

# MOLISE

IL TURISMO DELL'ACQUA

12



CAMERA DI COMMERCIO  
DEL MOLISE



# MOLISE

## LEGENDA

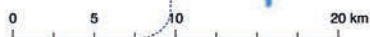
- 1 - Rio Collalto
- 2 - Lago di Castel San Vincenzo
- 3 - Cascata del Volturno
- 4 - Pantano della Zittola
- 5 - Cascate del Verrino
- 6 - Cascate di Carpinone
- 7 - Cascate del Lorda
- 8 - Cascate del Longaniello
- 9 - Lago di Civitanova
- 10 - Lago di Carpinone
- 11 - Parco fluviale S. Maria del Molise
- 12 - Cascate del Càllora
- 13 - Cascate del Quirino
- 14 - Lago di Occhito
- 15 - Lago di Guardialfiera

**FIUME SANGRO**

**FIUME VOLTURNO**

LAZIO

CAMPANIA



## BACINI REGIONALI

MAGGIORI

MINORI

 Biferno	 Sinarca
 Fortore	 Sinello
 Saccione	 Torrente Mergola
 Trigno	 Torrente Tecchio
 Volturno	 Vallone Rio Vivo
 Sangro	 Vallone delle Canne



## Indice

- |    |                                  |    |                           |
|----|----------------------------------|----|---------------------------|
| 5  | INTRODUZIONE                     | 20 | Il fiume Biferno          |
| 6  | Il fiume Volturno                | 21 | Il lago di Guardialfiera  |
| 11 | Rio Collalto e S. Michele a Foce | 22 | Il torrente Callora       |
| 11 | La cascata del Volturno          | 22 | Il torrente Quirino       |
| 12 | Il lago di Castel San Vincenzo   | 24 | Il fiume Fortore          |
| 14 | Le cascate di Carpinone          | 24 | Il lago di Occhito        |
| 16 | Il torrente Lorda e Longaniello  | 24 | Parchi Fluviali           |
| 18 | Il Pantano Zittola               | 24 | Santa Maria del Molise    |
| 18 | Il torrente Verrino              | 25 | Specchi lacustri naturali |
| 20 | Il fiume Trigno                  | 27 | INFO E NUMERI UTILI       |



## Introduzione

La rete idrografica del Molise è alquanto fitta per la presenza di numerosi torrenti e torrentelli, alcuni dei quali a carattere stagionale. I sistemi fluviali che interessano il Molise sono: **il Volturno**, con i principali affluenti Cavaliere e Vandra, che si sviluppa nell'alto corso nella provincia di Isernia; **il Sangro**, a confine con l'Abruzzo, che solo per pochi chilometri scorre in Molise; **il Trigno**, con il **Verrino** nel medio e basso corso, segna il confine con l'Abruzzo; **il Fortore**, con il **Tappino**, nel basso corso, scorre in parte in Molise e segna il confine orientale con la Puglia, per poi sfociare nell'Adriatico poco più a sud del confine regionale; **il Biferno** - con il **Quirino**, il **Callora**, il **Rio** nell'alto corso e il **Cigno** verso la foce - è il fiume più importante della regione, la divide in due e ha un bacino di 1.311 chilometri quadrati, più di un quarto nel territorio molisano. Cinquantadue i comuni della valle, ventisei quelli che hanno tutta la superficie territoriale compresa per intero nella valle: di questi, 19 hanno un confine segnato dal **Biferno**. Ad eccezione del **Volturno**, tributario del **Mar Tirreno**, gli altri fiumi **Trigno**, **Biferno**, **Saccione** e **Fortore** sfociano nel **Mar Adriatico** e hanno un corso quasi parallelo.

### LEGENDA MAPPE

Nell'opuscolo sono riportate delle piccole mappe. Non sono esaustive della rete sentieristica presente, non essendo quello lo scopo per cui sono state redatte, bensì la finalità è quella di indicare, se presente, la soluzione più accessibile per poter visitare l'attrazione a cui è riferita.

Segnaliamo che su ogni mappa sono riportate delle coordinate che si riferiscono al punto di inizio dei percorsi. Queste coordinate possono essere inserite nella ricerca dell'App **Google Maps** e quindi utilizzate per le indicazioni stradali per raggiungere il luogo indicato.

## IL FIUME VOLTURNO

*Le Sorgenti sgorgano maestose alle radici del Monte Azzone, in una località irta di macigni, dirupata, sterile, selvaggia, chiamata Capo d'Acqua o Capo Volturmo o Capo di Fiume. Lo spettacolo è attraentissimo. Le polle, in numero superiore alla trentina, scaturiscono a ferro di cavallo, copiose e cristalline. Secondo calcoli approssimativi, hanno una portata di 5700 litri d'acqua a minuto secondo, e si riuniscono immediatamente, formando il fiume che prende il nome dell'avvoltoio (vultur latino), perché la sua corrente, come il volo di quest'uccello rapace, volteggia rapida e tortuosa. Le acque sono fresche, limpide, purissime, si mescolano e si confondono tra loro in salti, spume, gorghi, spruzzi, che empiono la conca alpestre di suoni, di gorgogli, di strepiti, di scrosci innumerevoli.* (Berenario Amorosa, 1924) Il fiume, al giorno d'oggi, appare invece meno vorticoso e copioso di acque: gran parte viene utilizzata dall'Enel per la creazione di energia elettrica. La grandezza del fiume si ritrova solo in prossimità di Ponte Rosso nel territorio di Colli a Volturmo.

## ATTIVITA' SPORTIVE

### Escursioni

**In autonomia:** Un percorso piacevole e rilassante parte dalle sorgenti del fiume Volturmo fino a raggiungere l'Abbazia di San Vincenzo al Volturmo e l'area archeologica omonima. Il percorso regala incantevoli passaggi lungo il fiume e bei panorami collinari, fino a raggiungere l'importante complesso benedettino. Una volta visitata l'Abbazia, è possibile riprendere la sterrata per godere ancora del per-



*Di fianco: Canyoning estremo nella Forra di San Michele a Foce. In alto: Veduta parziale delle "Fonti" del Volturmo nel territorio di Rocchetta a Volturmo.*



corso fluviale, per poi riprendere al contrario il sentiero e rientrare al punto di partenza.

**Accessibilità:** Il sentiero (è una breccia) è idoneo a passeggiate per i portatori di handicap motorio.

### SAN MICHELE A FOCE

Il Rio Colle Alto raccoglie le acque superficiali di Valle di Mezzo e si impegna a valle di essa nella forra di erosione subglaciale di San Michele a Foce, percorsa da una faglia attiva. Stretta e profonda con pareti strapiombanti, questa forra nasconde particolari formazioni, le “marmitte dei giganti”, dovute all'erosione fluviale.

### ATTIVITÀ SPORTIVE

#### *Escursioni, Torrentismo*

**In autonomia:** Escursione all'Eremo di San Michele su sentiero segnalato del Parco Nazionale Lazio, Abruzzo e Molise. L'eremo è abbarbicato sul fianco nord della profonda gola incisa dal torrente Rio Colle Alto, il corso d'acqua si guarda agevolmente percorrendo il sentiero per l'eremo, senza però poterne apprezzare la parte inforata, quella che regala le alte e maestose cascate raggiungibili solo con l'attività di torrentismo.

**Con guida:** Per escursioni guidate all'Eremo o alle numerose occorrenze del Parco e anche per l'attività di Torrentismo, contattare l'operatore *Attraverso il Molise*. (Riferimenti in terza di copertina)

**Accessibilità:** Al momento, il sentiero per l'Eremo non è accessibile ai portatori di handicap motorio.







## LA CASCATA DEL VOLTURNO

La cascata è posta in località Cartiera di Castel San Vincenzo nel punto in cui il terreno, essendo più declive il fiume, diventa alquanto più rapido e nel sito dove riceve il torrente di Pizzone, povero di acque nello stato naturale, ma gonfio ed impetuoso nelle piogge dirotte, forma una suggestiva cascata. Quindi si volge verso oriente; scorre lambendo il territorio di Cerro al Volturno; si avvanza sempre tortuoso, rumoroso e superbo.

## ATTIVITÀ SPORTIVE

### *Passeggiate*

**In autonomia:** Breve passeggiata per concludere (o iniziare) una giornata nelle belle Mainarde molisane. Parcheggiando nei pressi del punto di inizio indicato in mappa, in brevissimo si raggiungono le Cascate del Volturno dove in alta stagione è anche presente un piccolo punto ristoro. L'accesso con biglietto di ingresso può essere pagato in loco.

**Accessibilità:** Al momento, il sentiero che porta alle cascate non è accessibile ai portatori di handicap motorio.

*A lato: La spumeggiante e spettacolare cascata della "Cartiera" di Castel San Vincenzo.*

## LAGO CASTEL SAN VINCENZO

Il fascinioso specchio lacustre è posto a est della catena del Monte Rocchetta e dell'altura su cui sorge l'abitato di Castel San Vincenzo, mentre a ovest della catena mediana delle Mainarde. Al centro di quest'area è collocato il lago sulle cui sponde è stato realizzato un Parco Turistico che gode di una posizione strategica con spiaggia attrezzata balneabile, sorvegliata e ampia, organizzata in più aree dove ospiti e giornalieri, anche con amici a quattro zampe, hanno spazi dedicati e serviti in base alle differenti esigenze. Gli amanti dello sport potranno usufruire di campi da beach volley, beach soccer e tiro con l'arco e canoa. In compagnia dei propri amici si potranno organizzare tornei in cui divertirsi in gruppo e sfidarsi con altri ospiti del campeggio.

## ATTIVITÀ SPORTIVE

### *Passeggiate, Canoa, E-bike, Campeggio*

**In autonomia:** Consigliamo di passeggiare direttamente lungo le rive del lago, parallelamente alla traccia riportata in mappa oppure seguendo la strada circumlacuale, comoda e





Veduta totale del bacino artificiale di Castel San Vincenzo





che permette di accedere di tanto in tanto alle varie calette naturali presenti sul lato orientale del lago.

**Con guida:** L'operatore *Oasi delle Mainarde* offre molteplici servizi, oltre al mangiare e al campeggiare (anche con camper) garantisce infatti la possibilità di rilassarsi sulle sponde del lago oppure di divertirsi con numerose attività sportive noleggiando e-bike, canoe e pedalò. *(Riferimenti in terza di copertina)* L'operatore *Molise Avventura* è specializzato in escursioni guidate in canoa sul lago di Castel San Vincenzo e in generale nei laghi e fiumi

molisani. A seconda della stagione propongono diverse località interessanti sulle quali pagaiare, anche in notturna e alla scoperta del cielo stellato. *(Riferimenti in terza di copertina)*

**Accessibilità:** I portatori di handicap motorio possono percorrere comodamente la strada circumlacuale (è una brecciata); per accedere facilmente alle sponde del lago consigliamo di usufruire della viabilità del centro Oasi delle Mainarde.

## LE CASCATE DI CARPINONE

Il fiume Carpino origina dalle pendici del Monte Totila, in agro del comune di Sessano, e si immette nel fiume Cavaliere in prossimità dell'abitato di Isernia. Lungo il corso d'acqua e all'interno di un bosco incantato e una natura floreale, sorge la cascata di Carpinone, uno degli spettacoli più affascinanti della natura del luogo. Scoperte dai ragazzi dell'Associazione "Molise in Action" e definite dal FAI (Fondo Ambiente Italiano), sono diventate una delle attrazioni naturalistiche più interessanti di tutta la regione. Sconosciute ai più sino a qualche anno fa, in un paio d'anni l'area ha rappresentato un punto fermo delle attrazioni turistiche più ricercate e amate dai visitatori. Raggiungerle è abbastanza semplice: una volta parcheggiati nel borgo, dalla piazza centrale si percorrono diversi sentieri, tutti immersi nel verde brillante e caratterizzati da un'atmosfera silenziosa interrotta solamente dal fragore del fiume.

## ATTIVITÀ SPORTIVE

**Escursioni, Acquatrek, Fuoristrada**

**In autonomia:** Carpinone offre il parco fluviale più attrezzato e esteso del Molise. Parcheggiando nel luogo indicato in mappa, a piedi, si possono raggiungere i luoghi di interesse del parco fluviale con visita alle cascate e al bel borgo medievale di Carpinone.

**Con guida:** Il fiume Carpino si presta a un divertente Acquatrek realizzato dall'operatore **Molise In Action** che cura e gestisce l'accoglienza, il parco fluviale e altre attività all'aria aperta, tra cui escursioni alla chiesa di San Donato oppure ai laghetti di Carpinone. (Riferimenti in terza di copertina)

A organizzare altre interessanti proposte outdoor, tra cui escursioni guidate e percorsi in 4x4 in zona, si aggiunge anche l'operatore **Dimensione Explorer**. (Riferimenti in terza di copertina)

**Accessibilità:** Al momento, i sentieri del parco fluviale non sono accessibili ai portatori di handicap motorio.

*In questa pagina e nella pagina a lato: La meravigliosa cascata del Carpino nel comune di Carpinone, tra le più visitate del Molise. Nel riquadro: Acquatrekking nelle acque del Carpino.*





## IL TORRENTE LORDA E LONGANIELLO

La “Riserva Naturale Monte Patalecchia e dei Torrenti Lorda e Longaniello” si estende per circa 2200 ettari e interessa il territorio pedemontano della Provincia di Isernia. Comprende il territorio dei comuni di Castelpetroso, Santa Maria del Molise, Pettoranello, Castelpizzuto, Longano, Isernia e Sant’Agapito. Fulcro centrale sono le aste fluviali dei torrenti **Lorda e Longaniello**, che sfociano nel Mar Tirreno, mentre il torrente Rio Borrello, affluente del Biferno, sfocia sul versante adriatico. All’interno della profonda valle scavata dal torrente Lorda, si segue il suo limpido corso d’acqua mentre scorre ai piedi del piccolo borgo di Sant’Agapito. Cascate, cisterne e pozze di fresche acque allietano il bisogno di freschezza. Ci si sposta a piedi alternando il fondo del percorso con acqua e terra; ci si immerge nel torrente Lorda per raggiungere fiabesche pozze dove i più audaci



potranno provare l’ebrezza di bagnarsi in acqua freschissima.

### ATTIVITÀ SPORTIVE *Escursioni, Acquatrek*

**In autonomia:** I due corsi d’acqua e i rispettivi bacini appartengono alla Riserva Naturale del Monte Patalecchia; i luoghi sono ancestrali e suggestivi e ad elevato valore naturalistico. Di contro, la rete sentieristica è pressoché assente, dunque ne sconsigliamo la fruizione autonoma. Per visitare i luoghi e le belle cascate è bene rivolgersi a professionisti del settore escursionistico.

**Con guida:** L’operatore *Attraverso il Molise*, durante l’anno, offre numerose e svariate attività outdoor in tutta la regione Molise. Nell’area dei due torrenti propone escursioni in ambiente fluviale e un’entusiasmante attività di Acquatrek. Tutte le proposte sono sempre prenotabili per gruppi oppure fruibili nelle date indicate del ricco calendario escursionistico. (*Riferimenti in terza di copertina*)

**Accessibilità:** Al momento, i sentieri che lambiscono i torrenti Lorda e Longaniello non sono accessibili ai portatori di handicap motorio.





*In questa pagina: La cascata del torrente Longaniello e, nel riquadro, acquatrekking. Nella pagina a lato: Acquatrekking nel letto del torrente Lorda.*

## IL PANTANO ZITTOLA

È un'estesa pianura paludosa circondata da un anfiteatro naturale di versanti montuosi ricoperti di boschi, che delimitano il bacino del Sangro da quello del Volturno. Situato a circa 820 metri sul livello del mare, il Pantano si estende per circa 6 chilometri da "Bocca Pantano", all'estremo sud, sino al Ponte della Zittola, all'estremo nord. La depressione geografica costituisce una zona umida che è attraversata longitudinalmente dal fiume Zittola, le cui acque tendono a ristagnare in pianura.

*Pag. 17, foto in alto: La cascata "Pisciarello" situata lungo il corso superiore del torrente Verrino nel comune di Capracotta. In basso: Il Pantano della Zittola di Montenero Valcocchiara.*

## ATTIVITÀ SPORTIVE

### Escursioni, Mountain Bike

**In autonomia:** Il Pantano della Zittola è uno splendido pianoro intramontano incastonato in un ambiente unico e suggestivo. È particolarmente interessante nel periodo primaverile, grazie alle acque di scioglimento che allagano parzialmente l'area e alle tante fioriture presenti. Una volta raggiunto il pianoro, nel punto di inizio sentiero indicato in mappa, consigliamo di passeggiare a piedi o in bici all'interno della bella pianura, percorrendola fino in fondo alla ricerca del cavallo "Pentro" al pascolo.

**Accessibilità.** L'area (erbosa) è idonea a passeggiate per i portatori di handicap motorio.





## IL TORRENTE VERRINO

Buona parte dei 25 km lungo i quali si sviluppa il fiume, sono nel territorio comunale di Agnone, anche se la sua origine è in agro di Capracotta a circa 1375 m s.l.m., alle falde di Monte Capraro. Proprio nel tratto di confine tra i due comuni altomolisani, il fiume conserva il suo aspetto di accidentato torrente di montagna, la cui velocità delle acque, cadendo da enormi dirupi, crea suggestive cascate, forre e marmitte dei giganti, ma che in passato è anche servito per azionare importanti manufatti tecnologici quali centrale idroelettrica e fonderie del rame, che si avvalevano proprio della impetuosità delle acque per creare forza motrice tale da sviluppare energia elettrica e forza per battere il rame.

## ATTIVITÀ SPORTIVE

### *Escursioni, Mountain Bike*

**In autonomia:** Il tratto fluviale del Comune di Capracotta è formato da un substrato roccioso che favorisce la presenza di numerose cascatelle e piccoli salti che si sviluppano lungo il corso del torrente Verrino. L'area ripariale, purtroppo, è carente di una rete escursionistica idonea alla fruizione di tutti i luoghi, una piccola ma



valida possibilità è data dal suggestivo Parco Fluviale del torrente Verrino la cui visita può essere effettuata in autonomia partendo dal punto di inizio percorso riportato in mappa.

**Accessibilità:** Al momento, i sentieri del Parco Fluviale non sono accessibili ai portatori di handicap motorio.





Photo © Bruno Sardella

### IL FIUME TRIGNO

Dopo il Biferno è il corso d'acqua che più interessa i bacini idrici molisani. Anticamente era denominato *Trinum* (dal latino), in quanto nasceva da tre polle d'acqua ed era fiume conosciuto alle popolazioni italiche, poiché a poca distanza dalle sue fonti sorge un importante Tempio Italico. Le fonti si trovano ai piedi di Monte Capraro (m. 1.721), in agro di Vastogirardi, per poi ricevere il Verrino, che scende dalla zona di Agnone. Per un tratto di 35 Km scorre interamente in territorio molisano, passando inoltre a poca distanza dal Santuario di Santa Maria di Canneto.

### IL FIUME BIFERNO

Il bacino idrografico del fiume Biferno ricade interamente in Molise, con una superficie pari a circa 1.316

km<sup>2</sup>. Il fiume ha origine dalle sorgenti di Bojano, poste a circa 500 m s.l.m. Il Biferno è il maggiore fiume della regione sia come lunghezza (106 km) sia come bacino (1311 Km<sup>2</sup>). A circa 5 km dalle Sorgenti riceve sulla sinistra il Rio e sulla destra il torrente Quirino, alimentati da numerosi rivi del Matese. Dopo la piana di Boiano, il suo letto slarga sotto le colline di Oratino e di Castropignano arrivando al lago di Guardialfiera; sotto Guglionesi riceve sulla destra il Cigno, suo principale affluente, prima di sfociare nell'Adriatico.

### IL LAGO DI GUARDIALFIERA

Il lago di Guardialfiera o del Liscione è un invaso artificiale formato negli anni Sessanta-Settanta dall'innalzamento di una diga sul fiume Biferno al fine di fornire acqua potabile ai paesi circostanti



Photo © Franco Cappellari

per uso domestico, agricolo e industriale. Il lago, di forma allungata da sud-ovest verso nord-est, è per gran parte affiancato dalla S.S. 647 Fondovalle del Biferno, che con un complesso di viadotti ne sovrasta gran parte. Le specie di Pesci autotone più diffuse sono il Cavedano, la Tinca e il Luccio. Per realizzare il lago e la diga, un antico ponte romano venne sommerso dalle acque: esso è ora visibile nei periodi estivi, nelle vicinanze del Monte Peloso.

*A pag. 18: Antico ponte sul fiume Trigno nel territorio di Bagnoli del Trigno e, in basso, i moderni viadotti della S.S. 647 attraversano il lago di Guardialfiera.*

## ATTIVITÀ SPORTIVE

### *Passeggiate*

**In autonomi:** Il lago di Guardialfiera ha un accesso comodo e direttamente dalla statale S.S. 647 in corrispondenza del punto di inizio sentiero indicato in mappa. Una volta parcheggiati, è possibile passeggiare piacevolmente sulla circumlacuale o sulle sponde del lago ammirando il paesaggio e i tanti uccelli migratori che frequentano le ricche rive fangose.

**Accessibilità:** La strada circumlacuale (è una brecciata) è idonea a passeggiate per i portatori di handicap motorio.





## IL TORRENTE CALLORA

Il Callora è un corso fluviale a carattere torrentizio e a regime variabile stagionale. Le sue acque sono alimentate d'inverno dalle piogge e dallo scioglimento delle nevi. Il letto comprende le gole del torrente Callora, il cui corso superiore si sviluppa, al di sotto delle balze del castello e alle spalle dell'abitato di Roccamandolfi, in una gola dalle alte pareti e dallo scenario da wilderness. Lo spettacolo che si presenta è quello di un ambiente intatto ed emozionante: una forra con ripide pareti in cui il fiume scorre con salti, anche di notevole altezza. Le acque si dividono in cento rivoli fra pareti rocciose.

## ATTIVITÀ SPORTIVE

*Escursioni, Mountain Bike, Torrentismo, Ciaspolate*

**In autonomia:** Dall'abitato di Roccamandolfi, attraverso i suggestivi vicoli del borgo medievale, si sonda un sentiero che in 30 minuti circa conduce alle principali attrazioni locali (Ponte Tibetano, Castello Maginulfo, Zipline) situate nel bel Parco del torrente Callora. Dopo la visita, se vi state muovendo in auto o meglio in Mountain Bike, elettrica o muscolare, vi consigliamo di pro-

seguire per la località Campitello di Roccamandolfi, dove un dedalo di carrarecce immerse in faggeta, regalano un interessante circuito escursionistico per tutte le abilità, posto in una cornice ambientale di grande pregio

**Con guida:** Con l'accompagnamento professionale, l'area si presta alla frequentazione per tutto l'anno. Dalla primavera fino a luglio il torrente Callora è ideale per vivere l'emozione del Torrentismo, mentre in autunno e in inverno, escursioni guidate e ciaspolate sono l'ideale. Rivolgetevi all'operatore *Attraverso il Molise* per scoprire l'unicità del Torrentismo, per le escursioni in quota e per ciaspolare alla scoperta delle splendide vallecole innevate del pianoro di Campitello. (Riferimenti sono riportati in terza di copertina)

**Accessibilità:** In località Campitello di Roccamandolfi le numerose carrarecce (sono delle brecciate) permettono ai portatori di handicap motorio di scoprire il bosco e la bellezza dei paesaggi.

*A lato, in basso: Ponte Tibetano sul torrente Callora e, in alto, torrentismo sulle pareti del torrente in prossimità della cascata Rio, nel comune di Roccamandolfi.*



## IL TORRENTE QUIRINO

Le Gole del torrente Quirino, situate a ridosso del paese di Guardiaregia, formano una stretta e profonda incisione tra il centro abitato e le alture circostanti con una lunghezza di circa 4 km, dagli 800 m. s.l.m. di località Arcichiaro fino a circa quota 600 m. s.l.m. della chiesa di Santa Maria ad Nives. La cascata, che raggiunge un'altezza totale di circa 100 metri, ha un regime stagionale ed è priva di acqua solo nei mesi di luglio e agosto.

### ATTIVITÀ SPORTIVE Escursioni, Fuoristrada

**In autonomia:** Una volta raggiunto il punto di partenza indicato in mappa, seguire la segnaletica sentieristica presente nell'area. Una prima breve passeggiata conduce al belvedere che guarda da lontano la cascata del Torrente Quirino oppure, seguendo il bel sentiero "del Lanario", si può fiancheggiare il piccolo torrentello, affluente destro del Quirino, alla ricerca delle marmitte di erosione fluviale.

**Con guida:** La Valle del Quirino comprende l'area naturalistica WWF di Guardiaregia in sinistra idrografica, in destra idrografica le magnifiche faggete del Comune di Sepino dove

famosi sono "I Tre Frati". L'operatore **Dimensione Explorer** è specializzato in escursioni 4x4 ed escursioni guidate a piedi e in bici; potete rivolgervi a loro per scoprire gli angoli più suggestivi della zona e in generale per visitare le principali occorrenze naturalistiche presenti in Regione. (Riferimenti sono riportati in terza di copertina)

**Accessibilità:** Al momento, i sentieri dell'area del torrente Quirino non sono accessibili ai portatori di handicap motorio.

*In basso: Cascatella Oasi WWF di Guardiaregia e, nella pagina successiva, la cascata di San Nicola lungo il corso del torrente Quirino.*





### IL FIUME FORTORE

Il Fortore, *Frento* per i Romani, si distende nella parte meridionale della regione e per un tratto segna il confine tra Puglia e Molise. Sfocia nel mare Adriatico tra il lago di Lesina e Campomarino.

Oggi la portata del Fortore è molto ridotta per la costruzione nel 1980 della diga che ha dato origine al lago di Occhito.

### IL LAGO DI OCCHITO

La diga è stata realizzata alla fine degli anni '50 per far fronte alle esigenze idriche della provincia di Foggia. È tra le più grandi dighe in Italia realizzata in terra battuta. Il lago si sviluppa da un'altezza minima di 140 m. ad una massima di 198 m. s.l.m., riuscendo ad accumulare una quantità massima di acqua di oltre 300 milioni di metri cubi di acqua.

### PARCHI FLUVIALI

#### SANTA MARIA DEL MOLISE

La scenografiche cascate che si possono ammirare all'ingresso del paese di Santa Maria del Molise, sono alimentate da un'antica sorgente conosciuta già in epoca romana. In effetti questo luogo era riportato sulla Tavola Peutingeriana con il toponimo "Ad canales". Suggeriva appare oggi la zona dei mulini ad acqua, funzionanti sino agli anni Sessanta del XX secolo. L'intera area è stata sistematicamente e accuratamente ristrutturata ed è diventata un vero parco tematico sull'acqua.

*In basso: Tramonto sul lago di Occhito. Nella pagina successiva, in alto: Le cascate del Parco fluviale di Santa Maria del Molise. In basso: La "mise" invernale del lago di San Lorenzo sulla Montagnola molisana nel comune di Civitanova del Sannio.*







### SPECCHI LACUSTRI NATURALI

Pochi e piccoli i laghi naturali, nell'area della Montagnola molisana sono presenti diversi fenomeni carsici formati in seguito al dilavamento della montagna. Il lago di Civitanova o di San Lorenzo si produce, interiormente alla uvala omo-

nima menzionata, di norma in novembre e resta fino a marzo, creando un velo di acqua alto in media 1 metro, che copre 5 ettari di superficie (eccezionalmente l'acqua si alza a 2 m. e, in tal caso, invade 8 ettari), velo su cui è possibile fare entusiasmanti escursioni in canoa.





*In questa pagina: Il lago di Carpinone sul limite meridionale della Montagnola molisana.*

## Info e Numeri Utili

### ATTRAVERSO IL MOLISE

*Escursioni guidate dal 2012*

*Strada Provinciale Aquilonia, 29*

*86093 Carpinone (IS)*

Tel (39) 328 4718018

[www.attraversoilmolise.org](http://www.attraversoilmolise.org)

[attraversoilmolise@gmail.com](mailto:attraversoilmolise@gmail.com)

### MOLISE IN ACTION

**Infopoint Cascate Carpinone (IS)**

*Corso Aquilonia, 50*

*86093 Carpinone IS*

Tel. (39) 345 432 5380

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

[info@moliseinaction.it](mailto:info@moliseinaction.it)

[www.facebook.com/moliseinaction/](https://www.facebook.com/moliseinaction/)

### DIMENSIONE EXPLORER

*C.da Lammerti, 29*

*86010 Oratino (CB)*

Tel. (39) 347 730 5781

[www.dimensioneexplorer.com](http://www.dimensioneexplorer.com)

[info@dimensioneexplorer.com](mailto:info@dimensioneexplorer.com)

[www.facebook.com/dimensioneexplorer/](https://www.facebook.com/dimensioneexplorer/)

### MOLISE AVVENTURA

*C.so Umberto I*

*86021 Bojano (CB)*

Tel. (39) 366 593 3649

[www.moliseavventura.com](http://www.moliseavventura.com)

[moliseavventura@gmail.com](mailto:moliseavventura@gmail.com)

[www.facebook.com/moliseavventura/](https://www.facebook.com/moliseavventura/)

### PARCO TURSTICO

**OASI DELLE MAINARDE**

*Lago di Castel San Vincenzo (IS)*

Tel. (39) 0865 194 5794

(39) 329 949 4994

[www.oasidellemainarde.com/](http://www.oasidellemainarde.com/)

[info@odm.camp](mailto:info@odm.camp)

[www.facebook.com/odmcamp/](https://www.facebook.com/odmcamp/)

Realizzazione editoriale **Volturnia Edizioni Piazza Santa Maria, 5 - Cerro al Volturno (IS)**

Tel. 0865 953593 - 339 7909487 [www.volturniaedizioni.com](http://www.volturniaedizioni.com) - [info@volturniaedizioni.com](mailto:info@volturniaedizioni.com)

Testi e immagini: **Molise Guida turistica**, Volturnia Edizioni 2020

Testi itinerari e accessibilità a cura di Francesco Cimino/Attraverso il Molise

Mappe a cura di APS Attraverso il Molise

Crediti Mappe di base ©2020 Google

Impaginazione, grafica e fotografie Tobia Paolone (tranne dove diversamente indicato)

Copyright © 2020 Camera di Commercio del Molise e Volturnia Edizioni

Progetto Scoprire il Molise. Edizione promossa dalla Camera di Commercio del Molise

Presidente Paolo Spina - Referente Gemma Laurelli



www.moliseacque.com



## Progetto SCOPRIRE IL MOLISE

- 1 Museo dei Misteri e Museo Sannitico di Campobasso
- 2 La Riserva MaB Unesco "Alto Molise"
- 3 Il Castello Svevo e il Borgo Vecchio di Termoli
- 4 L'Area Archeologica di Altilia/Sepino
- 5 Il Complesso Monumentale di San Vincenzo al Volturno
- 6 Museo e Pontificia Fonderia di Campane Marinelli
- 7 Il Museo Nazionale del Paleolitico di Isernia
- 8 Le Chiese, il Castello e il Centro storico di Campobasso
- 9 Le chiese, i Musei e il Castello di Venafro
- 10 Le *vestigia* romane e il borgo medievale di Larino
- 11 Castelli e rocche medievali del Molise
- 12 Il turismo dell'acqua in Molise

*La presente pubblicazione è di proprietà della Camera di Commercio del Molise e la riproduzione, anche solo parziale, necessita di espressa autorizzazione.*



CAMERA DI COMMERCIO  
DEL MOLISE

Piazza della Vittoria, 1 - 86100 Campobasso

Sede secondaria: Corso Risorgimento, 302 - 86170 Isernia

Tel. +39 0874 4711 - camera.commercio@molise.camcom.it - www.molise.camcom.gov.it

PEC cciaa.molise@legalmail.it