

PRETORO. CON I BOCCONOTTI BUCCI SI PEDALA MEGLIO!

Alla seconda edizione di Maiella in sella, sarà presente anche la Bottega del Bocconotto

di Castel Frentano. Un modo speciale per coniugare le tradizioni gastronomiche



Bocconotti

con la natura e la voglia di pedalare assieme.

Pronti a pedalare tra tornanti, distese di vigneti e panorami mozzafiato alla scoperta delle bellezze abruzzesi? Tutto si può fare, basta segnarsi la data di **domenica 29 luglio** e iscriversi a **Maiella in Sella, il cicloraduno turistico che parte da Pretoro, in provincia di Chieti.**

Un appuntamento in cui non è indispensabile arrivare per primi al traguardo, ma godere della natura che accompagnerà tutti i partecipanti durante la scalata. **Due i percorsi indicati: uno più breve di 65 km** che costeggia la parte ovest della montagna, e **uno di 150 km** che percorre la Maiella, decisamente più impegnativo e adatto a chi ha un buon allenamento!

Fatica e tanta salita da “combattere” con la sola forza delle gambe... ecco allora venire in aiuto una **carica di energia tutta genuina e golosa: i Bocconotti.** Al mattino, per una colazione speciale, la **Bottega del Bocconotto della famiglia Bucci**, servirà i dolci tipici abruzzesi, così da garantire un supporto valido senza appesantire la lunga pedalata.

*“Partecipiamo con grande entusiasmo alle rassegne che si svolgono nel nostro territorio, soprattutto quelle di carattere sportivo. In questo caso il piacere di stare in compagnia e la possibilità di vedere i paesaggi abruzzesi, si legano alla soddisfazione di fare una colazione in comune mangiando il dolce simbolo della regione. - **Dichiara Pierino Bucci** - Per tutti coloro che lo vorranno, sarà possibile acquistare i nostri Bocconotti in uno spazio adibito appositamente a Pretoro in occasione del cicloraduno”.*

A Bucci fa eco **Claudio Coccia, ideatore e organizzatore del cicloraduno Maiella in sella:** *“è sempre bello vedere la collaborazione che si crea tra le attività e i paesi; noi dell’organizzazione usiamo la bicicletta come mezzo comunicativo per divulgare il nostro territorio e le sue specialità. Da tempo conosco la qualità della Bottega e dei loro prodotti, sono contento che abbiano accettato di dare un prezioso contributo, così da concretizzare un vero e proprio connubio tra sport, ambiente e*

ricchezza gastronomica”.

Per informazioni, per iscrizioni e per leggere il regolamento consultare il sito www.maiellainsella.it

La Storia dei Bocconotti - La tradizione colloca l'origine del Bocconotto di Castel Frentano verso la fine del 1700, nel periodo di maggior diffusione del cioccolato in Europa, l'ingrediente principale della farcitura. Un dolce ideato, sempre in base a ciò che si tramanda, dalla creatività di una cuoca che inventò per il suo nobile padrone, famoso per essere assai goloso, un dolcetto da mangiare in “un sol boccone”. Oggi il Bocconotto è uno dei simboli della gastronomia abruzzese: uno scrigno di frolla delicata che racchiude un ripieno di cioccolata, mandorle tritate e un pizzico di cannella. La famiglia Bucci possiede e conserva le dosi corrette di una delle prime ricette tramandate. Al giusto equilibrio tra gli ingredienti, unisce passione per le tradizioni dell'Abruzzo e di Castel Frentano.

La storia della famiglia Bucci - Come tutte le storie di successo, anche quella della famiglia Bucci inizia quasi per caso. Sin dagli anni '60 la famiglia Bucci era impegnata in un'attività artigianale florida e produttiva, con un vasto giro di clienti non solo nella provincia di Chieti e nella regione, ma in tutta Italia. La loro sede principale era a Castel Frentano - dove oggi sorge la Bottega - e, appena iniziata l'estate Pierino e Claudia Bucci, gli attuali proprietari, erano soliti trascorrere del tempo nel punto vendita del nonno. Così, seduti sugli scalini d'ingresso del negozio, si resero conto che molte persone si fermavano per chiedere loro informazioni con un'unica domanda: “Dove possiamo comprare dei Bocconotti, i dolci tipici di Castel Frentano e dell'Abruzzo?”.

Quella del Bocconotto è una lunga tradizione, legata sul territorio anche alle ricorrenze importanti come matrimoni, battesimi, cresime e comunioni... in pratica non si può parlare di festa senza avere sulle tavole il delizioso dolcetto dal cuore di cioccolato e mandorle. Così, dopo aver dato indicazioni su dove acquistare i Bocconotti a tante persone, nella mente scattò un'idea quanto mai felice: mettere al lavoro la stessa famiglia Bucci con l'apertura di un laboratorio e di un negozio per la vendita del dolce abruzzese!

Sicuri della loro intuizione decisero in poco tempo di dare il via all'attività, forti anche di un altro elemento: erano custodi di una delle più antiche ricette mai tramandate del Bocconotto, merito della nonna Sabbiuccia, da tutti conosciuta per la sua fama di abile pasticciera. Era lei che preparava i Bocconotti per tutto Castel Frentano e per ogni festa: perché non fare assaggiare una tale delizia anche a chi arrivava dai paesi vicini? Era il 2008... e da lì, dopo un periodo di assestamento, il successo è arrivato, grazie a un pubblico sempre più folto di clienti che hanno saputo riconoscere nella Bottega del Bocconotto una garanzia di qualità allacciata alla tradizione di Castel Frentano.

Oggi la Bottega del Bocconotto è un fiore all'occhiello di tutto l'Abruzzo, un'attività a conduzione familiare e supportata da validi dipendenti, operativi in tutte le fasi della lavorazione, dalla preparazione dei singoli ingredienti sino al confezionamento e alla vendita. Saldi nell'obiettivo di fare sempre prodotti di livello nel rispetto della storia abruzzese, la famiglia Bucci si impegna quotidianamente per esprimere il meglio attraverso il Bocconotto, il dolce più rappresentativo della regione.

Giulianova. Accordo sportivo tra Asd Piccoli giallorossi e “Giuliesi

per sempre - Giulianova calcio 1924'' per la valorizzazione dei baby calciatori

La scuola calcio a.s.d. Piccoli giallorossi, società non a scopo di lucro operante da anni a Giulianova, porta a conoscenza che ha favorevolmente accolto la proposta di "filiera sportiva" proposta dall'associazione "Giuliesi per sempre - Giulianova calcio 1924" .



Campo Castrum Orsini

La proposta ricevuta nella persona dell'Avv.Rizzardo Costantini e di Nicola Tribuiani prevede una continuità di crescita dei piccoli calciatori dalla scuola calcio al settore giovanile fino alla prima squadra secondo un percorso ben distinto.

Pertanto ,ad oggi, il percorso dei giovani atleti dell'a.s.d. Piccoli giallorossi terminerà con la categoria degli esordienti cioè al compimento del dodicesimo anno di età, rinunciando a partecipare al campionato provinciale cat. Giovanissimi.

La scuola calcio si impegnerà come ha sempre fatto nella promozione dell'insegnamento del calcio, della socializzazione e dell'educazione dei bambini.

La decisione è stata presa all'unanimità dei soci con la volontà di appoggiare pienamente l'iniziativa dell'associazione'' Giuliesi per sempre -Giulianova 1924'' per il rilancio del calcio giuliese.

Pineto. Federico D'Annunzio, correrà domenica al Misano World Circuit Marco Simoncelli.

Luglio 2018- Dopo la gara entusiasmante disputata e vinta a giugno ad Imola all'Autodromo Enzo e Dino Ferrari di Imola il pilota di Collecervino (PE) **Federico D'Annunzio**, correrà domenica al **Misano World Circuit Marco Simoncelli**.



Il pilota, Federico D'Annunzio

In sella alla sua BMW s1000rr affidatagli dal FDA Racing Team (Progetto MT2 Corse) e fornita dal concessionario Bmw Autoabruzzo, con cui corre con il numero 141, il pilota pescarese primo in classifica generale disputerà il quarto round del CIV National Trophy 1000.

Il tracciato del **World Circuit Marco Simoncelli di Misano** è lungo 4.180 m, si percorre in senso orario e ha 8 curve destra e 5 a sinistra.

Gli appuntamenti del week-end saranno così distribuiti: venerdì 27 luglio alle ore 09.30 prove libere 1° turno, ore 14.50 prove libere 2° turno, sabato 28 luglio alle ore 11.55 prove di qualifica 1° turno e alle ore 18.15 prove di qualifica 2° turno mentre domenica 29 luglio alle ore 11.50 la gara.

Sarà possibile seguire in diretta la gara Domenica alle ore 11.50 in streaming sulla piattaforma www.elevensports.it mentre la replica sarà trasmessa sul canale AutoMotoTV, 228 di Sky.

Le successive tappe del CIV National Trophy 1000 si disputeranno il 23 settembre all'Autodromo Internazionale del Mugello, il 6 ottobre all'Autodromo Vallelunga Piero Taruffi ed infine il 7 ottobre all'Autodromo Vallelunga Piero Taruffi.

Corropoli. Impresa riuscita per i 5 ciclisti che hanno percorso il Cammino di San Benedetto.

Sono arrivati, nel tardo pomeriggio a Corropoli, a bordo del camper guidato dal motivatore, **Fabrizio Di Mizio (Martinsicuro)**, i cinque ciclisti che sabato 21 luglio hanno intrapreso il cammino di San Benedetto, da Norcia all'Abbazia di Montecassino: **Walter Tarquini, Marco Piotti, Pasqualino Grillo e Alessandro**

Baiocchi (tutti di Corropoli) e Alessandro D'Ambrosio (di Martinsicuro). Oggi erano partiti alle 04,35 da Arpino, nonostante il freddo pungente, i cinque sono arrivati a Roccasecca, dove hanno fatto una buona colazione per incamerare energie per arrivare alla meta. Dopo un paio d'ore, il gruppo, sono giunti a Cassino; poi tutta salita e tornanti sotto un sole cocente. Alle 9,38 esatte il loro "Garmin" annunciava la famosa frase che aspettavano da cinque giorni "obbiettivo raggiunto!!". Una volta entrati nell'Abbazia di Montecassino il gruppo e l'accompagnatore sono stati presi da una visione mistica di chi era cosciente di aver realizzato una piccola impresa sulle orme del grande Santo. Successivamente hanno assistito alla Santa Messa, visitato l'Abbazia e ritirato il certificato-diploma per aver ricalcato le orme del cammino di San Benedetto. Dopo pranzo, ricaricate le cinque bici, i ciclisti hanno ripreso la via di casa...ma in camper. Anche la nostra redazione si ferma qui, come loro del resto, sicuri di avervi fatto emozionare o pensare che in fondo tutti possono realizzare un obiettivo, l'importante è credere nelle proprie forze. Salutiamo i 6 (compreso l'autista del camper-salvezza) e i lettori con una frase di San Benedetto: "Se, però, vogliamo trovare dimora sotto la sua tenda, ossia nel suo regno, ricordiamoci che è impossibile arrivarci senza correre verso la meta, operando il bene."

Qui sotto i link delle altre tappe:

[Anteprima](#)

[Prima Tappa](#)

[Seconda Tappa](#)

[Terza Tappa](#)

[Quarta Tappa](#)

Ricordiamo che le maglie tecniche ufficiali sono state offerte dalla New Fashion Sport di Sant'Egidio alla Vibrata (TE), con scritto cammino di San Benedetto; mentre le divise di rappresentanza sono state sponsorizzate da Store Brian's Bike Shop di Ascoli Piceno e la nostra testata giornalistica online, www.giulianovanews.it, rigorosamente incollata al pc con il direttore Walter De Berardinis, ha raccontato l'impresa giorno per giorno, con i momenti più salienti della loro avventura sportivo-spirituale tramite immagini e brevi post. Non possiamo che augurare migliori fortune alla cinquina ciclistica composta da corropolesi e martinsicuresi nello spirito di San Benedetto da Norcia.

Qui tutte le foto dei 5 giorni

[Album dei ricordi](#)

La redazione de www.giulianovanews.it



Alba da Arpino



Alba



Colazione a Roccasecca



Montecassino



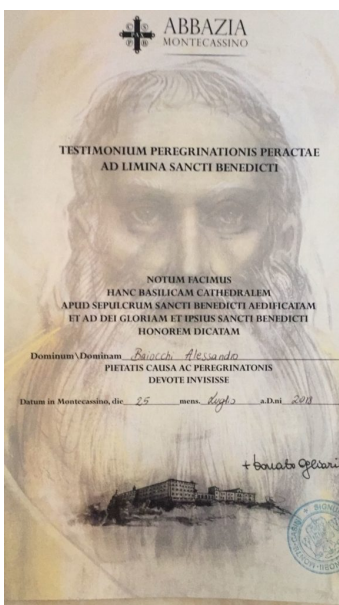
Abbazia di Montecassino



Prima di partire per Corropoli da Montecassino



Credenziali



Attestato del cammino di San Benedetto



Timbri e credenziali lungo il percorso Norcia-Montecassino



Abbazia di Montecassino

| Dislivello | Quantità Galoni | Media | Tempo Giroscalo Compreso di pause |
|--------------|-----------------|-------------|--------------------------------------|
| 1° 1375 | 58 | 11,2 | 6h 22m. |
| 2° 1241 | 82 | 14,7 | 9h 50m |
| 3° 1129 | 86,5 | 13,1 | 10h 44m |
| 4° 2009 | 94 | 13,00 | 10h 10m |
| 5° 918 | 48 | 13,2 | 5h 51m |
| <u>6.998</u> | <u>368,5</u> | <u>13,2</u> | <u>42,35</u> |

Media generale dei 5 giorni



Simboli e segnali lungo il tragitto



Simboli e segnali lungo il tragitto



Simboli e segnali lungo il tragitto



Simboli e segnali lungo il tragitto



Simboli e segnali lungo il tragitto



Arrivo nel tardo pomeriggio a Corropoli

Corropoli. Quarta e penultima tappa del cammino di San Benedetto. Primi problemi.

Corropoli. Al quarto giorno di cammino, il gruppo, nonostante il morale alto, hanno accusato un lieve calo fisico con una defezione del "vecio" del gruppo: la mattinata passata sul camper fino all'ora di pranzo per evidenti segni del "tempo". Partiti all'alba dal convento di Santa Scolastica a Subiaco il gruppo è arrivato indenne fino a Vico (Lazio) per una pausa caffè e inserimento del "vecio". Nonostante la fatica di ieri, visto le dure salite e sentieri impervi, il gruppo è giunto oltre alle aspettative ad Arpino, paese che domina la vallata del Liri. Oggi hanno percorso 94 km di strada, con arrivo serale stanchissimi, ma pronti a ripartire dopo un breve sonno rigenerante. Tra poche ore, le 04,30 del mattino, il gruppo riparte alla volta dell'Abbazia di Montecassino. Con dei fari speciali, già montati in serata, le luci di domani mattina li permetterà di arrivare in tempo per la Santa Messa e trasformare la credenziale in certificato dell'avventura cammino. In attesa della 5° ed ultima tappa, gli auguriamo di rigenerarsi.



l'Accampamento serale



scorci naturalistici sulle sponde del Fiume Aniene



Borgo Medievale Vico nel Lazio



foto con la Certosa di Trisulti



Le salite sulle gole



Percorsi fantastici



La partenza della mattina



Diritto di precedenza



Sentiero Altopiano Arcinazzo



La sveglia



Le cascate al centro del paese di Isola Liri

Corropoli. Cammino di San Benedetto: terza tappa da Rieti a Subiaco...sotto la pioggia

Sono appena arrivati a Subiaco completamente distrutti sotto ogni profilo: mentale e fisico, per via della pioggia di questa mattina e il freddo del pomeriggio. Il Cammino di San Benedetto, in modo particolare oggi, hanno messo alla prova la squadra dei cinque ciclisti: **Alessandro Baiocchi, Walter Tarquini, Marco Piotti, Alessandro D'Ambrosio e Pasqualino Grillo**, compreso il "comodo" accompagnatore e motivatore in camper, **Fabrizio Di Mizio**. Questa mattina la partenza è stata ritardata per la forte pioggia da Castel di Tora a Montorio in Valle, un piccolissimo borgo medioevale dove hanno ricevuto una ospitalità davvero eccezionale, compreso un buon caffè. Dopo la breve sosta sono ripartiti per Orvinio, paesino con una Rocca bellissima, da scenario cinematografico; alla ripartenza hanno dovuto affrontare delle discese mozzafiato per arrivare a Vicovaro -Mandela, con la visita della grotta dove soggiornò San Benedetto. Nella pausa pranzo a Vicovaro, non poteva mancare, tra i cinque sportivi, l'assaggio della famosa porchetta di Ariccia. Dopo la pausa pranzo, di nuovo in sella in direzione di Subiaco, dove la voglia matta di arrivare al più presto al Monastero del Sacro Speco ha ripagato la fatica dell'ultima salita della giornata sportiva-spirituale. Successivamente, scesi verso il paese di Subiaco, i cinque ciclisti della "domenica", hanno deciso di fermarsi presso abbazia di Santa Scolastica, dove attualmente stanno dormendo sognando il letto di casa propria. Noi di giulianovanews.it vogliamo chiudere la cronaca della terza tappa con una frase del caro Padre Pio: "Dove c'è più sacrificio, c'è più generosità."

la redazione de giulianovanews.it

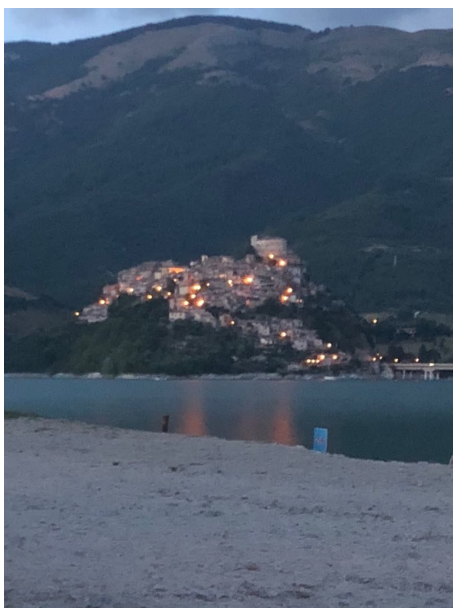
[Anteprima](#)

[Prima Tappa](#)

[Seconda Tappa](#)



Convento di Santa Scolastica



Alba a Castel di Tora



Riposo a Pozzaglia Sabina



Orvino



Santuario Sacro Speco Subiaco



Sacro Speco



Subiaco

Corropoli. Seconda tappa del gruppo ciclistici della “domenica” sulla via di San Benedetto

Leonessa. Dopo i festeggiamenti di ieri sera con gli Alpini, oggi la tappa lunga di 84 km, apparentemente tranquilla, dopo una breve salita da Leonessa, la strada si è fatta comoda fino al santuario del Sacro Speco di Poggio Bustone. Al Santuario c'è stato un momento spirituale con il Priore francescano Fra Renzo che ha impartito una benedizione speciale per i nostri cinque ciclo-amatori per il proseguo del

Cammino di San Benedetto. Alla ripartenza, il percorso, si è fatto discretamente impegnativo con sentieri “singol trak” e saliscendi tra i monti Reatini. Arrivati a Rieti, per il pranzo, sono ripartiti verso il lago del Turano, ma il caldo e la salita per Rocca Sinibalda, uno sterrato di 2 km con pendenze terribili tra 18 e 23%, e con una temperatura vicina ai 40 gradi, hanno reso tutto più difficile la tappa. Sulle rive del lago, i cinque si sono ritemprati con un buon caffè, ma per non perdere il tempo, sono ripartiti fino alla diga del lago del Turano ancora con ripide salite e pericolose discese fino a Castel di Tora, con bagno finale e rigenerante. Poi cena con una ottima carbonara preparata dall’accompagnatore Fabrizio, l’uomo ombra o sesto uomo, che segue con il camper i cinque “missionari”. Mentre scriviamo, i 6 baldi uomini, folgorati sulla via del cammino di San Benedetto, stanchi ma felici, stanno dormendo per ricomporre le forze per affrontare domani mattina la terza tappa. La più dura.

la redazione de giulianovanews.it

[Anteprima](#)

[Seconda Tappa](#)



Meritato bagno di gruppo



Le credenziali per ogni tappa



Partenza di questa mattina da Leonessa, 12 gradi



un momento dell'arrivo



percorso alternativo



Diga del Turno, in primo piano il prof. Alessandro Baiocchi



Poggio Bustone



Rocca Sinibalda





Santuario del Sacro Speco con Frate Renzo

Corropoli. Partiti i cinque ciclo-amatori sulla via del cammino di San Benedetto.

Norcia. Puntuali come non mai, i cinque ciclisti, sono partiti per raggiungere l'Abbazia di Montecassino in bici. La preoccupazione di questi intrepidi ciclisti della "domenica" erano le salite, lunghe e ripide, ma alla fine la giornata è passata indenne per tutti. Pedalare sulle vie dove è passato San Benedetto ha reso l'impresa meno dolorosa di quello che ci si aspettava fin dalle prime ore di viaggio: Norcia, Santa Rita da Cascia, Rocca Porena (dove nacque la Santa), ed altri paesaggi fantastici. Breve visita nei pressi dell'Agriturismo di Colle del Capitano, proprio qui fu ritrovata la Biga del VI secolo a.C.. Arrivo finale a Leonessa, stremati, ma con il sorriso degli Alpini che erano in raduno proprio per il Quarto Raggruppamento dell'Associazione Nazionale Alpini. Domani si riparte da qui! Noi di giulianovanews.it rimaniamo incollati al nostro PC.

la redazione

[ANTEPRIMA](#)



Una delle tante salite per il cammino



Norcia



Benedizione per la partenza a Norcia con Don Marco



Monteleone di Spoleto, in primo piano uno dei cinque: il prof. Alessandro Baiocchi di Corropoli

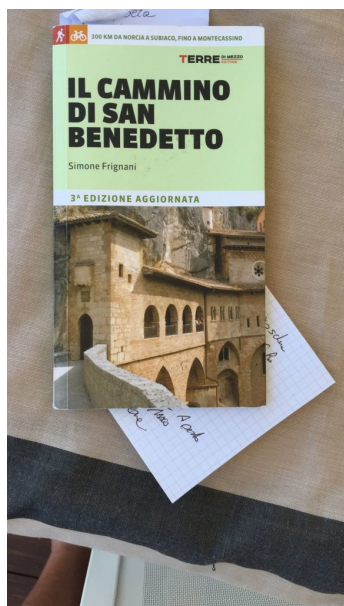


Leonessa

Corropoli. L'Inizio di un'avventura di 5 Amici sulla via del Cammino di San Benedetto da Norcia

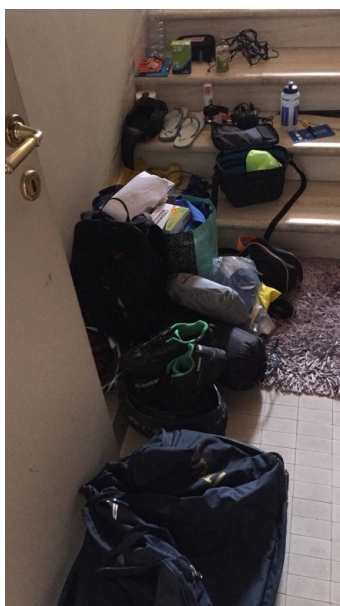
Corropoli. Dopo l'8° edizione della Ciclopedalata "Pedalando per la Val Vibrata", svoltasi il 1 luglio, con una massiccia presenza di partecipanti da tutto l'Abruzzo e dalle vicine Marche, evento per valorizzare e far scoprire gli incantevoli paesaggi vibratiani sulle due ruote, sta per partire un altro evento sportivo. Un gruppo, composto da 5 elementi dell'A.S.D. Corropoli Cycling Team, i cosiddetti bikers della domenica, si cimenteranno nel Cammino di San Benedetto che li porterà da

Norcia a Cassino guidati dallo spirito di scoprire paesaggi e luoghi, ma anche per un momento spirituale verso San Benedetto. Sarà una passeggiata in allegria e spensieratezza, dove ogni componente esprimerà con un "voto" la devozione a San Benedetto.



San Benedetto

I 5 ciclisti, di cui non sveliamo il nome, percorreremo da sabato 21 luglio a mercoledì 25 luglio il cammino in MTB sulle strade raccomandate dalla guida (Terre) e dalla associazione Amici del Cammino. Sono 345km circa in 5 giorni, muniti di credenziale (una sorta di tessera dove raccogliere i timbri in chiese ed ostelli, per poi presentarla alla abbazia di Montecassino per certificare l'avvenuto cammino). Durante il percorso, ci saranno delle soste e tappe giornaliere presso i luoghi più rappresentativi al livello religioso e paesaggistico. Si parte da Norcia passando per Cascia, con prima sosta a Leonessa; poi sul Lago Del Turano, con sosta obbligatoria a Subiaco, al monastero del Sacro Speco dove San Benedetto istituì la Regula; poi in Ciociaria, per giungere nella tarda mattinata all'Abbazia di Montecassino, luogo che non ha bisogno di nessuna presentazione. Uno dei cinque ciclisti è stato l'ideatore della piccola impresa sportiva, nei prossimi giorni sveleremo il nome, visto che è reduce dal Cammino di Santiago De Compostela.



i preparativi

Le maglie tecniche ufficiali sono state offerte dalla New Fashion Sport di Sant'Egidio alla Vibrata (TE), con scritto cammino di San Benedetto; mentre le divise di rappresentanza sono state sponsorizzate da Store Brian's Bike Shop di Ascoli Piceno. La

testata giornalistica online, www.giulianovanews.it, rigorosamente incollata al pc con il direttore Walter De Berardinis, racconterà l'impresa giorno per giorno, con i momenti più salienti della loro avventura sportivo-spirituale tramite immagini e brevi post. Non possiamo che augurare migliori fortune alla cinquina ciclistica teramana-ascolana nello spirito di San Benedetto da Norcia.

La redazione de www.giulianovanews.it

INIZIATA LA NUOVA STAGIONE DEL TORRENTISMO A PALENA

- Lo scorso anno superate le 1000 presenze: tante già le richieste arrivate per quello che si preannuncia come il fenomeno sportivo dell'estate 2018 -



PALENA

Palena (Ch) - Iniziata già con grandi numeri la nuova stagione del **Torrentismo a Palena**, uno dei centri turistici più belli della provincia di Chieti.

Dopo lo strepitoso successo riscontrato nell'estate 2017 (superate le 1000 presenze sul **Fiume Aventino**) saranno mesi di grande sport per gli appassionati di quello che si avvia sin da ora a diventare senza ombra di dubbio **uno dei maggiori fenomeni dell'estate 2018**.

"Abruzzo Adventures" cura questo secondo anno di Torrentismo nel segno dello spirito di un'avventura a contatto con la natura e lo splendido paesaggio della nostra regione, in particolare quello di Palena.



Palena

Il **Torrentismo** è nato nel 2012 da un'intuizione di due amici **Domenico Rattenni** e **Luca Di Cino** vogliosi di valorizzare ancor di più il territorio di **Palena** con l'associazione **Alto Aventino (APT)**.

Il **Torrentismo** è uno sport outdoor praticato tra giugno e fine ottobre a corpo libero saltando cascate e nuotando nelle pozze alla ricerca di adrenalina.

Il percorso si svolge in un tratto di un 1 km nel **Fiume Aventino** nel comune di **Palena**.



Palena

L'attività è adatta a persone di età dai 10 anni in su.

L'organizzazione fornisce ai partecipanti la muta integrale, giubbotto salvagente e caschetto.

I partecipanti devono essere forniti di scarpe da ginnastica o da trekking, un costume, una maglietta intima da indossare sotto la muta e un ricambio per fare la doccia alla fine del percorso.

Prima di iniziare la pratica si spiega ai partecipanti in cosa consiste il **Torrentismo**:

ambientamento in acqua, linguaggio visivo per la sicurezza ed il primo salto (3mt), tratto di acqua trekking per arrivare al

secondo salto (5mt), un altro tratto di acqua trekking per arrivare al terzo salto trasformato in uno scivolo naturale.

Si ripercorre infine un bel pezzo di acqua trekking per arrivare all'ultimo salto, il quarto, che comprende vari livelli di altezza (3mt, 5mt e l'adrenalinico da 8mt di altezza che è facoltativo). Tutte le operazioni sono seguite da guide specializzate e vengono eseguite nella massima sicurezza.

Da giugno a settembre 2017 in tantissimi si sono avvicinati alla pratica del **Torrentismo: registrate presenze anche dall'estero** (Inghilterra, Germania, Francia e ultimamente anche Israele) e **da tutta Italia** (dal Trentino Adige alla Sicilia).

Del **Torrentismo a Palena** si è occupata anche **Rai 1** che lo scorso anno ha registrato un servizio per il celeberrimo programma **Linea Verde Orizzonti**.

Del **fenomeno Torrentismo** e del **territorio del comune di Palena** se n'è occupato anche il Tg Regionale di **Rai 3** pochi giorni fa: nel servizio si è parlato del 4% in più di afflusso turistico registrato lo scorso anno rispetto alle estati precedenti con il Torrentismo a recitare la parte da protagonista assoluto come sport da poter praticare nello splendido paesaggio naturale di Palena.

Da segnalare anche presenze illustri: fra queste, due anni fa lo staff del **Pescara Calcio** con l'allora allenatore Massimo Oddo sceso nel Fiume Aventino per provare l'adrenalina di questo che ormai più che un fenomeno è diventata una grande realtà dello sport outdoor.

Così **Domenico Rattenni** parla del successo del Torrentismo e della valorizzazione del territorio:

"Lo scorso anno c'è stato un afflusso record di oltre 1000 presenze.

Molte persone stanno tornando anche quest'estate grazie anche a quanto già spiegammo proprio nella passata annata io e tutte le guide, che conoscono bene il territorio: oltre al torrentismo, a Palena possono trovare gli orsi, l'Eremo Celestiniano della Madonna dell'Altare, il Museo Geopaleontologico che attrae famiglie intere e anche altri meravigliosi luoghi fuori da Palena.

Ad esempio fare scampagnate a Taranta Peligna, visitare anche la Grotta del Cavallone, andare alla Fonte della Noce a Lettopalena o alle Gole a Fara San Martino.

Ci chiedono anche dove poter mangiare bene e noi forniamo l'elenco completo dei ristoranti della zona. Molti restano incantati dalla bellezza di queste località e della sua meravigliosa natura. Segnaliamo che ci sono anche delle baby sitter al servizio dei genitori che hanno bambini piccoli e ne hanno bisogno quando vanno a praticare sport: pagando una piccola quota supplementare dunque loro portano questi bambini al Castello Ducale, dove ha sede il Museo Geopaleontologico, per cimentarsi in geogiocando.

C'è la possibilità di praticare il Nordic Walking: io sono istruttore ed accompagnatore, faccio lezione di un'ora camminando in escursione e spiegando come funziona e i benefici che porta.

Ci piace anche far notare che le nostre attività non si fermano alla stagione estiva: in inverno infatti organizziamo l'eliciaspolata sopra l'Aremogna con un bellissimo percorso che culmina a 1800 metri dopo una camminata di circa 4 chilometri, con la possibilità di gustare insieme prodotti tipici alla fine. Si rientra poi in elicottero, cinque persone alla volta e fa la spola riportando tutti indietro compiendo anche un bel giro turistico dall'alto. C'è infine la ciaspolata e giro in motoslitte anche in notturna".

Info: 335.1650598; 333.4553904; 392.6500178 www.abruzzoadventures.it www.torrentismoabruzzo.it **Facebook:** Torrentismo Abruzzo APT

Instagram: Abruzzo Adventures

Orari del Torrentismo:

Mattina: 9.00, 10.00, 11.00, 12.00

Pomeriggio: 14.00, 15.00, 16.00, 17.00