



Due ruote e un lago

Il percorso ciclabile intorno al lago carsico più alto d'Italia è un'occasione per scoprire la natura, i sapori e i borghi tra le montagne che segnano il confine fra Campania e Molise.

La brezza sfiora i canneti che sporgono dalle acque, mentre lassù, sui pendii che salgono ripidi verso le cime, qua e là fa ancora capolino la neve. La fine dell'inverno ha riportato il verde e le stradine rurali sono di nuovo percorribili. Siamo sui monti del Matese, all'estremità settentrionale della Campania, quasi sul confine con il Molise. Un territorio poco conosciuto, già tutelato da un parco regionale e destinato a rientrare nei confini del nuovo Parco Nazionale del Matese. Gli antichi sentieri dei pastori permettono di attraversare ambienti molto diversi tra loro: dalle imponenti faggete si arriva alle brulle pietraie che si spingono fino ai 2.050 metri del Miletto, la cima più alta. La zona è inoltre ricca di grotte, generate dalla composizione calcarea delle rocce e dal lento lavoro dell'acqua che nei millenni ha scavato profondi abissi. La natura carsica del Matese è ben riconoscibile anche a un occhio poco esperto e il luogo dove ci troviamo ne è la dimostrazione più eclatante: la conca che accoglie il Lago del Matese si è formata soprattutto per la dissoluzione operata dalle acque meteoriche e non ha sbocchi superficiali. L'acqua che scorre

lungo i versanti delle montagne può defluire solo attraverso inghiottitoi e cavità sotterranee, mentre il resto si accumula formando un bacino: tra i laghi di origine carsica questo è il più alto d'Italia, visto che ci troviamo a mille metri di quota.

Il percorso Intorno al Lago del Matese sono presenti alcuni percorsi adatti alle due ruote di varie lunghezze e difficoltà. Alcuni richiedono l'utilizzo di mountain bike e un certo allenamento, ma non manca una piacevole opportunità adatta alle famiglie con bambini, ovvero la ciclabile che segue il periplo del lago, un itinerario della lunghezza di poco più di diciassette chilometri. Il fondo è in buona parte asfaltato e i tratti di sterrato sono quasi sempre in buone condizioni. Si può lasciare il v.r. presso l'azienda agrituristica Falode, sull'estremità orientale del bacino, e montare subito in sella alla due ruote. Da qui la stradina procede verso ovest, correndo ai piedi delle alte pareti della Gallinola, che con i suoi 1.923 metri è la seconda cima del Matese. Sulla sinistra i prati



▼ DOVE SOSTARE

Castello del Matese Agricampeggio Falode Village, Località Acqua di Santa Maria, tel. 0823 919233 o 0823 919265, www.falode.it. Offre ristorazione, prodotti tipici, camere, noleggio biciclette e maneggio. Aperto tutto l'anno, ma la zona agricampeggio è chiusa in inverno.

🚲 10% sulla sosta

▼ DOVE MANGIARE

Castello del Matese Rifugio Le Janare, SP181 Località Miralago, tel. 0823 919209, www.rifugiolejanare.it; qui è possibile gustare la specialità gastronomiche locali.

▼ EVENTI

L'area del Matese ospita diverse manifestazioni nel corso dell'anno, ma agosto è il mese più ricco. Oltre alle feste organizzate per Ferragosto, a Letino la prima domenica del mese si tiene la Sagra del formaggio mentre a Castello del Matese dal 3 al 5 agosto va in scena la Giostra.

▼ INDIRIZZI UTILI

Il sito ufficiale della Ciclolago Matese (www.ciclolagodelmatese.it) contiene tutte le informazioni utili per il ciclista: mappe, descrizioni e tracce gps dei percorsi. Anche l'ente Parco regionale del Matese (www.parcoregionaledelmatese.it) offre materiale utile e la banca sponsor del progetto ha un'utilissima sezione dedicata al territorio (www.bancacapasso.it/la-nostra-terra).



A fronte: la ciclovia che effettua il periplo del Lago del Matese, pianeggiante e su fondo omogeneo, è adatta anche alle famiglie con bambini; in alto, le acque del bacino si prestano a tranquille pagaiate. Sopra e qui accanto, escursionisti nei dintorni del borgo di Letino e due ragazzi con il costume tipico di questa località.

Anarchiche diversioni Il Matese ha tanto da offrire anche ai meno sportivi. Puntando la prua del camper a ovest, percorrendo circa venti chilometri, si possono raggiungere i 1.050 metri di quota del borgo di **Letino**, che conta poco meno di ottocento abitanti. La posizione da cui si domina la vallata e i vicoli che si dipanano tra le tipiche costruzioni in pietra ne fanno una meta ideale per rilassarsi. Anche qui il carsismo è di casa: uno spettacolare inghiottitoio, chiamato del Cavuto, assorbe le acque del torrente Lete che percorrono un traforo sotterraneo prima di gettarsi nel vuoto con una cascata nel vallone sottostante, la Rava di Prata. Non tutti sanno che nella primavera del 1877 arrivò qui la cosiddetta Banda del Matese, capeggiata dagli anarchici Errico Malatesta e Carlo Cafiero che occuparono il municipio, staccarono il ritratto del re e dichiararono decaduta la monarchia. L'esperienza durò pochi giorni, ma passò alla storia come Repubblica anarchica del Matese.

A soli cinque chilometri il paesino di **Gallo Matese**, sulla riva dell'omonimo laghetto artificiale, è un'altra meta interessante sia per l'architettura in pietra sia per i prodotti tipici. Da qui la strada scende fino al borgo di Fontegreca, a fondovalle: spettacolari tornanti attraversano il bosco degli Zappini, una cipresseta con esemplari di oltre cinquecento anni estesa su circa settanta ettari nella valle del torrente Sava.

scendono dolci verso il lago mentre greggi di pecore e capre punteggiano il verde ricordando l'antica tradizione pastorale di questi luoghi.

Pedalando senza sforzo si passa accanto a una cappella dedicata a San Michele, punto di partenza del sentiero che da questo versante in circa tre ore permette a chi ha le gambe allenate di raggiungere la cima del monte Miletto. Si procede tra i prati mentre sullo sfondo, a occidente, si delineano i rilievi che chiudono la conca carsica. Il percorso s'immerge poi sulla strada asfaltata, ed è l'unico tratto che richiede un po' di attenzione: qui la sede stradale è condivisa con le automobili, che tuttavia non sono molto frequenti. Seguendo l'ottima segnaletica si ritorna sullo sterrato e si pedala lungo un bel tratto alberato. Tra i rami, oltre il lago, si vedono bene le cime principali: a sinistra il Miletto, a destra la Gallinola. In mezzo si riconoscono spettacolari vallate dove, specialmente in primavera, i torrenti formano alte cascate. Il percorso continua passando su una piccola diga in terrapieno che fu realizzata un secolo fa per conservare l'acqua del lago, utilizzata da una piccola centrale idroelettrica a Piedimonte Matese: il grande inghiottitoio che s'intravede oltre la diga avrebbe progressivamente prosciugato il lago.

Dopo un altro tratto alberato, un nuovo pezzo di asfalto conduce in breve nuovamente all'Agriturismo Falode. Qui si può concludere degnamente la gita assaggiando la cucina e i prodotti locali, tra tutti il caciocavallo, il delizioso formaggio a pasta filata fatto con latte vaccino.

Natalino Russo