

## LUCRETILI

I Lucretili, ad appena un'ora da Roma, sembrano fatti apposta per un corso di escursionismo. Prima uscita, da Prato Favale a Monte Gennaro. Seconda uscita, da Monteflavio al Pellecchia. Gran finale: traversata dei Lucretili, da Scandriglia a Marcellina, passando per Monte Serrapopolo, Monte Pellecchia, Casale Porco, Fonte di Campitello (notte in tenda), Pratone, Scarpellata.

Qui proponiamo due escursioni giornaliere, la prima impegnativa, la seconda facile.

**Palombara Sabina – Molino di Casoli – Sorgenti Capo d'Acqua – Pratone – Monte Gennaro – Convento di San Nicola – Palombara Sabina** [circa 1000 m dislivello, 6h ½ ]

Anello impegnativo. Si scende dalla corriera di linea al deposito (ai piedi del paese, di fronte ad un ufficio postale, indicativamente 300 m slm) e si cammina sulla statale 636 in direzione Stazzano/Moricone per pochi minuti. Si supera il bar pasticceria Peccati di gola, un ferramenta/articoli da giardino, e subito dopo (km 17,200 circa della SS 636) si sale ripidamente (dx) per una stradina prima asfaltata e poi sterrata. Si costeggiano villette varie, si taglia un tornante, e si giunge ai piedi delle rovine di Castiglione (piazzola per le auto, 30', quota 450). Qui si riprende la sterrata che prosegue in piano (segnali di vernice bianca la indicano come Via di Casoli). La sterrata (che se non fosse per alcune orribili discariche sarebbe bella) diviene infine un sentiero, che ad un tratto incrocia una strada comunale (30'). La si supera e si prosegue (seguendo invece il filare di pini che scende a sx si arriva a Stazzano). La camminata è piacevole, a sx numerosi campi di olivi. Si arriva al vecchio Molino di Casoli in pietra. Qui, voltandosi, si vede in alto la c.d. Torre di Cruciani, che possiamo prendere a memento di cosa la piccineria di un politico sia in grado di fare. Entriamo ora nella parte più bella della giornata. Alla nostra sx si vedono, alte e lontane, le rovine di Montefalco. Quando incontriamo due cancelli di legno (quota 555) optiamo per quello di sx, scendendo un po' (sempre ottimi segnali rossi e bianchi). Costeggiamo in quota il greto asciutto di un torrente, e quando staremmo per giungervi risaliamo di quota piegando a dx. Dopo un po' seguiamo una mulattiera a tratti scavata nella roccia, sentiamo in basso il rumore dell'acqua, ed in breve incrociamo una sterrata (quota 730, 1h 15') che percorriamo in salita per alcuni tornanti, fino a trovare sulla sx un evidente sentierone che si inoltra in direzione Fosso di Capo D'Acqua. Si cammina circa 50 metri sopra il corso d'acqua. Tra faggi e splendidi agrifogli si risale fino a sbucare sul Pratone, che si percorre tenendosi sulla sx, fino a giungere ad una piccola casetta (1024 m slm, 1h).



*Il Pellecchia dal Pratone*

Piccola pausa e punto della situazione: faccia alla casetta, a sx la traccia che porta alla Fonte di Campitello, a destra la 'strada' che conduce a Prato Favale, ottima via d'uscita in caso di stanchezza o mal tempo. Spalle alla casetta, in alto a sx (ovest 280° circa) la vetta di Monte Gennaro. Per prendere il sentiero che vi conduce occorre attraversare il Pratone con un azimut Ovest 260° circa, giungendo ad imboccarlo tra due 'panettoni' di roccia (vedi foto).



*L'omino di pietre che segnala la direzione dell'imbocco del sentiero tra i due 'panettoni'*

Il sentiero, segnato, zigzaga tra faggi e colli, fino a salire sulla vetta (1271 m, 1h). Panorama assai urbanizzato verso Roma, molto più bello verso il Pellicchia e, assai in lontananza, il gruppo del Velino-Sirente. Dalla vetta si punta la torre e si cammina in quella direzione. Si superano i resti dell'albergo tirato su negli anni "60, e si prosegue sempre verso la torre, arrestandosi alla selletta antistante (quota 1035, 15', da qui scende una stradina che riporta al filare di pini citato in precedenza e quindi a Stazzano).



*La bidonvia e l'albergo; dietro le antenne*

Dalla selletta si scende in direzione di Palombara, per 26 (!) placidi, ombrosi, ampi, interminabili tornanti, che finiscono ai primi olivi (quota 550). Da qui per una sterrata (dx) si scende nei pressi delle rovine del Convento di S. Nicola alla SS 636, ed infine si ritorna al deposito dei pullman di linea (2h dalla selletta).

## **Prato Favale – Pratone – Monte Gennaro** [440 m dislivello, 3h ½ , ritorno per la stessa via]

In automobile si arriva a Marcellina, attraversando tutto l'abitato, sempre seguendo le indicazioni per S. Polo Dei Cavalieri. Alcuni km fuori da Marcellina, poco prima di un grande cementificio abbandonato, si gira ad U e si prende la strada per Prato Favale. Dopo circa 7 km di tornanti la strada finisce, e si parcheggia (830 m). Si guarda la mappa sul pannello di legno, e quindi si inizia a camminare. Il sentiero è evidente ed anche ben segnato, entra presto in una bella faggeta, che si percorre con soddisfazione. Ignorare il bivio (verso dx) per Campitello. Infine si arriva allo spettacolare Pratone, proprio in coincidenza di una casetta (1024 m, 1h). Da qui, seguendo le indicazioni dell'itinerario precedente, in un'ora si è alla vetta. Il ritorno, per la stessa strada, prende circa 1h ½.

*(gennaio – aprile 2007)*

---

### **Varianti.**

Al Pratone si può salire anche direttamente da Marcellina (servita dai mezzi pubblici).

Le indicazioni, succinte, sono le seguenti:

venendo da Palombara, al km 23 della SS 636 girare a sx (indicazioni per Tivoli) e dopo 100 metri ancora a sx. Dopo poco si incrocia via Montesanto: parcheggiare.

Prendere la prosecuzione in salita di via Montesanto, girare la prima a sx, e proseguire sulla sterrata che placida conduce alla Scarpellata, un vallone a V contraddistinto da un evidente 'corno' in alto a dx. Il sentiero, evidente, sale tutta la Scarpellata, supera il 'corno' allontanandosi da Monte Gennaro, ed infine sbuca nella porzione sud-ovest del Pratone, che si percorre fino alla casetta (1024 m). Due ore dalla macchina.

Se si è in automobile, dal primo itinerario si può completamente escludere l'asfalto.

Basta lasciare l'automobile alla piazzola ai piedi delle rovine di Castiglione: circa sei ore dopo, dalla sterrata finale, la si potrà raggiungere con un agevole azimut a vista per tracce di sentiero ed oliveti.



*Ciliegio in fiore*