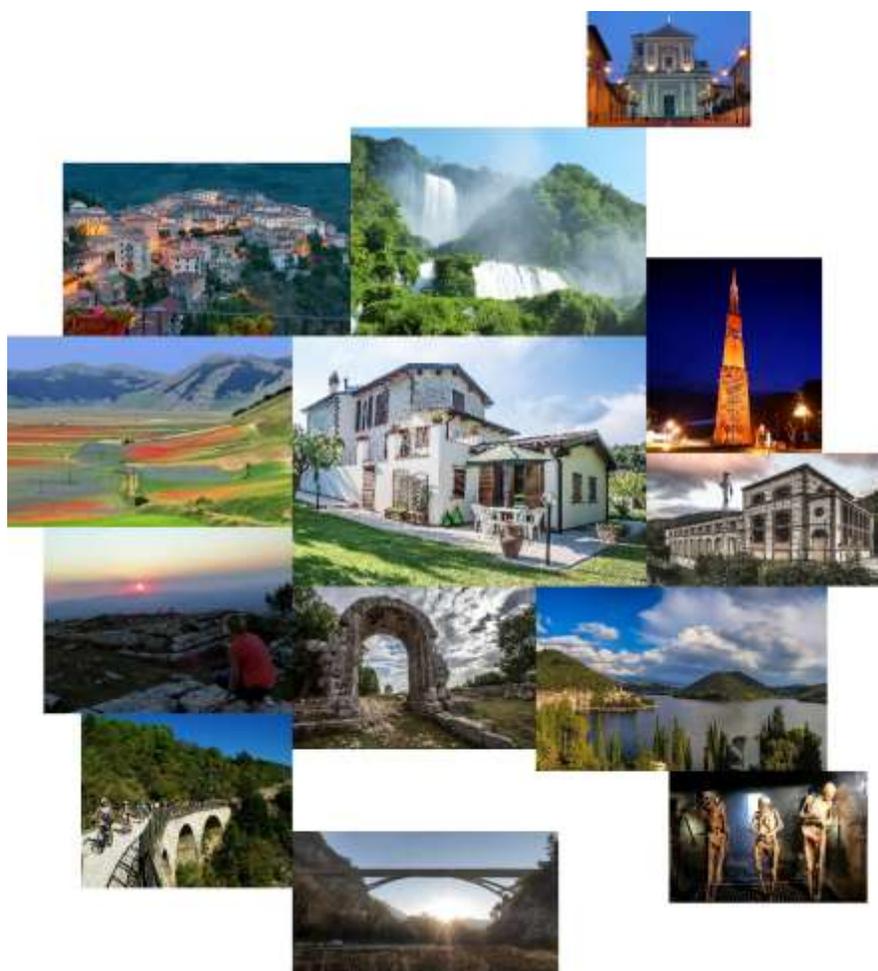


# LA PORTA DELLA VALNERINA

## *Bed and Breakfast*

VOL2

Cinque itinerari inconsueti nell'Umbria Meridionale



## SOMMARIO

Cinque itinerari per innamorarsi dell'Umbria Merid.	2
I cinque itinerari in breve	3
Itinerario 1	7
Itinerario 2	13
Itinerario 3	23
Itinerario 4	37
Itinerario 5	45
La Cascata delle Marmore	57
Terni e la sua storia	65

# Bed & Breakfast

## La porta della Valnerina

### Cinque itinerari per innamorarsi dell'Umbria Meridionale

Gentili ospiti,

sono Marco, gestore e proprietario del B&B La Porta della Valnerina, e sono immensamente lieto di darvi il benvenuto nella mia casa.

Nel primo volumetto: *“guida per vivere il territorio e la struttura”* avete già trovato tutte le notizie utili riguardanti il Casale del B&B, la sua storia, il parco, le norme e le regole per una ottimale fruizione ed una indicazione sommaria delle cose da vedere nei dintorni.

In questo volume invece, che potete portare con voi durante le vostre escursioni, troverete spiegati in dettaglio i 5 itinerari da me elaborati, che vi accompagneranno alla scoperta delle bellezze di questa incantevole parte dell'Umbria meridionale.

Non sono i classici percorsi che toccano le località più importanti, contenute nelle guide turistiche. Li ho scritti io stesso, impiegando mesi di impegnativo lavoro, ma soprattutto li ho scoperti, creati e vissuti durante gli ultimi 30 anni passati ad esplorare e ad innamorarmi di questo territorio.

Li ho realizzati descrivendo posti e raccontando storie, con lo stesso amore ed entusiasmo con i quali mostro questi luoghi ai miei amici quando li accompagno in giro per queste valli.

Sono itinerari molto dettagliati. Potrete seguirli velocemente, toccando solo i punti che più vi interessano, o percorrerli lentamente, con calma, per assaporare ogni dettaglio, come fosse un regalo prezioso che questa terra vi ha lasciato.

Vi auguro splendide passeggiate.



# I CINQUE ITINERARI IN BREVE

La maggior parte dei nostri ospiti arrivano da noi attirati dall'immortale fascino della Cascata delle Marmore.

Ma poi restano stupiti nello scoprire tutte le meraviglie che questa regione offre al visitatore, e vorrebbero avere altri giorni a disposizione per vedere tutto.

Utilizzando il nostro **B&B** come **campo base**, si possono seguire numerosi **itinerari**, da percorrere in poche ore o godersi in intere giornate di relax.

Attraversando suggestivi **paesini medievali**, dolci **torrenti** ed aspre **montagne, rocche ed abbazie, parchi naturali ed impianti sportivi**, questi percorsi consentono ai visitatori di scoprire le principali bellezze ed i piccoli gioielli segreti che questa zona antica e selvaggia dell'Umbria regala a chi vi si avventura, sfuggendo alle caotiche carovane del turismo di massa.

Principalmente, una volta visitata la Cascata, ci sono **cinque itinerari** che non possiamo mancare di percorrere.

## 1 DAL B&B ALLA CASCATA DELLE MARMORE

In soli 3 km nel breve tratto di Valle compreso tra il nostro B&B e la Cascata delle Marmore, vedremo le innumerevoli austere **vestigia** di quella che dalla fine dell'800, è stata una delle principali città industriali d'Italia, Terni, soprannominata la "**Birmingham Italiana**", concludendo con due capolavori **d'ingegneria dell'antica Roma: il Ponte del Toro e la Cascata delle Marmore.**

## 2 LA BASSA VALNERINA

In mezza giornata possiamo percorrere la prima parte della Valle del fiume Nera, toccando i paesini di **Casteldilago, Arrone, Ferentillo** e visitando le famose **Mummie di Ferentillo, l'Abbazia di San Pietro in Valle** ed il paese abbandonato di **Umbriano.**

[www.mummiediferentillo.it](http://www.mummiediferentillo.it) Cell:335-6543008 - 328 6864226  
orari mummie: aperto tutti i giorni 10.00-13.00 , 15.00-19.30  
(18.00 in inverno)

### 3 L'ALTA VALNERINA

Un'intera giornata da trascorrere immersi nel Medioevo, passando per il borgo di **Scheggino**, famoso per il **tartufo**, la splendida **Abbazia di Castel San Felice**, l'incredibile **Balza tagliata**, e costeggiando l'antica **ferrovia Spoleto-Norcia**, raggiungendo infine **Cascia**, **Norcia** e **Castelluccio di Norcia** nella **Piana del Monte Vettore**.

### 4 IL LAGO DI PIEDILUCO

In 15 minuti, raggiungiamo il **Lago di Piediluco**, per goderci un paio d'ore di relax, passeggiando sul lungolago, noleggiando un pedalò, o visitando i **ruderi della rocca Alborno** sulla cima del monte. Con qualche ora in più, si possono visitare i **luoghi Francescani** nel reatino, soprattutto il **santuario di Greccio**, dove nacque il primo presepe della storia.

### 5 NARNI SANGEMINI E CARSULAE

A 25 minuti dal B&B, non potete perdervi la magia del paese medievale di **Narni**, uno dei più belli della conca ternana, ed una visita alle segrete di **Narni sotterranea**. Ci vorrà mezza giornata per andare anche a visitare il borgo di **Sangemini** e il **Parco archeologico di Carsulae**, antica città romana perfettamente conservata.

[www.narnisotterranea.it](http://www.narnisotterranea.it)

[www.turismonarni.it](http://www.turismonarni.it)

[www.carsulae.it](http://www.carsulae.it)

Cell: 339.1041645

Tel: 0744.334133



Sono questi splendidi luoghi, meno battuti dal turismo di massa, ma non per questo meno affascinanti, quelli che il viaggiatore che si trova da queste parti, vuole soprattutto vedere, per vivere il vero spirito romantico dell'Umbria del sud.

Ma la nostra città è così ben collegata col resto della regione, che in massimo un'ora d'auto, si possono visitare tutte le città più note e frequentate.

**Spoleto** (30 km), **Todi** (35 km), **Assisi** (80 km), **Perugia** (85 km), **Orvieto** (90 km), **Lago Trasimeno** (100 km).

## 6 CITTA' DI TERNI

Un'ultima nota infine sulla **Città di Terni**.

Rasa al suolo quasi completamente durante la II guerra, **Terni** è una città moderna e industriale, che non può competere con la magnificenza dei paesini medievali circostanti. Se il tempo che avete è poco, potete anche evitare di entrare in città.

Ma se avete qualche ora in più, potrete vedere molte cose belle ed interessanti.

Denominata la "**Città dell'Amore**", è la patria di San Valentino, vescovo della città martirizzato nel III secolo d.C., oggi eletto in tutto il mondo patrono degli innamorati, il cui corpo è conservato nell'omonima **Basilica di S. Valentino**.

Da visitare sono anche il **Duomo**, eretto nel XVII secolo, la **Chiesa di San Francesco** e la **Chiesa di San Salvatore**.

Degni di nota sono anche i resti dell'**Anfiteatro romano**, delle antiche mura e i quartieri medievali, con resti di antiche torri e bei palazzi, e la scultura di **Arnaldo Pomodoro** "**Lancia di luce**"

# ITINERARIO 1

## DA TERNI ALLA CASCATA DELLE MARMORE

L'inizio della Valnerina, i capolavori di archeologia industriale

### INTRODUZIONE

La **Valnerina** è la suggestiva valle scavata dal **fiume Nera**.

Questo selvaggio corso d'acqua nasce nelle Marche, sui maestosi **Monti Sibillini**, e dopo aver attraversato gli aspri rilievi dell'Umbria sud-orientale, raggiunge la conca ternana per poi sfociare dopo **116 km** nel Tevere presso Orte.

La Valnerina è uno dei paesaggi più belli ed affascinanti della regione, nel quale il fiume corre limpido e spumeggiante lungo la valle stretta e tortuosa, circondata da alti monti e pareti scoscese costellate da paesini medievali, torri e mura merlate.

Questo primo itinerario si snoda per soli 3 km nel breve tratto iniziale della valle, tra la città di Terni e la Cascata delle Marmore. Racchiude in soli **3 km**, le innumerevoli austere **vestigia** di quella che dalla fine dell'800, è stata una delle principali città industriali d'Italia, soprannominata la "**Birmingham Italiana**" e si conclude con due capolavori **d'ingegneria dell'antica Roma**: il **Ponte del Toro** e la **Cascata delle Marmore**.

### ITINERARIO

Ancor prima di lasciare il B&B, cominciamo già con l'osservare dalle finestre del casale, abbarbicato sulla cima di un masso calcareo, il paesino di **Papigno**, di origine medievale ma di assetto ottocentesco, poiché fu completamente ricostruito dopo un devastante terremoto nel 1785.



Una curiosità sono i **tetti azzurri o “impolverati”**, ancora in parte visibili, a causa della polvere inquinante prodotta nel secolo scorso dalla sottostante fabbrica di Carbuoro di Calcio.

Lasciato il casale, scendiamo verso valle per un breve tratto di strada di 800 mt, e passiamo in mezzo a due grandi edifici industriali parzialmente dismessi.



Si tratta della maestosa **Centrale di Cervara**, il primo impianto idroelettrico della valle costruito per sfruttare le acque del fiume Nera. L'edificio più basso sulla sinistra è quello della **prima centrale del 1903**, poi utilizzato

come mattatoio e ora come officina dell'Enel, quello alto sulla destra è l'impianto del **1906**, oggi in disuso. A monte è situata la vasca di carico da cui partivano sette condotte forzate che alimentavano la centrale.

Attraversato il ponte sul fiume Nera, imbocchiamo verso destra la Strada Statale della Valnerina (SS 209) e dopo soli 2 km, all'altezza del bivio per **Papigno**, rasentiamo il grande complesso di capannoni industriali, sede dal 1901 fino agli anni '70, dello **stabilimento elettrochimico “Società Italiana per il Carbuoro di Calcio”**.

Rappresentano uno dei migliori esempi di archeologia industriale recuperata, dato che nel 1997 sono stati trasformati, grazie all'opera del premio oscar Roberto Benigni, negli **Studios cinematografici di Cinecittà 2**. Qui sono stati girati i capolavori “La Vita è Bella”, “Pinocchio” e molte altre produzioni internazionali. Parte dei capannoni è utilizzata dal Centro Rafting Le Marmore. All'interno



dei capannoni sono ancora conservate le **scenografie del Paese dei balocchi**, utilizzate per il film Pinocchio.



Sempre sul lato destro della strada, nei pressi del ponte che porta a Papigno, sorge una **piccola stazione**, recentemente ristrutturata, che costituisce uno dei pochi resti della vecchia **tranvia** che collegava **Terni** al paese di **Ferentillo**. Realizzata tra il **1899** e il 1909, con i suoi 18 km di lunghezza, collegava tutti gli stabilimenti della Valnerina tra

loro e con la stazione di Terni. Restò in uso fino al 1960, contribuendo a diffondere la realtà industriale e operaia verso la Valnerina.

Poche centinaia di metri più avanti, ci troviamo sulla destra l'impervio pendio del **Monte S. Angelo**, completamente scavato dalla grande **cava di Monte S. Angelo**, che con il suo calcare forniva materia prima agli impianti della Società Italiana per il Carbuco di Calcio che abbiamo



appena superato, e poi allo stabilimento della società "Terni". Tutta la montagna, ai nostri occhi così impervia, era un grande cantiere di lavoro. Impressionanti sono le fotografie che ritraggono operai in equilibrio sui vagoncini a cremagliera che risalivano i crinali.

Sulla cima del monte svetta la medievale **Rocca di Monte S. Angelo**, visibile anche dal nostro B&B, che costituì sempre un baluardo di Terni contro Rieti nelle secolari lotte per la regolamentazione delle acque della Cascata delle Marmore.



Ai piedi del monte risplende la bianca mole della stupenda **Centrale elettrica di Galleto**, costruita nel **1929** dall'architetto **Cesare Bazzani**. Attualmente ancora in piena attività, è stata ai tempi della sua inaugurazione, la centrale elettrica più potente d'Europa.

Proseguendo in direzione Cascata, passiamo sotto il modernissimo **Ponte delle Marmore**. L'immenso cavalcavia alto **70 mt**, che scavalca la Valnerina e il fiume con un tratto rettilineo di 300 mt sorretto da una sola arcata, è stato inaugurato nel dicembre 2013, e fa parte della superstrada Terni-Rieti.



Duecento metri dopo il ponte, raggiungiamo uno slargo sulla destra. Da qui, lasciando l'auto e percorrendo un breve sentiero a piedi, possiamo ammirare al di sotto della sede stradale i resti dell'antico **Ponte del Toro**, considerato il più grande manufatto di età romana nel territorio ternano.

Riscoperto nel 1819, è un ponte ad **una sola arcata**, posto in una **posizione obliqua** rispetto all'attuale corso del fiume, segno che risale a tempi in cui l'alveo del Nera si trovava in una posizione diversa da quella odierna.



Secondo molti studiosi, questo ponte costruito con grossi blocchi regolari, deve considerarsi di epoca molto anteriore al taglio della Cascata, quindi almeno del **III - IV sec a.C.** rappresentando perciò anche il **più antico** manufatto del territorio ternano.

Percorriamo l'ultimo km di strada per raggiungere il termine del nostro primo itinerario, l'attrazione principale della regione, l'indescrivibile spettacolo della **Cascata delle Marmore**, considerata la più alta d'Europa.



Le acque spumeggianti, precipitando da un'altezza di **162 metri**, danno luogo ad uno degli spettacoli più avvincenti della natura, tanto da essere candidata a divenire patrimonio dell'umanità.

Fu realizzata dal console **M. Curio Dentato nel III sec a.C.** realizzando un canale nella roccia per bonificare la sovrastante piana Reatina (cava curiana).

Da sempre esaltata da pittori come il Corot e da poeti come Lord Byron, è stata una delle mete più amate del Gran Tour.

Siamo qui al **Belvedere inferiore**, dove troviamo l'**info-point**, l'area **parcheggio** e l'**accesso al Parco**, nel quale sono attivi un centro documentazione ed un **orto botanico**.

Dall'info-point di piazzale Vasi partono una serie di **percorsi** che conducono in prossimità del primo salto, tra cascatelle laterali, ponti di



legno e una vegetazione fittissima. Quasi a metà tra il belvedere inferiore e quello superiore, è possibile percorrere un tunnel pedonale che conduce al "**Balcone degli innamorati**", a picco sopra il salto centrale, dove la Cascata può essere ammirata in tutta la sua impetuosità

Ristoranti, bar, venditori ambulanti di porchetta e cibi locali e un piccolo shopping center competano l'offerta di servizi ai turisti.

Sulla piana sovrastante si trova **Marmore**, il borgo da cui prende il nome la Cascata, punto di partenza ideale per l'escursione al **Belvedere superiore**. Si può raggiungere questo belvedere o a piedi, attraverso il sentiero n° 1 interno al parco, oppure in auto, tornando indietro fino al bivio per Papigno, salendo fino a imboccare la strada 79 per Rieti, e risalendo la collina per 5 km fino a raggiungere il paese di Marmore.

Dall'info-point del belvedere superiore, si accede al complesso di **grotte della cascata**, ed alla vicina area verde attrezzata per campeggio e pic-nic chiamata "**I Campacci**".

In fondo a questo volume c'è un intero capitolo sulla visita alla Cascata. Lasciando la cascata alle nostre spalle procediamo per l'itinerario 2.

*“Il vero viaggio di scoperta  
non consiste nel cercare nuove terre,  
ma nell’aver nuovi occhi”*

*Marcel Proust*



*Bed and Breakfast*  
**LA PORTA DELLA VALNERINA**

Via Centrale di Cervara n° 53 - TERNI  
Mobile: 39.347.7609678  
Web: [www.laportadellavalnerina.com](http://www.laportadellavalnerina.com)  
Mail: [info@laportadellavalnerina.com](mailto:info@laportadellavalnerina.com)