



www.borntotrek.it

VALLE GIUMENTINA ED EREMO DI SAN BARTOLOMEO

Lunghezza: 9,5km da Decontra, 13km da Caramanico

Dislivello complessivo: 300mt da Decontra, 650mt da Caramanico

Durata: 4h da Decontra, 5h30m/6h da Caramanico

Grado di difficoltà: T da Decontra, E da Caramanico

Data ultima modifica: luglio 2015

Punto di partenza: Decontra oppure SS487 km 19.5 Caramanico Terme

Punto di arrivo: Decontra oppure SS487 km 19.5 Caramanico Terme

Tipo di percorso: Anello

Premessa: *Il percorso è una perla del centro Italia immerso nel magnifico parco nazionale della Majella che offre moltissime ricchezze dal punto di vista storico, naturalistico e culturale. Il complesso agro-pastorale della valle Giumentina è uno dei più importanti della zona nel quale è presente la più grande capanna di pietra a secco d'Abruzzo, il sentiero conduce proprio alle antiche costruzioni ormai in parte in rovina vicino alle quali sono state erette in epoca più recente delle ricostruzioni fedeli che ospitano un museo visitabile.*

Adiacente alla valle Giumentina vi è il profondo Canyon del vallone di San Bartolomeo al centro del quale, incastonato tra le rocce, vi è lo splendido Eremo di San Bartolomeo, zona di culto frequentata fin da tempi antichissimi come molti altri eremi della Majella.

Il modo più rapido e semplice per raggiungere l'eremo è dal paese di Roccamorice (1h e mezza ca. di cammino) mentre il percorso qui proposto predilige un avvicinamento leggermente più lungo ma decisamente più soddisfacente con la possibilità di effettuare un tracciato ad anello che permette di ammirare la valle Giumentina nella sua interezza.

Partendo da Decontra non ci sono difficoltà tecniche né di orientamento, la zona è ben segnata ed è facile seguire le comode strade bianche e mulattiere, l'unica difficoltà di tipo escursionistico (se così si può dire) è rappresentata dalla ripida e boscosa discesa nel vallone per raggiungere l'eremo (150mt ca.) e dalla successiva risalita. Per gli amanti dei paesaggi che non si spaventano delle pendenze viene proposto un prolungamento iniziale con partenza da Caramanico Terme e vista sulla sottostante valle d'Orfento (ulteriore magnifico Canyon che è possibile unire in parte a questo percorso), 300mt di dislivello distribuiti su 2km da fare alla partenza e al ritorno.

Come arrivare: Dalla A25 si prende l'uscita Alanno-Scafa, dopo il casello si svolta prima a sinistra poi a destra entrando nella Strada Statale 5, alla prima rotonda si prosegue dritto fino ad arrivare a Scafa dove dopo un semaforo si svolta a sinistra seguendo le indicazioni per S. Valentino/Caramanico Terme. A questo punto ci si trova sulla Strada Provinciale 80 e la si percorre per 5km fino a San Valentino dove proseguendo dritti si prende la SS487 che porta a Caramanico Terme, al Km 19.5, poco prima del paese, c'è il bivio per Decontra e uno slargo dove si può parcheggiare e da dove parte il sentiero che sale a Decontra. Per raggiungere Decontra si svolta a sinistra al bivio e si giunge al paese in pochi minuti.

Descrizione: Dalla SS487 km 19.5 vicino Caramanico Terme si prende il ben segnato sentiero che diparte sulla sinistra della strada (direzione del paese) con bianco rossi (P), seguendo i segnali si comincia a salire lungo il curato seppur sconnesso sentiero che sovrasta il paese e si affaccia sempre più sulla valle d'Orfento, ad esclusione di un primissimo bivio (tenersi sul sentiero a valle di destra) si giunge alla strada asfaltata nei pressi di Decontra (810mt) dove è presente un fontanile con tavolini da pic nic e un tabellone del parco con indicazione dei sentieri.

Dal fontanile di Decontra si prosegue lungo la strada che scende a sinistra di una chiesetta con campanile a vela e si immerge nella campagna, da questo momento il sentiero è pressoché pianeggiante fino all'eremo. Nei pressi di una curva a gomito diparte sulla sinistra una strada sterrata (indicazioni per anello

della valle Giumentina) e successivamente si giunge ad un bivio dove a destra si va verso l'eremo mentre a sinistra si entra nella valle, per visitare il comprensorio agro-pastorale e le case a secco si svolta a sinistra proseguendo su strada bianca per 1km fino ad un bivio a T in località Piano dei Valli dove si svolta a destra e si cominciano ad intravedere in lontananza le case a secco ricostruite. Poco prima delle case a secco, ad un bivio ben segnalato si svolta a sinistra deviando in direzione opposta delle costruzioni, dopo 500mt sulla destra, in prossimità di una ceramica dedicata alla Madonna degli Scout, ci si stacca dal sentiero principale seguendo una traccia che in pochissimi metri porta alle antiche costruzioni locali tra cui la più grande d'Abruzzo.

Ripercorrendo a ritroso il sentiero percorso si raggiungono le capanne ricostruite viste in precedenza e si può visitare il museo e vedere un tabellone del parco con indicazione dei sentieri. Da qui si prosegue verso E lungo la strada immersa nuovamente nella brulla campagna, dopo ca. 1km un cartello indica la deviazione per l'eremo di San Bartolomeo. Si svolta a sinistra e subito ci si affaccia sul magnifico Canyon che accoglie in lontananza nascosto dalle rocce l'eremo già ben visibile. Da questo punto comincia una discesa di 150mt su sentiero ripido che conduce al fondo della valle e con breve salitina all'eremo (700mt).

Dall'eremo si ripercorre a ritroso il sentiero in salita per uscire dalla valle e ricongiungersi alla deviazione con cartello da cui si viene. Si svolta a sinistra proseguendo lungo la strada sterrata e dopo 500mt ci si ricongiunge al sentiero che scende dagli altipiani della Majella (Macchia Abbateggio). Si svolta a destra e in leggera discesa si raggiunge un nuovo crocevia dove bisogna andare dritti facendo attenzione alle indicazioni. Dopo pochi minuti ci si ricongiunge con sentierino alla strada bianca dell'andata e svoltando a sinistra si segue la strada nota fino a Decontra o fino a Caramanico Terme.