

VILVALLELONGA BIKE DAY L'AQUILA

GIRO ALL' AQUILA del 9 giugno 2024 – km 40 CIRCA 800 mt dislivello +

Partenza Ristorante **Leda e Santino** (Sant'Eusanio Forconese) <https://maps.app.goo.gl/LNbfCK8ew1gc9ihM7>

Stiffe (PUNTO PER RIFORNIMENTO ACQUA)

Campana (Ponte Romano)

Il Ponte di Campana fu il primo di 12 ponti sull'Aterno, voluti dall'imperatore Claudio nel 47 d. C. Unica via d'accesso al paese, l'Antica Via Poplica Campana alla sommità del borgo si trasforma in una mulattiera, che si inerpicca sulla montagna con un dislivello di 600 metri fino alla Piana delle Rocche e poi ad Alba Fucens

[Campana di Fagnano Alto - Territori in movimento \(ipiccoliborghi.it\)](#)

Ripa di Fagnano

Le sue case sono costruite con malta e pietra rispettano ancora l'impianto originale con le stalle al piano terra e le abitazioni al primo piano. Si contano due siti religiosi: la chiesa di **S. Antonio Abate**, che ha subito un crollo parziale nel terremoto dell'Aquila del 1703, con all'interno affreschi del 1533, 1559 e 1562; la **chiesa di S. Rocco**, scavata nella roccia in cima alla frazione, con all'interno Madonna in terracotta con Bambino del XV secolo. Il patrono è S. Rocco e si festeggia il 16 agosto.

Bominaco (Castello di Bominaco e Santa Maria dell'Assunta)

Il **castello** è del XIII secolo, la torre di avvistamento del XV secolo.[4]Fu ricavata da una torre preesistente normanna, che fungeva da maschio di controllo al recinto fortificato, di cui si conservano tracce di mura, che dividevano i vani e le stanze dei soldati e della servitù, e l'arsenale. Il castello recinto, alla stessa maniera dei vicini castelli di San Benedetto in Perillis, Collepietro, Barisciano e Rocca Calascio, serviva da riparo alla popolazione durante gli assedi. Dopo l'attacco di Braccio da Montone del 1423 divenne inservibile, ma la torre continuò ad essere usata

oratorio di San Pellegrino con affreschi duecenteschi e la Cappella Sistina d'Abruzzo

Santa Maria dell'Assunta

La chiesa abbaziale di Santa Maria Assunta è un esempio di architettura romanica abruzzese del XII secolo

Tussio

[Chiesa di San Martino](#), l'oratorio di San Giuseppe

Castel Camponeschi (Castello Camponeschi)

Il borgo fu edificato a partire dal XIII secolo, subendo poi rimaneggiamenti nel XV secolo, e rappresentava l'originale castrum di Prata. Fu nominato per la prima volta nel 1508 come "Castrum S. Petri Camponeschi". La tradizione vuole che il borgo fosse stato costruito all'epoca dell'edificazione della chiesa di San Paolo di Peltuinum, e che poi il feudo fosse passato nelle mani della nobile famiglia aquilana Camponeschi.

Prata d' Ansidonia

Peltuinum (sito archeologico compreso teatro)

[La città e il territorio \(peltuinum.org\)](http://peltuinum.org)

Fonte Acquatina

Il Parco umido dell'**Acquatina**, sito a nord della Villa denominata "**San Giovanni**" è uno dei luoghi più importante per nostra comunità poiché vi è la presenza della sorgente con la quale si alimenta la rete idrica di **San Demetrio** Nei Vestini, il Lago Sinizzo ed in modo residuale il sistema di irrigazione agricola.

Lago Sinizzo

Il lago Sinizzo è un piccolo e grazioso lago, ubicato poco fuori l'abitato del paese. Assieme ai Laghi di Bagno e al lago Vetoio, rappresentano i maggiori specchi d'acqua della Valle dell'Aterno. Meta frequente di villeggianti e turisti nei week-end grazie all'ambiente ameno circondato da rive erbose, boschi e salici e attrezzato al bivacco, il lago, di origine carsica e forma circolare, con diametro di circa 120 m e profondità massima di 10 m, alimentato da due sorgenti di acqua potabile (una di queste dà il nome al lago), ha subito gli effetti del rovinoso terremoto del 2009 riportando danni alle sponde con formazione di vistose crepe al punto da far temere per la sua sparizione, poi rientrata grazie a lavori di consolidamento terminati con successo.

San Demetrio

San Demetrio ne' Vestini è un comune italiano di 1 900 abitanti. Nel territorio dell'attuale comune di San Demetrio risiedeva il popolo italico dei Vestini, più precisamente i Vestini cismontani, che occupavano la valle del fiume Aterno

Ristorante Leda e Santino [Home - Leda e Santino \(ristoranteledaesantino.it\)](http://ristoranteledaesantino.it)

La storia di questo ristorante è una storia di amore per la cucina, di dedizione alla tradizione e di passione per l'eccellenza. È una storia che continua a essere scritta giorno dopo giorno, portando avanti un patrimonio culinario che ha radici profonde nella storia e nella cultura di Villa Sant'Angelo.

PER COLORO CHE NON FARANNO IL GIRO DA VISITARE **GROTTE DI STIFFE** a dieci minuti di macchina dal ristorante **PRENOTARSI IN TEMPO**

[Grotte di Stiffe – Visit San Demetrio](#)

Dal 1 Aprile – 15 Ottobre: Dalle ore 10.00 alle ore 18.00 (chiusura biglietteria ore 17.45 con ultimo ingresso alle ore 18.00)

