

## Itinerario n. 144 - Monte Orlando e Costamezza

### Scheda informativa



Punto di partenza: stazione Formia (Lt)  
 Distanza da Roma : treno  
 Lunghezza: 33 km  
 Ascesa totale: 1070 m  
 Quota massima: 340 mslm  
 Tempo in sella: 3h 15m  
 Sterrato: 25%  
 Prima effettuazione: settembre 2017  
 Ultimo aggiornamento:

### Generalità

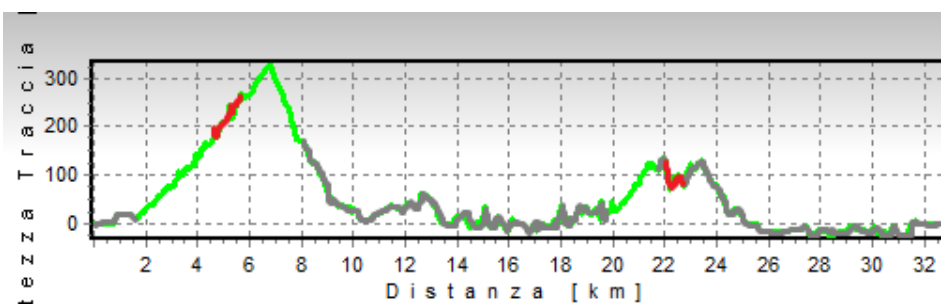
Itinerario mediamente impegnativo tra Formia e Gaeta con belli scorci panoramici .

L'itinerario è stato proposto, percorso e documentato da Fabio

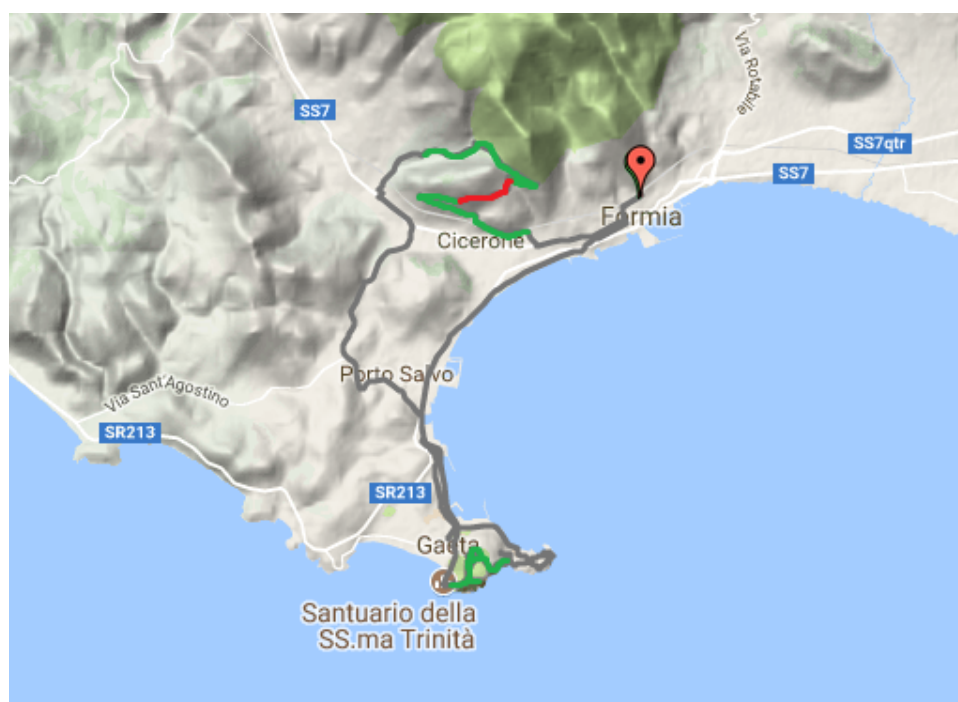
### Come arrivare

L'itinerario inizia dal piazzale antistante la stazione di Formia. (treni regionali da Roma ogni ora)

### Altimetria



### Mapa



**Descrizione percorso***Km 0,0*

Dalla stazione di Formia si prende la SS7 (Via Appia) in direzione di Roma...

*Km 1,8*

...al km 140, si svolta a destra per Via Acervara che si segue per pochi metri fino al punto in cui diventa sterrata. Si passa sotto al ponte della ferrovia, si supera un cancello fatto di reti di materasso e si segue la sterrata abbastanza dissestata...



...che inizialmente costeggia la ferrovia...



...poi per larghi tornanti risale il colle costamezza con magnifici panorami sulla baia di Gaeta (terreno molto dissestato)

*Km 6,8*

Si giunge al punto di massima altezza (350mt) presso uno stazzo di vacche che si oltrepassa uscendone per un corridoio di sbarre (che alle volte si può trovare chiuso ritrovandosi costretti a scavalcare). Si prosegue in discesa per strada asfaltata riscendendo il dislivello accumulato...

*Km 9,3*

Arrivati sulla via Appia si gira a sinistra in direzione di Formia.

*Km 10*

Superato il km 138 si svolta a destra per Via dell'agricoltura in direzione di Gaeta - SS213 proseguendo sempre su asfalto per 2,5 km.

*Km 12,5*

Si svolta a sinistra per via Sant Agostino. Si giunge sul litorale e si svolta a destra seguendo il lungomare Caboto (oppure la parallela via dell'Indipendenza caratteristica via antica di Gaeta). Alla prima rotonda si prosegue dritti seguendo il litorale

*Km 16,5*

Arrivati alla seconda rotonda si rimane sul litorale. Giunti a Piazzale Caboto si svolta a destra passando davanti il Caffè Granditalia e poi si svolta a sinistra prendendo la ciottolata via Duomo che risale a stretti tornanti (attenzione alle macchine provenienti in senso contrario) fino al castello di Gaeta (via Papa Pio IX / Via Aragonese / Via Angioina).

*Km 19,0*

Al bivio si svolta a sinistra per via De Lieto.

*Km 19,3*

Si svolta a sinistra per una strada sterrata che risale il monte Orlando con molti stretti tornanti.

*Km 21*

La sterrata finisce nei pressi della strada asfaltata che porta al faro di Torre Orlando che



si prende verso sinistra in salita seguendola per 100 m.

(In questo luogo sono stati attrezzati dei brevi single track per MTB ben segnati che si possono percorrere in discesa risalendo poi per la strada asfaltata).



*Km 21,1*

Si abbandona l'asfalto svoltando a destra su un sentiero sterrato (cartello segnaletico e sbarra). Il sentiero con magnifici panorami sul mare inizialmente sterrato poi ciottolato sbuca nei pressi della Grotta del Turco dove riconquista la strada asfaltata (km 23,4).

Si scende per la strada asfaltata fino al grande viale di Via Firenze dove si svolta a destra ricongiungendosi con la strada dell'andata (lungomare Giovanni Caboto, km 24,7), si svolta a sinistra seguendo il lungomare asfaltato per 7 km fino a ritornare a Formia dove si può facilmente giungere alla stazione.