ABRUZZO SERA
www.abruzzosera.it

Da Fabriano a L’Aquila in camminata: l’itinerario del Cammino nelle Terre mutate (dal sisma)

12 Maggio 2025



Riceviamo e pubblichiamo un comunicato stampa del Cammino nelle Terre Mutate

Il Cammino nelle Terre mutate **nasce dalla solidarietà e dalla volontà di rialzarsi in piedi dopo eventi tragici come il terremoto** e permette a chi lo percorre di contribuire alla rinascita di una terra dove tutto è cambiato, ma dove resta **un’immensa bellezza**: **la natura e i paesaggi di un tratto della dorsale appenninica, ma anche piccoli borghi ricchi di arte e spiritualità**.

Un itinerario di **245 chilometri**, suddiviso in 14 tappe, che attraversa quattro regioni, **Marche, Umbria, Lazio e Abruzzo** e **due parchi nazionali: quello dei monti Sibillini e quello del Gran Sasso e dei monti della Laga.** La partenza è da **Fabriano**, città marchigiana della carta, coinvolta nel terremoto del 1997, per inoltrarsi in un paesaggio collinare e raggiungere prima Matelica, celebre per il locale vitigno Verdicchio, e poi Camerino, una delle università più antiche della Penisola. Da qui si entra nel **Parco nazionale dei monti Sibillini**, si fa sosta al lago di Polverina

per giungere all'altro lago artificiale della zona, quello di Fiastra. Si cammina in un territorio costellato da paesaggi mozzafiato, per poi scendere verso la valle di Ussita, dominata dallo splendido massiccio dolomitico del monte Bove. Dalle Marche si giunge in Umbria, nel cuore del cratere sismico; si attraversano **piccoli borghi, tra i più belli dell'Appennino,** e si arriva a **Norcia**, città di San Benedetto; da qui si parte per affrontare l'impegnativa salita che porta all'incantevole altopiano di **Castelluccio di Norcia**, che tra la primavera e l'estate si tinge con i colori dei campi di lenticchie, nel pieno della loro fioritura. Il passaggio dall'Umbria alle Marche è segnato dall'attraversamento della piana di Castelluccio. Da Arquata del Tronto si cammina per fare ingresso nel Lazio e raggiungere **Accumoli**, epicentro del terremoto del 24 agosto 2016, dove le rovine causate dal sisma contrastano con la bellezza del Parco del Gran Sasso e monti della Laga. Si attraversa la valle del fiume Tronto per giungere ad **Amatrice**, il cui centro è stato quasi completamente raso al suolo dai terremoti del 2016 e 2017. Lungo antiche transumanze si giunge in Abruzzo per le ultime tappe caratterizzate dai monti della Laga e il massiccio del Gran Sasso, i paesi dell'Appennino, come Campotosto e Collebrincioni. Si giunge infine a **L'Aquila**, alla **basilica di Collemaggio,** meta finale.

Il *Cammino nelle Terre mutate* può essere percorso **anche in bicicletta, con due itinerari distinti, per mountain bike e cicloturismo**; la scansione delle tappe è la stessa dell'itinerario a piedi per consentire di vivere in modo profondo l'esperienza, anche se ognuno può ridefinirle.

Questa terza edizione aggiornata della guida contiene tutte le informazioni utili per partire: la cartografia, le tracce Gps, la descrizione del percorso, le altimetrie, gli indirizzi dove dormire e i luoghi da visitare. **E in ogni tappa una testimonianza inedita**. In più, nella sezione ***Assaggi di Cammino***, i suggerimenti per percorrere alcuni tratti del percorso: tre giorni di cammino, da Fiastra a Norcia; da Norcia ad Accumoli, una delle zone più suggestive del Parco dei Sibillini; una settimana da Fabriano a Fiastra; in alta montagna lungo le tappe al confine tra Lazio e Abruzzo oppure una settimana da Norcia a L'Aquila.

Il Cammino nelle Terre mutate prende vita dalla "Lunga marcia per L'Aquila", la cui prima edizione è stata organizzata nel 2012, un trekking di solidarietà nei luoghi colpiti dal terremoto fra il 2009 e il 2017.