

## Aggiornamenti

*Ultimi aggiornamenti:*

Aggiornamenti successivi alla **quinta** edizione ristampata nel mese di **Maggio 2022**.

Se siete in possesso della quarta edizione 2019, consultate anche gli [aggiornamenti precedenti](#).

### SEGNALETICA

Da agosto 2021 il Cammino di San Benedetto è segnato anche in **direzione contraria**, da Cassino fino a Rieti, con il **doppio logo Cammino di San Benedetto-Sant'Antonio**



### INTEGRAZIONE TAPPE/INDICAZIONI/INFORMAZIONI VARIE

#### **TAPPA 3**

#### **MONTELEONE DI SPOLETO - LEONESSA**

**PAG. 53 (3 righe sopra a 3.2):** La stradina procede per 4 km sul fondovalle del torrente Vorga (per metà sterrata). Sul confine tra Umbria e Lazio svoltiamo a sinistra, passiamo il torrente (in secca per la maggior parte dell'anno) e proseguiamo su sentiero in leggera salita, immerso nella vegetazione. Dopo 1 km, a un piccolo bivio giriamo a sinistra (invece andando a destra dopo 100 m si trova un fontanile), dopo 300 m a un incrocio di sterrate svoltiamo a destra. Percorsi 80 m, di fronte a una fonte-lavatoio imbocchiamo un sentiero a sinistra (invece proseguendo dritto, dopo 200 m si trova il B&B L'antica macina), che procedendo immerso nella vegetazione per 900 m conduce alla piazza di Villa Alesse. Voltiamo a destra e dopo 150 m imbocchiamo la strada

## Cammino di San Benedetto

Da Norcia a Subiaco e Montecassino sulle orme del Padre dell'Europa  
<https://www.camminodibenedetto.it>

---

comunale a sinistra. Passiamo per Villa Massi e proseguiamo sempre diritto verso Leonessa. Dopo 1,5 km imbocchiamo un sottopasso e dopo 600 m raggiungiamo la provinciale. Andando a destra, ci ritroveremo davanti a Porta Spoletina da dove entriamo nel centro storico di Leonessa.

Trovate la traccia aggiornata nel [download della tracce GPS](#)

### TAPPA 7

**Pag. 78** [7.3]: lo percorriamo per 500 m in leggera salita fino al cartello di "Via di Notone", dove giriamo a sinistra su sentiero in discesa nel bosco seguendo l'indicazione per Posticciola. Continuiamo per 1 km in discesa, prima nel bosco poi tra ampie vedute panoramiche, fino a uscire sulla strada Turanense, che attraversiamo per entrare a **Posticciola**.

### TAPPA 8

#### POZZAGLIA SABINA

In paese è stato allestito un percorso permanente, identificato da apposita segnaletica, che conduce ai luoghi più significativi della vita della Santa. Imbocco dalla piazza; presso la chiesetta di Maccafà ci si ricollega al Cammino di San Benedetto.

Tra **POZZAGLIA e ORVINIO** Il sentiero è stato accuratamente risistemato dal Comune di Pozzaglia, ora si cammina su un'agevole stradina ghiajata facilmente percorribile anche in MTB.

### TAPPA 9

**Pag. 91** [9.2]. Senza attraversare la strada, subito imbocchiamo una stradina ghiajata sulla destra seguendo le indicazioni per il Monte Pellecchia. Proseguiamo per 1 km fino a passare un ponticello, oltre il quale imbocchiamo un sentiero in discesa sulla sinistra. Proseguendo in discesa sul fondo di un valloncino ricoperto di boschi, dopo 1,5 km raggiungiamo una splendida cascata.

#### VICOVARO

Eremo di San Benedetto aperto tutti i giorni con libero accesso dalle 8 alle 20, entrata davanti alla chiesa di San Cosimato.

Per vedere gli acquedotti romani (accesso dall'Oasi Francescana) o per la visita guidata del sito contattare Federico: tel. [348-43.27.797](tel:348-43.27.797) - [federico-natali@libero.it](mailto:federico-natali@libero.it).

### TAPPA 10

#### MANDELA - SUBIACO

E' stata ripristinata la tappa integrale che passa dal Convento di San Cosimato (+3,4 km), seguire la traccia scaricabile. E' naturalmente possibile accorciare seguendo il percorso diretto per

Mandela Scalo (descritto nella guida).

**PAG. 100:** In [10.5] passiamo sotto al ponte e proseguiamo dritto su sentiero per 550 m (prima a fianco dell'Aniene poi di un piccolo affluente) fino a incontrare un ponticello pedonale sulla sinistra, che attraversiamo. Oltre il ponticello, procediamo sul limitare di un campo e dopo 100 m usciamo su una strada in terra battuta. Andiamo a sinistra per ritrovarci dopo 500 m nuovamente a fianco dell'Aniene, presso il ristorante Casale del Fiume. Andiamo a destra e seguiamo la descrizione da quattro righe sopra a [10.6].

Trovate la traccia aggiornata nel [download della tracce GPS](#)

### SUBIACO

Lavanderia self service "Sottocoperta", via Cadorna 52 (in centro), lavatrici e asciugatrici a gettoni.

### TAPPA 11

E' stato aperto il nuovo ponte sul torrente Simbrivio in località Comunacque a Trevi nel Lazio: è perciò tornata **visitabile** la **Cascata di Trevi** da dove è possibile proseguire per il Cammino su sentiero:

In località Comunacque [11.3] attraversiamo la strada e superiamo un piccolo ponte sul torrente Simbrivio, che ci introduce in un'area archeologica romana sul luogo di captazione dell'acquedotto *Anio Novus*. Il Cammino prosegue a sinistra oltre il ponte; ma prima converrà andare a visitare la **cascata**, tra le più belle d'Italia secondo il Touring Club (a destra e avanti 200 m). Il Cammino prosegue nel bosco, prima in salita poi in discesa, fino a riportarsi sulla provinciale a fianco di una centrale idroelettrica. Andiamo a sinistra e continuiamo lungo la provinciale per 1,1 km fino al cartello del km 2.

### TAPPA 12

#### TREVI - COLLEPARDO

Pag.125, 7°riga: Andiamo a sinistra, superiamo un ponticello e proseguiamo fino alla strada regionale in prossimità di una fontana [12.3]

### TAPPA 13

#### CERTOSA DI TRISULTI

Giorni e orari di visita:

<http://www.polomusealelazio.beniculturali.it/index.php?it/259/certosa-di-trisultiV>

## Cammino di San Benedetto

Da Norcia a Subiaco e Montecassino sulle orme del Padre dell'Europa

<https://www.camminodibenedetto.it>

---

**Variante per Veroli:** tale percorso è **sconsigliato** in quanto non mantenuto e in molti tratti impraticabile. Si raccomanda di seguire il percorso principale che passa per la Certosa di Trisulti.

### TAPPA 14

**Pag. 151 Variante per ciclisti** Dal centro di Arpino imbocchiamo via Cicerone, superiamo il Belvedere e voltiamo a destra in salita verso il convento di San Lorenzo. Proseguiamo in salita per 1 km fino alla Provinciale; voltiamo a destra, saliamo per altri 1,4 km poi imbocchiamo a destra la stradina di accesso all'acropoli di Civitavecchia.

### TAPPA 15

#### ARPINO-ROCCASECCA

In [15.4] esistono due percorsi per Roccasecca: uno che passa per **Santopadre** (a destra) e uno che prosegue dritto per le Gole del Melfa senza incrociare paesi né fontane (-1,6 km). Nella segnaletica, è indicato come VARIANTE il percorso più breve per Roccasecca, mentre il percorso principale passa per Santopadre.

### TAPPA 15 IN BICI

Da Madonna delle Fosse, dopo [15.4], passando davanti alla chiesa, proseguiamo dritto per Santopadre, che raggiungiamo dopo 1,8 km. In piazza Marconi, andiamo a sinistra passando davanti al municipio e continuiamo su via Ettore Notargiacomo. La strada comincia a scendere, dopo 600 m svoltiamo a sinistra e percorriamo tutta la strada in un'entusiasmante discesa di 8 km fino al ponte della Valle [15.6] da dove proseguiamo come per il percorso a piedi.

### TAPPA 16

#### ABBAZIA DI MONTECASSINO

Orario visite: continuato 8,45-18 (17 con l'ora solare)

## POSSIBILITA' DI ALLOGGIO/VARIAZIONI

[Elenco accoglienze aggiornato...»](#)

## TRASPORTO ZAINI E PERSONE

**TAPPA 5:** POGGIO BUSTONE-RIETI: Gabriele, tel. 351-87.08.481

**TAPPA 11:** Trasporto zaini e persone in Alta Ciociaria: Giuseppe, tel. 392-95.17.294

**TAPPA 12:** Trasporto zaini e persone in Alta Ciociaria: Giuseppe, tel. 392-95.17.294

**TAPPA 14:** Trasporto zaini e persone in Bassa Ciociaria: Marco, tel. 349-05.43.472

## **CURA DEL CORPO**

### **LEONESSA**

Assistenza fisioterapica gratuita in caso di necessità: Rita, tel. [334-75.52.991](tel:334-75.52.991).

### **CASTEL DI TORA**

Massaggi olistici: Antonella, tel. [347-95.10.019](tel:347-95.10.019).

### **COLLE DI TORA**

Fisioterapia e Massaggi: Andrea, tel. [347-52.42.428](tel:347-52.42.428).

### **TREVI NEL LAZIO**

Fisioterapia e Massaggi: Luca, tel. [347-26.15.055](tel:347-26.15.055).

## **GRUPPI ORGANIZZATI**

Per gruppi a formazione:

**Mediterraid** (trasporto bagagli e assistenza) [www.viafrancigena-viterbo-roma.it/](http://www.viafrancigena-viterbo-roma.it/) [331-60.04.982](tel:331-60.04.982)

**Itinarrando** (con accompagnatore) <https://www.itinarrando.com/> [380-76.51.894](tel:380-76.51.894)

[INTEGRAZIONE ALLA 4°EDIZIONE Ristampa 2019](#)