

Itinerario n.105 - Valle dell'Aniene e Monasteri Benedettini

Scheda informativa



Punto di partenza: Subiaco
 Distanza da Roma : 65 km
 Lunghezza: 40 km
 Ascesa totale: 1120 m
 Quota massima: 1250 mslm
 Tempo in sella: 3h 25m
 Sterrato: 55 %
 Cartografia: CTR 1:10.000 fogli 37606 - 07 - 10 - 11
 Prima effettuazione: ottobre 2008
 Ultimo aggiornamento: maggio 2021

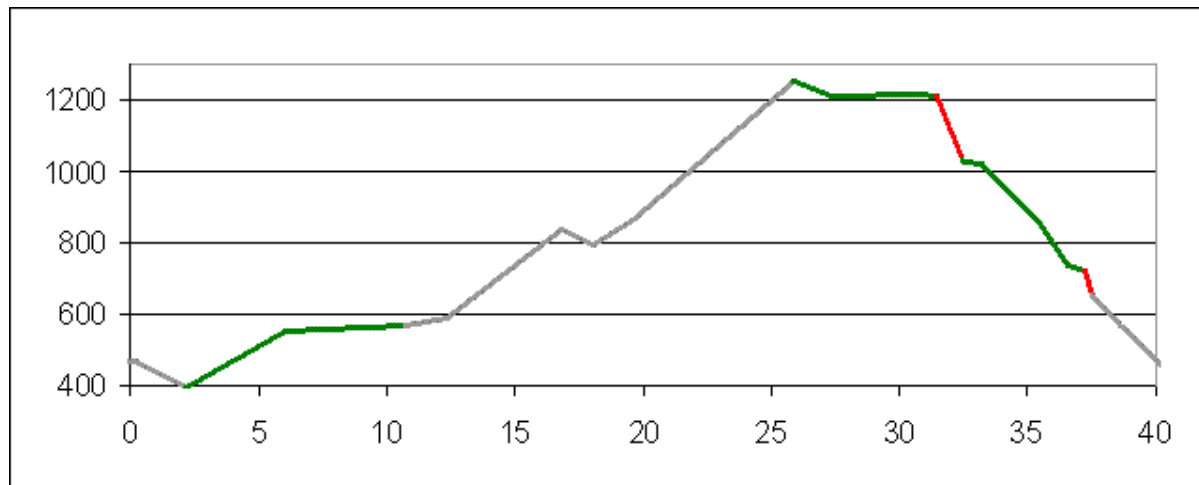
Generalità

Percorso abbastanza impegnativo inizialmente lungo la verde e profonda valle dell'Aniene. Si sale poi su asfalto fino a superare Jenne sulla strada per Monte Livata. A quota 1250 m si percorre per 5 km una panoramica sterrata. Un sentiero in discesa nel bosco porta ad un'altra sterrata che scende velocemente verso i monasteri di San Benedetto e Santa Scolastica, ricchi di arte e di storia.

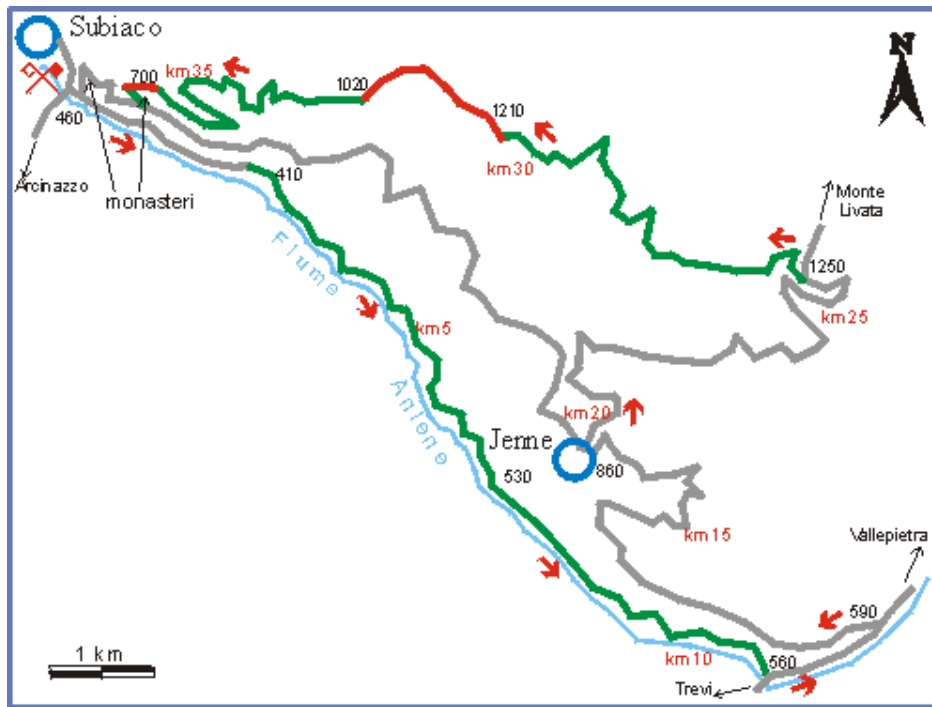
Come arrivare

Per arrivare a Subiaco si prende l'A24 verso l'Aquila uscendo al km 34 a Vicovaro - Mandela. Superato il casello imboccare a sinistra la Tiburtina seguendo le indicazioni per Subiaco. Dopo il paese, al km 16,9 della SP 411, si gira a sinistra in salita seguendo l'indicazione "Jenne" e "Monasteri". Percorsi 100 m ci si può fermare al parcheggio di fronte ai ruderi della villa di Nerone.

Altimetria



Mappa



Descrizione percorso



Km 0,0 - 460 mslm

Si inizia a pedalare dal parcheggio di fronte ai ruderi dell'Villa di Nerone in leggera salita.



Km 0,2 - 467 mslm

Percorsi 150 m si lascia la strada principale e si imbecca lo stradello in discesa a destra. Si inizia così a percorrere la valle dell'Aniene. Dopo 2 km, in prossimità di un manufatto dell'Enel, inizia lo sterrato che prosegue con numerosi saliscendi per altri 8 km.



Km 10,8 - 560 mslm

Arrivati sulla strada provinciale si gira a sinistra.



Km 12,4 - 590 mslm

Si gira a sinistra in direzione di Jenne. Ci prepariamo a 13 km di salita, non particolarmente impegnativa tranne un breve tratto dopo Jenne, in cui guadagneremo 700 m di quota.



Km 19,6 - 860 mslm

Arrivati a Jenne attenzione ad imbecca a destra la ripida via del cimitero. I cartelli, posti per chi viene dall'altra direzione, indicano "strada dei parchi" Jenne-Monte Livata. I primi metri fino al cimitero sono piuttosto ripidi, si affronta poi un tratto pianeggiante per riprendere a salire con un paio di tornanti.

Km 25,9 - 1253 mslm



Si lascia l'asfalto e si imbecca la sterrata a sinistra che dopo un breve tratto in discesa ha un andamento pianeggiante con lievi saliscendi.



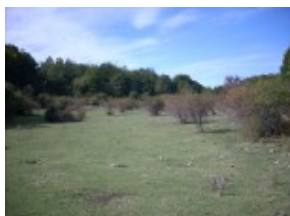
Km 27,4 - 1210 mslm

All'altezza di uno stazzo con recinto si tiene la pista di destra.



Km 30,9 - 1210 mslm

La pista termina in prossimità di alcuni prati diventando un sentiero poco evidente ma segnato.



Si prosegue lungo il prato nella valletta in direzione nord seguendo i segni bianco-rossi del CAI. Dove inizia il bosco ci sono i cartelli indicatori (n.674a San Biagio-Santa Scolastica). Si scende a mezzacosta verso destra per 500 m (**3 alberi caduti nel 2021 ostacolano il percorso**) fin quando si giunge ad un'altra serie di cartelli indicatori ed a quel punto tornare praticamente indietro sulla stessa direzione da dove siamo venuti scendendo sul sentiero più in basso



Sempre facendo attenzione ai segni bianco rossi sugli alberi proseguiamo in discesa.

Al km 32.4 fare attenzione perchè la traccia di sentiero sembra continuare lungo l'impluvio in realtà il percorso segnato da seguire rimane sulla costa di sinistra



Km 32,5 - 1040 mslm

Lasciato sulla destra l'impluvio il sentiero sbuca in una piccola radura. Sui sassi a terra sono presenti i segni bianco rossi e due frecce. Si prende il sentierino di destra.



Km 32,6 - 1030 mslm

Si ritrova una comoda sterrata che, prima in piano e, dopo un tornante, in discesa, ci porta al rifugio monte Taleo. Lo si supera continuando in discesa. Dopo un cancello (km 35,3) la strada diventa cementata.



Km 36,6 - 740 mslm

Al bivio si prende la cementata di destra in salita. Una breve rampa al 20% ci porta in prossimità di alcuni ripetitori. La vista si apre su Subiaco. Continuiamo a scendere su fondo cementato incontrando alcuni piccoli edifici di una comunità di suore.



Km 37,2 - 720 mslm

Siamo nel piccolo monastero di San Biagio. Per chi volesse ritrovare se stesso le suore offrono ospitalità a chiunque.

Proprio di fronte alla chiesina si prende il sentiero (segni bianco rossi) in discesa.



Il fondo, ripido e smosso, richiede attenzione.



Km 37,5 - 650 mslm

Un cancello ci fa entrare nella zona del convento di san Benedetto, Patrono d'Europa.



Km 37,6 - 640 mslm

Il monastero, costruito su una parete rocciosa, è particolarmente suggestivo e merita una visita. Ritornati sui nostri passi si riprende a scendere.



Km 38,6 - 560 mslm

Arrivati sulla strada provinciale si gira a destra in discesa. Si passa nel Monastero di Santa Scolastica e, dopo un km ci ritroviamo al punto di partenza.

Variante

Km 7,2

A metà valle dell'Aniene è possibile tagliare il percorso salendo direttamente a Jenne. Si svolta dalla valle a sinistra su un sentiero molto evidente e segnalato. All'inizio è una salita non pedalabile è molto ripida e con il fondo sassoso, però sono 200/300 metri circa tutti dritti, poi si svolta a sinistra e da quel punto è tutto pedalabile in realtà diventa un strada cementata molto facile, che parte dal depuratore.

Con **SCEGLI OGGI** di Enel Energia
hai il **30% di sconto** sul prezzo di listino
della **componente energia**, bloccato
per i primi 24 mesi.

