sottufficiale della 5^a Armata.

La capanna di Charles Moulin

- A poca distanza dalla cima del Monte Marrone, ultima propaggine delle Mainarde, si trova la capanna di Charles Moulin: il pittore francese trovava qui l'ispirazione per dipingere i suoi quadri. Il panorama che si gode da quassù sulle alture del Molise è davvero magnifico.





Nel pomeriggio visita all'Abbazia di San Vincenzo al Volturno

- **Tra le immagini iconiche del Molise c'è quella dell'abbazia di San Vincenzo al Volturno ritratta dietro agli archi dell'acquedotto augusteo**

L'abbazia di San Vincenzo al Volturno è una storica abbazia benedettina posta nel territorio dei comuni di Castel san Vincenzo e di Rocchetta al Volturno, in provincia di Isernia , nell'alta valle del Volturno



- Il sito comprende gli scavi dell'abbazia longobarda del V secolo sulla riva sinistra del fiume e la nuova abbazia del XII secolo sulla riva destra che, profondamente ricostruita nei secoli, è tutt'oggi visitabile e ospita una comunità benedettina.
- Questo luogo particolare **ha una storia piuttosto antica e ancora oggi rappresenta la miglior testimonianza di monastero medievale in Europa.**
- Celebri gli affreschi della cripta di San Epifanio



Settimo giorno: venerdì 20 giugno

- Trekking nel territorio di Longano
- Il comune di Longano, situato su un colle sulla riva destra del torrente Lorda, è un antico borgo dal probabile origini medievali. Caratterizzato da un profilo alto-collinare e circondato da boschi di alto fusto, fa parte del **suggestivo panorama del massiccio del Matese.**

-



Anello di Longano

- E - Escursionisti
- Localita' di partenza : Longano
- Localita' di arrivo : Acquabuona
- Dislivello complessivo: 400mt
- Lunghezza tratto: 20 km
- Durata escursione : 7 ore

*Ottavo giorno :
sabato 21 giugno*

Si rientra.....

- Trasferimento da Isernia a Termoli
- Giornata libera nella bella cittadina molisana per il mare e la visita al centro storico
- Partenza nel tardo pomeriggio da stazione FS Termoli con FR per Milano C.le. FS
- Da Milano C.le FS rientro ad Ovada in nottata con pullman dedicato

Termoli

- La città si affaccia sul mare Adriatico
- La parte più antica della città, nella quale si formarono i primi insediamenti, è il promontorio dove oggi sorge il Borgo Antico, caratterizzato da viuzze con viste sul Mar Adriatico. La città si sviluppa verso la costa nord (Spiaggia di Sant'Antonio) e verso sud dove si trovano i vari stabilimenti balneari.
- Il suo centro storico conserva alcuni monumenti di interesse come il Castello Svevo e la Cattedrale







*E tu ci sei mai stato in
Molise?*



Cai Ovada
Club Alpino Italiano

*Grazie per
l'attenzione*

- Giorgio
- Clelia
- Lucia