

TRAVEL

ITALIA COAST TO COAST

DALL'ADRIATICO AL TIRRENO, A PIEDI O IN BICI, UN PERCORSO UNICO CHE RIEVOCA LE TRAVERSATE AMERICANE. CONQUISTANDO AVVENTURIERI E APPASSIONATI DI ARCHEOLOGIA

di Valentina Lo Surdo [f](#) valentina.losurdo.3 [t](#) ValuLoSurdo [i](#) ilmondodiabha ilmondodiabha.it

Dopo il grande successo internazionale del Cammino di San Benedetto, che lo ha reso uno dei costruttori di cammini più popolari e apprezzati in Italia, Simone Frignani ha realizzato la sua seconda creatura, il figlio più ribelle e scanzonato. È il Coast to Coast, che coniuga perfettamente la dimensione a piedi con quella in bici, regalando a entrambe le esperienze pari emozioni. Anno dopo anno, infatti, il popolo a due ruote è cresciuto costantemente su questo percorso, chiamato C2C dagli appassionati, che ora è il più equilibrato per presenze tra biker e camminatori. Sono passati quasi dieci anni da quando Frignani ebbe l'idea di fondare un cammino che attraversasse l'Italia dall'Adriatico al Tirreno. Il suo lavoro di ricerca, di studio cartografico e di esplorazione sul campo è proseguito fino all'uscita della guida, oggi alla quarta edizione per **Terre di Mezzo Editore**, *Italia Coast to Coast - Dall'Adriatico al Tirreno*. Era la primavera 2014 quando nacque questo libro, con un nome in copertina nato d'istinto e capace di centrare un'idea chiara fin da subito. Che si è dimostrata giusta, vincente e incredibilmente attraente.

Ma cos'è che attira di questo tracciato? «Prima di tutto non è né un cammino né un trekking, è il Coast to Coast, unico nel suo genere», spiega il suo creatore. «Sin dal titolo, poi, rievoca le traversate americane, la conquista del grande West, le imprese narrate in *On the road* da Jack Kerouac. In fondo anche in questo caso si tratta di andare a ovest, a piedi o su due ruote, anche se il mezzo e il paesaggio sono completamente diversi rispetto all'America degli anni '50».

Già, perché anche se il C2C nasce come cammino a piedi, l'attenzione prestata al percorso ciclistico è davvero peculiare: «La mia cultura del viaggio nasce sulla bicicletta», prosegue Frignani, «e rispolverando il mio patentino di guida in mountain bike ho deciso di creare un percorso per camminatori dove l'esperienza ciclistica non fosse marginalizzata, dove chi pedala non si dovesse adattare, come avviene nella maggior parte delle vie a piedi. Niente di tutto ciò: ho dedicato molto tempo alle varianti ciclistiche e la traversata di circa 440 chilometri (410 a piedi) presenta una grande percentuale di sterzati, fondo ideale per il ciclista perché mai eccessivamente tecnico».

Baia di Portonovo (AN)



La mappa del cammino Italia Coast to Coast



© Simone Frignani

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

TRAVEL

Inoltre, in questi ultimi mesi, Simone si sta dedicando alla creazione della sua quinta guida per **Terre di Mezzo**, per la prima volta un percorso interamente dedicato al ciclovaggio, che si chiamerà *Rotta a Nord-Est*, 640 chilometri tra Trento a Trieste.

Cerchiamo dunque di esplorare le caratteristiche che rendono il Coast to Coast un cammino unico, amatissimo, un'esperienza non paragonabile a nient'altro in Italia: «Il suo fascino – da cui è nato il movimento dei "coaster", i viandanti che lo percorrono – si deve a tanti fattori. Innanzitutto, si rivolge al viaggiatore curioso che è alla ricerca di luoghi insoliti e vuole scoprire le radici profonde della civiltà italica».

È un cammino che raccoglie lo spirito dell'archeologo-esploratore un po' alla Indiana Jones, «dove al gusto dell'avventura si coniuga quello per lo studio del passato. Da un lato, infatti, si tratta di un'esperienza fortemente tellurica, per il contatto viscerale con le estese foreste ombre e maremmane, le ampie sterrate marchigiane e il bagno propiziatorio iniziale nell'Adriatico, all'alba, e quello finale nel Tirreno, al tramonto. Ma è anche un percorso archeologico, che porta a contatto con le radici del popolo dei Piceni, infilando le Vie Cave Etrusche e raccogliendo da questo nostro mondo antico un'energia straordinaria, senza tempo», conclude Frignani.

Inoltre, c'è un'altra caratteristica pecu-



Colline marchigiane

liare di questo percorso, non animato da ricerche spirituali né da museo, ma da vivere integralmente all'aria aperta: «La scelta di non segnarlo con frecce o pannelli, di cui i coaster con spirito d'avventura vanno fieri. La sfida diventa anche quella di cercare la strada, di scoprire la Penisola guidati dall'attrazione esercitata da un invisibile sentiero che la attraversa da sinistra a destra. Insomma, chi si mette in marcia sul C2C deve essere un camminatore sveglio, che ama cercarsi la via da solo».

Ma andiamo a ripercorrerlo nelle sue

18 tappe (nove in bicicletta), che separano i due mari. Partendo dal delizioso borgo di pescatori di Portonovo Marche, in provincia di Ancona, si raggiunge Osimo con la sua ricchezza storica, concludendo così la prima tappa. Attraversando poi una strada altamente panoramica sulle colline marchigiane, si tocca Filottrano (AN) e poi Treia (MC), città romana posta su un'antica via tra le Marche e l'Umbria. Da lì si continua verso un'altra località d'arte, San Severino Marche, e si va avanti verso Pioraco, sempre in provincia di Macerata, in un'area dalla spettacolare valenza naturalistica.

Risalendo la valle del fiume Potenza, si svalica la regione raggiungendo Nocera Umbra (PG), famosa per la bontà della sua acqua. È poi la volta di affrontare sentieri mozzafiato che permettono di aggirare il Monte Subasio per giungere ad Assisi, capitale mondiale di pellegrini e camminatori. Splendida anche la visita alla successiva città medioevale di Bevagna, nel cuore della Valle Umbra, da cui si inanella l'attraversamento per Gualdo Cattaneo che conduce alla magnifica Todi.

Con un'immersione naturalistica irrorata da potenti acque, si attraversa il Parco fluviale del Tevere per lasciarsi incantare dal balcone naturale di Civitella del Lago (TR) e godersi il tramonto affacciati sul Lago di Corbara.

La grande storia della Penisola si in-

Duomo di Orvieto (TR)



© mauroesci/AdobeStock



Sovana (GR)

treccia a Orvieto, dall'alto della sua celebre rupe di tufo, con i racconti risalenti alla civiltà etrusca, romana, medievale e rinascimentale. Si riprende quindi il C2C percorrendo una via etrusco-romana alla volta di Bolsena (VT), lasciando che l'amena vita sull'omonimo lago ci distraiga per un po' e condividendo magari qualche racconto di viaggio con i pellegrini: da lì, infatti, si prosegue per lungo un tratto della Via Francigena fino a entrare nella Tuscia viterbese.

Pronti per il salto nelle viscere della terra etrusca, con un'agile tappa ci si ritrova a Sorano (GR), la prima delle tre città del tufo che costituiscono l'acme di tutti i chilometri percorsi in precedenza, vivendo una selvaggia emozione a contatto con la natura che difficilmente si può dimenticare. Impossibile non ricordare l'affascinante insediamento rupestre di Vitozza e soprattutto le decine di chilometri macinati nelle Vie Cave, percorsi sacri scavati dagli Etruschi incuneandosi tra ripide pareti tufacee. In un paesaggio che racconta una storia millenaria a ogni passo, lasciando scorrere al nostro fianco magnifici vigneti, si raggiunge Sovana, con la sua bellezza ondivaga, tra civiltà etrusca e medievale. L'ultimo imponente passaggio nelle Vie Cave conduce a Pitigliano, scoppiettante cittadina ricca di vita e bellezza, sede di una storica comunità ebraica.

Ci si trova quindi quasi alla fine del C2C, ma manca ancora una lenta sorpresa finale. È quella che si svela pian piano percorrendo i sentieri della Valle del Fiora, toccando il balcone

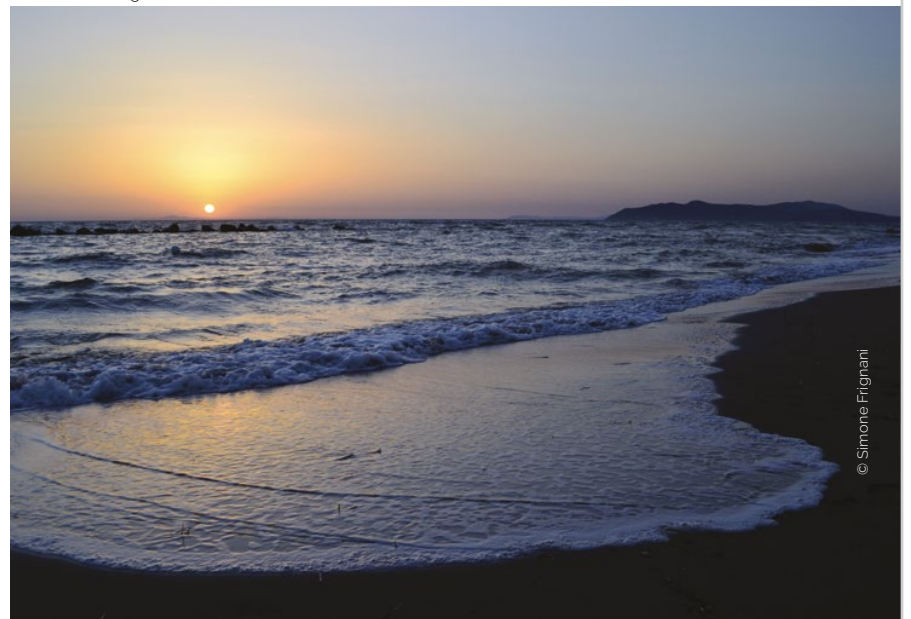
maremmano di Manciano, da dove si può finalmente scorgere il Mar Tirreno. Poi, infilando la densa macchia mediterranea, si giunge a Capalbio prima di scendere a strapiombo verso il Tombolo di Feniglia, per andare a immergersi nelle acque della zona di Orbetello, all'ombra del Monte Argentario. Soli estivi alle porte, il Coast to Coast attende chiunque voglia percorrerlo. Ma prima di mettersi in viaggio bisogna ricordare il motto con cui si salutano i suoi camminatori: che la gioia ti perseguiti! E accompagna con il sorriso ogni passo di questa strepitosa avventura.

italiacoast2coast.it



Terre di Mezzo Editore, pp. 168 € 19

Tramonto all'Argentario (GR)



© Simone Frignani