



[www.borntotrek.it](http://www.borntotrek.it)

---

## DA BRACCIANO ALLE ASCATE DI CASTEL GIULIANO

### le cascate e le gole di monte La Guardia

**Lunghezza:** 33km

**Dislivello complessivo:** 500mt

**Durata:** 3h

**Grado di difficoltà:** MC - Medie capacità tecniche (medio) fino a sopra le cascate, BC – Buone Capacità tecniche (Difficile) nel tratto finale per raggiungere le cascate

**sterrato (per MTB):** 50%

**Data ultima modifica:** Novembre 2021

**Punto di partenza e arrivo:** Bracciano, Via della Macchia (250mt)

**Tipo di percorso:** Anello

**Percorribile in senso inverso:** Si tra Bracciano e Castel Giuliano, Si nel tratto da Castel Giuliano alle cascate ma con maggiore difficoltà

**Premessa:** *l'area di Cerveteri e di Castel Giuliano è un'importantissima e bellissima area posta a nord di Roma particolarmente ricca di storia e cultura. L'area molto estesa è stata luogo di nascita e sviluppo dell'affascinante civiltà e cultura Etrusca che in queste aree ha vissuto per secoli lasciando tracce tangibili del proprio passaggio. L'antica città di Caere era una delle più suggestive e grandiose città dell'Etruria e di tutto il Mediterraneo e uno dei luoghi più suggestivi è la necropoli della Banditaccia a Cerveteri dove le oltre 20.000 tombe di cui alcune davvero monumentali hanno valso l'iscrizione della lista Unesco dei patrimoni dell'umanità. La capacità principale degli Etruschi fu quella di lavorare il tufo, una roccia sedimentaria piroclastica di origine vulcanica molto diffusa in Italia ed in particolare in questa zona del Lazio. Attraverso lo scavo e la*

*lavorazione del Tufo le antiche civiltà architettarono opere incredibili, da cunicoli per defluire e convogliare le acque ad abitazioni scavate nelle montagne oltre ad utilizzare il tufo come materiale edile. Di secoli e secoli di opere oggi ci sono moltissime testimonianze, soprattutto nel nord del Lazio.*

*Il percorso proposto raggiunge la zona del Fosso della Mola nel punto nevralgico in cui il torrente della Mola e di Monte La Guardia cadono uno vicino all'altro nel punto più incassato della fossa producendo bellissime cascate, la cascata della Mola anche detta di Castel Giuliano e la cascata dell'Ospedaletto che hanno lavorato nei secoli le rocce tufacee successivamente arricchite anche da opere idrauliche etrusche e romane delle quali ancora oggi se ne possono scorgere delle testimonianze vicino alle cascate. Oltre alle due cascate principali con una deviazione sarà possibile visitare anche la cascata di Braccio di Mare che si sviluppa poco più a valle sempre lungo la prosecuzione del Fosso della Mola, cascata succeduta da un bel lago incassato nella vegetazione.*

*Il tracciato si sviluppa principalmente in bellissime aperte campagne poste a sud di Bracciano con bei panorami che spaziano fino al mare tra Ladispoli e Santa Severa, fino a Castel Giuliano il fondo è ottimo composto da sterrati compatti lunghi e veloci alternati a tratti asfaltati su strade per lo più secondarie prive di salite o discese impervie. Il tratto più difficile è sicuramente quello dopo Castel Giuliano attraverso il quale si raggiungono le cascate, un primo passaggio breve ma molto tecnico e scivoloso è presente nei pressi del primo tratto del Fosso della Mola mentre sono sicuramente più ostiche le deviazioni necessarie per raggiungere le cascate con tratti in cui il sentiero è immerso nella vegetazione su fondo sconnesso e con pendenze. Questi tratti sono tuttavia brevi ed è consigliato comunque avventurarsi per ammirare da vicino le cascate che alternativamente si possono solo vagamente vedere dall'alto.*

**Come arrivare:** Dal Grande Raccordo di Roma si prende l'uscita per la Cassia in direzione de La Giustiniana, superato il paese si prende il tunnel in direzione di Bracciano per proseguire lungo la Provinciale 493 Braccianense per ca. 24km fino a raggiungere la località Cappuccini di Bracciano dove è presente una grande rotonda con diversi esercizi commerciali (Lidl, Rinascente, Iper Triscount), bar e ristoranti, di prende la terza uscita seguendo le indicazioni per Cerveteri e subito

si svolta a sinistra per Via della Macchia dove si parcheggia.

Provenendo da Nord dalla A1 si prende l'uscita Magliano Sabina in direzione Magliano e si seguono le indicazioni per Civita Castellana, Nepi e Cassia, lungo la Statale 311. Giunti a Nepi alla prima rotonda si svolta a destra passando sotto le arcate del bell'acquedotto romano e alla seconda rotonda si esce alla seconda uscita e alla terza rotonda si esce dal paese seguendo le indicazioni per Roma, Viterbo proseguendo sulla statale 311 fino a che questa non si ricongiunge alla SR2 Cassia bis, si seguono le indicazioni verso Viterbo e dopo pochi km si svolta a sinistra per via di Monte Topino in direzione di Trevignano Romano e il Lago di Bracciano, qui si passa per strade secondarie. Si arriva a Trevignano e si svolta a destra seguendo le indicazioni per Bracciano su strada che prosegue circumnavigando la parte nord del lago fino a raggiungere Bracciano. Si supera il paese seguendo le indicazioni per Roma e usciti dalla parte centrale del paese si arriva alla rotonda nei pressi della località Cappuccini dove è presente la rotonda di cui sopra, si parcheggia a Via della Macchia.

**Descrizione:** Dall'inizio di Via della Macchia si prosegue lungo la strada asfaltata. Dopo circa 2,5km si supera un cancello e si prosegue sulla via ora su fondo sterrato per lo più ben battuto con un breve tratto sassoso ma non complicato. Si supera un cancello con canale di scolo che si supera su sbarre orizzontali di ferro e si entra in un tratto di sterrato molto lungo e veloce che passa per zone con vegetazione bassa e altre zone più aperte fino a giungere al km 3,5 ad un bivio dove ci si tiene a destra e successivamente si svolta nuovamente a destra compiendo una curva a 90° sempre per sterrato che percorre un tratto con vegetazione folta per sbucare un zone decisamente più aperte con vista che arriva fino al mare. Siamo nella Macchia del Comune di Bracciano per sentiero che costeggiando il Monte Muracciolo corre parallelo al fosso di ponte coperto. Al km 6 si incontra un bivio al quale si svolta a destra proseguendo per Via della Macchia fino a ricongiungersi con Via delle Cardelle dove si recupera il fondo asfaltato. Si svolta a destra per via di Ponte Coperto per ricongiungersi alla Via Doganale che supera il fosso di Ponte Coperto passando vicino a prati su colline che assomigliano allo sfondo di Windows 95.

Si percorre tutta Via Doganale fino all'incrocio con Via Settevene Palo dove

facendo attenzione alle macchine si svolta a sinistra e dopo 700mt si svolta alla prima traversa a destra per Via di Valle Luterana, subito si tiene la destra e si percorre la strada inizialmente asfaltata con tratti di salita che conducono al Casale degli Etruschi dove sulla destra è presente una visibile stratificazione di tufo. Si prosegue su Via di Valle Luterana che diviene sterrata, si prosegue sempre dritti ignorando eventuali deviazioni per sterrato comodo che si immerge in zone boschive per circa 3,5km fino a recuperare l'asfalto nei pressi dell'incrocio con Via di Castel Giuliano dove con svolta a sinistra si riprende l'asfalto che conduce al paese di Castel Giuliano. Dopo circa 2,5km si giunge alla piazza centrale del paese dove è presente una fontanella.

Dal centro del paese si scende per Via della Scaletta o per la parallela via dell'Ospedaletto che raggiungono il punto d'inizio del percorso che conduce alle cascate (cartellone del parco in loco). Si scende la ripida discesa per giungere al bivio dove si svolta a destra seguendo la strada che diviene sterrata. Il sentiero diviene subito stretto e incassato nella vegetazione fino a giungere l'alveo del Fosso della Mola dove il tracciato diviene più impegnativo e richiede un'ottima tecnica per rimanere in sella, cosa ardua in alcuni punti davvero rocciosi. Il tratto complicato tuttavia non è lungo più di 300mt e lasciato l'alveo del torrente si prosegue ora su sterrati più aperti e comodi fino ad arrivare al km 20 della gita all'affaccio della prima cascata della Mola (cartellone in loco). Da questo punto dal rumore si riesce ad intuire la portata della caduta che rimane però nascosta tra le fronde e dalle rocce. Si prosegue sullo sterrato principale sommitale e dopo 200mt si giunge al bivio per scendere alla base della cascata. Su sentiero ripido e sconnesso si arriva nella zona più incassata della valle e svoltando a destra si giunge alla base della Cascata della Mola (anche detta Cascata di Castel Giuliano).

Dalla cascata si torna a ritroso evitando di risalire sul sentiero bensì tenendosi a sinistra lungo il corso del torrente fino a raggiungere il bivio per il sentiero che conduce a Cerveteri presso un guado cementato che supera il torrente, non si effettua il guado bensì ci si prosegue sulla sponda sinistra fino ad arrivare sotto la seconda cascata formata dalla caduta del torrente di Monte La guardia ovvero la Cascata dell'Ospedaletto.

Dalla cascata dell'Ospedaletto si torna a ritroso sui propri passi risalendo il

sentiero fino alla zona sommitale posta sopra la cascata dell'Ospedaletto dove appunto dopo pochi metri si giunge all'affaccio sommitale della cascata, affaccio più pericoloso che panoramico, fare attenzione.

Si prosegue per pochi metri fino ad incrociare una fonte. A destra di questa parte il sentiero della deviazione che conduce alla Cascata di Braccio di Mare. Il sentiero stretto ma per lo più pedalabile percorre 300mt di macchia fino a giungere in prossimità dello sterrato proveniente da Cerveteri, svoltando a destra si giunge al lago e alla cascata di Braccio di Mare.

Si percorre a ritroso il sentiero per tornare alla fonte dove finiscono i tratti dal fondo complicato e si prosegue lungo il tracciato inizialmente in salita poi pianeggiante immerso in un bel bosco che conduce alla Tenuta di Monte La Guardia. Senza disturbare si supera la tenuta, ricordare sempre di portare massimo rispetto nelle proprietà private che hanno la cortesia di rispettare a loro volta i ciclisti lasciando libero il transito, tuttavia è bene rallentare, non impaurire eventuali animali e portare le dovute attenzioni. Superata la tenuta la strada compie dei saliscendi su fondo semi cementato fino a giungere al bivio dell'andata dove con salitone si torna al centro di Castel Giuliano (fontanella).

Da Castel Giuliano si torna a ritroso su Via di Castel Giuliano e superata la chiesa di San Rocco in prossimità dell'uscita del paese si svolta a sinistra per via Lena e Massa che percorre campi e zone più aperte. Dopo ca. 1,5km dal bivio, al km 25.3 della gita, si torna su fondo sterrato nei pressi di Monte La Rota. Si segue lo sterrato tenendosi al bivio a destra e dopo 2km si giunge a Via Monte La Rota dove si incrocia nuovamente Via di Castel Giuliano recuperando il fondo asfaltato. Da questo punto in poi la strada è sempre asfaltata percorrendo strade secondarie per recuperare il punto di partenza.

Si prosegue dritti superando via di Castel Giuliano prendendo via Baglione, si percorre tutta fino a ricongiungersi con Via Settevene Palo dove si svolta a sinistra, dopo 600mt si svolta a destra per via Montefiore che si ricongiunge a Via della Macchia in prossimità del punto di partenza.