

# L'Aquila

Passeggiare nella città fragile e bellissima



Camminare fa bene perché

1

Aiuta a regolare il colesterolo buono

2

Favorisce la circolazione

3

Ti mette di buon umore

## Itinerario

TREKKING URBANO

Basilica di Santa Maria di Collemaggio

Lunghezza

4.8 km

Durata

69 min

Salita

170 m

Discesa

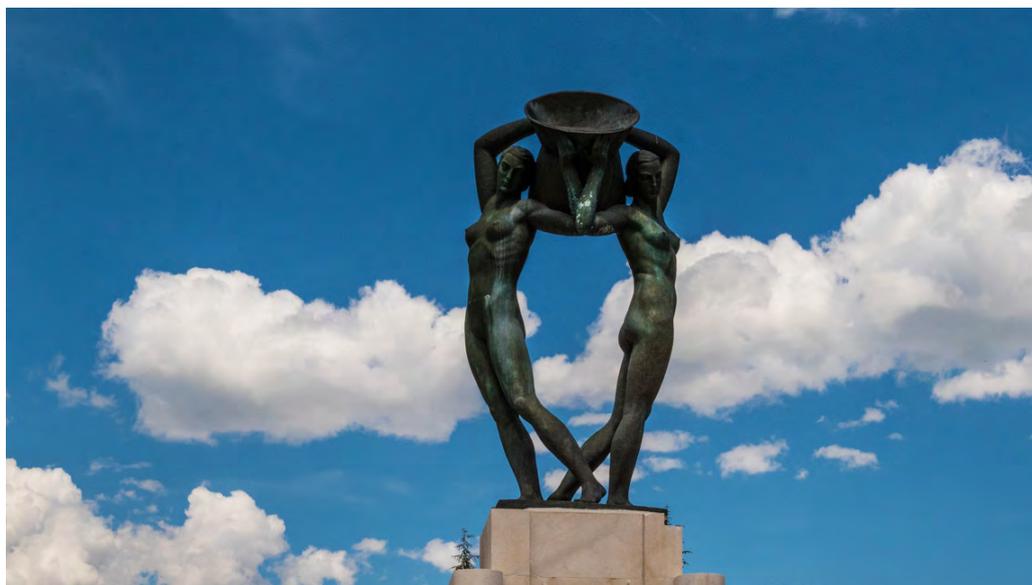
111 m

Forte Spagnolo

Nel cuore dell'entroterra abruzzese e del Parco Nazionale del Gran Sasso sorge L'Aquila. Questa meravigliosa città dalle origini leggendarie, nonostante i danni subiti dai diversi terremoti (1461, 1703 e 2009) conserva un patrimonio storico di enorme valore artistico e culturale.

Non solo chiese e ottimo cibo!

Il percorso ne "L'Aquila insolita" si snoda tra le vie del suo centro storico, gravemente ferito dall'ultimo devastante terremoto del 2009, ma che riesce comunque ad ammaliare il visitatore per la sua bellezza e ricchezza, soprattutto per i suoi luoghi più nascosti.

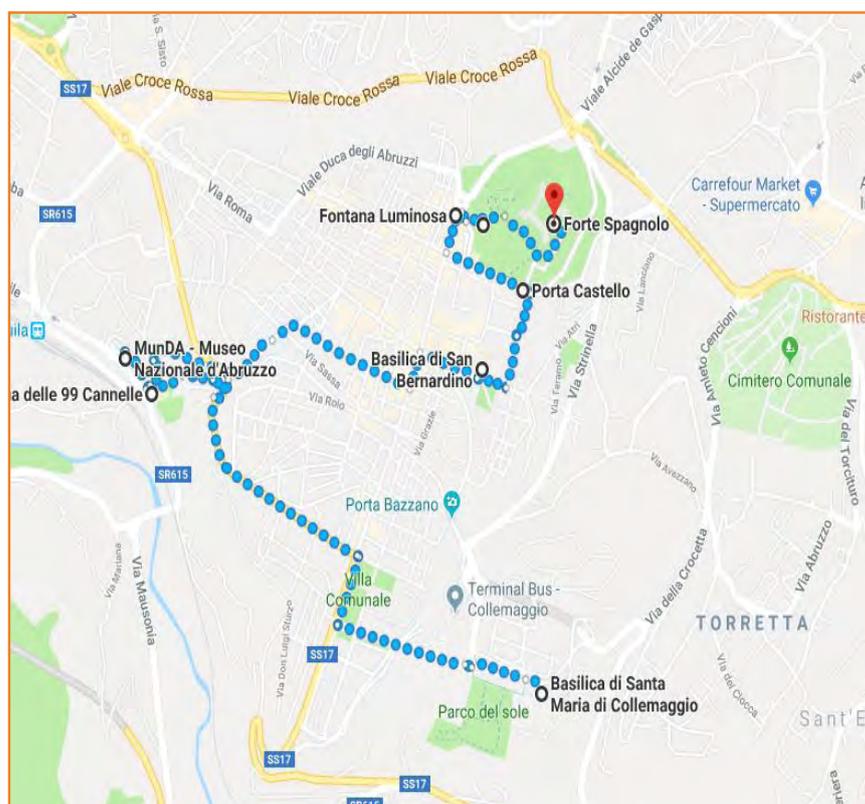


Vai al percorso GPS:

<https://goo.gl/maps/VENFkVQ4Yiz>

Il percorso, della lunghezza di **4,8 chilometri** e della percorrenza di circa un'ora e dieci minuti, parte dalla Basilica di Santa Maria di Collemaggio e si conclude al Forte Spagnolo, includendo sei tappe intermedie.

La piacevole passeggiata nel cuore de L'Aquila permette di esplorare gli angoli verdi della città abruzzese, i meandri più celati allo sguardo del classico visitatore, per carpire e assaporare l'atmosfera più autentica della città.



I PERCORSI DEL BENESSERE

## BASILICA DI SANTA MARIA DI COLLEMAGGIO



1

**Basilica di Santa Maria di Collemaggio.** Si trova appena fuori la cinta muraria, sull'omonimo colle. Fondata nel 1288, è considerata la massima espressione dell'architettura abruzzese. Oltre a

essere il simbolo della città è anche un Monumento Nazionale. All'interno ospita le spoglie di Papa Celestino V, collocate nel Mausoleo realizzato nel 1517 da Girolamo da Vicenza.

**Fontana delle 99 Cannelle.** Questa fontana è uno dei principali simboli della città. La fontana rappresenta il volto monumentale della sua fondazione: attorno alle Cannelle aleggiano misteri e simboli esoterici. Nel XIII secolo si decise di dare vita a una "città-madre" raggruppando

le popolazioni di 99 castelli. I signori dei castelli avrebbero, successivamente, ricollocato gli abitanti del borgo in una specifica area della città. Perché allora le Cannelle della fontana sono 93? È un mistero.

## FONTANA DELLE 99 CANNELLE



2

## MUNDA



3

**MunDA - Museo Nazionale d'Abruzzo.** Istituito negli anni '50, in questo museo sono esposte le raccolte aquilane del Museo Civico e del Museo Diocesano che formano un unico complesso rappresentativo

dell'arte abruzzese. L'esposizione comprende dei capolavori dell'età rinascimentale, come la Croce processionale del Duomo.

**Basilica di San Bernardino.** Costruita con il convento adiacente tra il 1454 e il 1472, custodisce le spoglie di San Bernardino da Siena, al quale è dedicata. La facciata è considerata la massima espressione

dell'architettura rinascimentale in Abruzzo, mentre l'interno in stile barocco è stato ricostruito a seguito del terremoto del 1703.

## BASILICA DI SAN BERNARDINO



4

2 km

170 mt

400 mt

1,5 km



I PERCORSI DEL BENESSERE

## PORTA CASTELLO



5

**Porta Castello.** È la porta più elevata dell'Aquila. Assunse la forma attuale nel 1769, per chiudere la città nella zona Castello, completando così uno degli assi longitudinali dell'impianto urbanistico rinascimentale. Rivestita

in pietra bianca è realizzata in laterizio. Il portale è sormontato dagli stemmi della Casa d'Austria e di Carlo V. Dopo il terremoto del 2009 è stata restaurata.

400 mt

## FONTANA LUMINOSA

**Fontana Luminosa.** È chiamata così perché nelle ore serali assume un aspetto suggestivo grazie al magico gioco di luci e acqua. Realizzata nel 1934 dallo scultore Nicola D'Antino, all'interno ha una vasca circolare,

sollevata da alcuni gradini, sulla quale è collocata la struttura in marmo delle due donne nude intente a sorreggere una conca abruzzese, dalla quale scende l'acqua.



6

## AUDITORIUM DEL PARCO



7

**Auditorium del Parco.** È anche noto come l'Auditorium del Castello per la sua collocazione. Si tratta di un complesso a uso musicale e teatrale, progettato dall'architetto Renzo Piano e costruito dopo il

terremoto del 2009 per contribuire alla ricostruzione de L'Aquila e per sopperire alla mancanza di una struttura simile nel capoluogo abruzzese.

110 mt

350 mt

## FORTE SPAGNOLO

**Forte Spagnolo.** L'impressionante fortezza aquilana cinquecentesca si trova sul punto più alto della città. Progettata da un architetto spagnolo, è tra i pochi edifici militari in Italia ad aver conservato la struttura originaria.

Costruito secondo le più aggiornate tecniche dell'epoca, è protetto da un fossato e riporta lo stemma di Carlo V sul portone d'ingresso. Danneggiato dal sisma del 2009 è stato sottoposto a restauro e messa in sicurezza.



8

Se dopo questa piacevole camminata  
ti è venuta un po' di fame guarda  
le nostre nuove ricette del benessere

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



I PERCORSI DEL BENESSERE