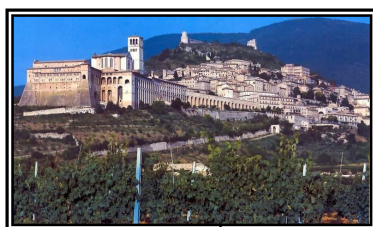




Il Team4Lampioni di Terracina organizza la 7° Gran Fondo Ciclistica dell'Umbria non competitiva suddivisa in quattro tappe per complessivi 740 Km. Attraverso le province di Latina, Frosinone, Roma, Terni e Perugia i ciclisti raggiungeranno le sedi di tappa: Piediluco, Cascia e Assisi.

Partenza da Terracina il 6 Luglio, ritorno il 9 Luglio 2011.



INDICE

- Pag. 1) Copertina
- Pag. 2) Indice
- Pag. 3) Hotel del Lago - Piediluco
- Pag. 5) Santa Rita da Cascia - Basilica
- Pag.6) Il Monastero – Il Coro Antico
- Pag.7) L'Oratorio - L'Anello Nuziale e Rosario
- Pag. 8) L'Urna Dorata - Il Sarcofago
- Pag. 9) Il Roseto
- Pag. 10) La Basilica di Santa Maria degli Angeli
- Pag. 11) Assisi storia
- Pag. 14) San Francesco di Assisi
- Pag. 15) La Basilica Inferiore-La Basilica Superiore-La Cripta
- Pag. 16) Altimetria e planimetria prima/quarta tappa
- Pag. 17) Altimetria e planimetria seconda tappa
- Pag. 18) Altimetria e planimetria terza tappa
- Pag. 19) Programma
- Pag. 20) Regolamento

Lago di Piediluco Hotel del Lago

L'Hotel del Lago, incastonato tra le rocce e tra una vegetazione lussureggiante, è in panoramico dominio dell'antico borgo di Piediluco e dell'incantevole Lago omonimo, tornato finalmente balneabile nel febbraio 2008. L'Hotel rappresenta una vera oasi di tranquillità in un ambiente accogliente e raffinato. Aria buona e aria "condizionata": negli anni trenta il pittore e architetto futurista

di Terni, Giuseppe Preziosi, ricevette l'incarico di progettare l'edificio. L'Hotel del Lago Piediluco, originariamente colonia, profitta ancora oggi dell'amenità della posizione e, perché no, anche dell'aria buona di questi magnifici luoghi dell'Umbria



meridionale. L'hotel dispone di due confortevoli parcheggi ed è circondato da un piccolo parco. Due ristoranti, bar, centro convegni e solarium estivo completano la dotazione.

Piediluco è una frazione del comune di Terni (TR).

Collocato a 375 m s.l.m., il paese è abitato da 523 residenti. Esso sorge in riva all'omonimo lago che alimenta, assieme alle acque del fiume Velino, la cascata delle Marmore.

Storia Scavi archeologici nella zona hanno permesso di ritrovare resti di insediamenti risalenti alla tarda

Età del Bronzo. In seguito venne conquistata dai Sabini e, a partire dalla metà del III secolo a.C., passò ai romani.

In un documento del 1028 si citano il Castello de Luco (sulla sommità del monte della Rocca, dal latino lucus, bosco sacro) e la curtem de Postro (in riva al lago), come un possedimento di tale Bernardo D'Arrone, feudatario del luogo, che lo concede ai monaci dell'abbazia di Farfa. La Rocca era caratterizzata da un mastio con torre quadrangolare, di cui ora rimangono solo i resti. In basso

sorgeva un piccolo villaggio, nella zona chiamata il Colle.



Veduta dell'Hotel del Lago

Nel 1208, san Francesco passò in questo paese. Nel 1244 Federico II passò quei luoghi ai Brancaleoni, che fortificarono il castello.

Nel 1330, Rieti e Spoleto si allearono per distruggere la rocca (una roccaforte ghibellina), ma furono fermati in questo intento da papa Benedetto XII. Nel 1364, Blasco Fernando di Belviso acquistò dai Brancaleoni la Rocca e la ingrandì. Egli venne ucciso nel 1368 durante una rivolta; l'anno successivo, truppe pontificie inviate da papa Urbano V e comandate da Ugolino da Montemarte, catturarono, processarono sommariamente e giustiziarono 50 uomini del paese.



Dal 1393 al 1439 fu dominio dei Trinci di Foligno, che lo dotarono di un nuovo statuto (Statuta Castri Pedisluci). Successivamente, papa Eugenio IV lo sottomise alla potestà pontificia ed in seguito, nel 1453, papa Nicola V lo rese signoria del capitano di ventura reatino Matteo Poiani. Nel 1578 il feudo fu diviso tra i Poiani e i Farrattini-Poiani di Amelia. In seguito tutti i beni feudali passarono ai conti Pianciani, che li cedettero ai baroni Franchetti alla fine del XIX sec.

Risale proprio a questo periodo il grande balzo di notorietà di Piediluco, grazie al fatto di essere spesso inserito nel Gran Tour assieme alla visita alle cascate delle Marmore.

Fino al 1927 fu Comune autonomo appartenente alla provincia di Perugia.



Economia e manifestazioni

Un tempo vi si praticava la pesca, che serviva ad integrare l'economia di carattere agricolo. Oggi invece una importante fonte di reddito proviene dal turismo legato anche alle manifestazioni remiere.

Tra la fine del mese di giugno e l'inizio di luglio si celebra il solstizio d'estate con la Festa delle Acque, tradizione antica che culmina con la sfilata di barche allegoriche sul lago.

Degna di nota anche la manifestazione "Piediluco in musica", che viene organizzata

generalmente tra luglio ed agosto sin dal 1992. Prevede appuntamenti musicali e classi di studio per contrabbasso, flauto, violino, violoncello, chitarra e musica da camera in generale.

Monumenti e luoghi d'arte

La facciata di Villalago, a Piediluco

* Ruderi della Rocca;

* Chiesa di S. Maria del Colle (XI-XII secolo), in stile romanico, fu abbandonata nel XVIII secolo e ristrutturata solo di recente;

* Chiesa e convento di S. Francesco (1338), costruito in ricordo della visita del santo.

* Ruderi della chiesa di S. Ermete (ca. 1000)

* Chiesa della Maestà, presso il Vecchio cimitero (inizio XVI secolo)

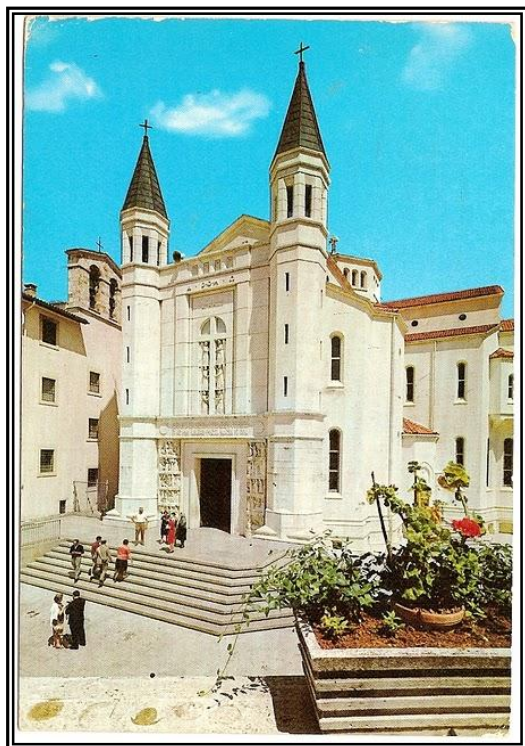
Santa Rita da Cascia

Santa Rita nacque nel 1381 e morì il 22 maggio 1457. Queste due date tradizionali vennero accettate dal papa Leone XIII quando la proclamò Santa il 24 maggio 1900. Rita, figlia unica di Antonio Lotti e Amata Ferri, nacque a Roccaporena (circa 5 chilometri da Cascia) e fu battezzata a Cascia con il nome di Margherita. I genitori erano pacieri di Cristo nelle lotte politiche e familiari fra guelfi e ghibellini; diedero il meglio di sé nell'educazione di Rita, insegnandole anche a leggere e scrivere.

Verso i sedici anni Rita sposò Paolo di Ferdinando Mancini, giovane ben disposto, ma "risentito"; ben presto ebbe due figli maschi. Con una vita semplice, ricca di preghiera e di virtù, tutta dedicata alla famiglia, ella aiutò il marito a convertirsi e a condurre una vita onesta e laboriosa. La sua esistenza di sposa e di mamma fu sconvolta dall'assassinio del marito, vittima dell'odio tra le fazioni.

Rita riuscì ad essere coerente con il Vangelo, perdonando pienamente, come Gesù, chi le stava procurando tanto dolore. I figli, invece, influenzati dall'ambiente e dai parenti erano tentati dalla vendetta. La mamma, per evitare che si rovinassero umanamente e spiritualmente, chiese a Dio piuttosto la loro morte che saperli macchiati di sangue; entrambi morirono di malattia in giovane età.

Rita, vedova e sola, pacificò gli animi e riconciliò le famiglie con la forza della preghiera e dell'amore; quindi poté entrare nel monastero agostiniano di santa Maria Maddalena a Cascia, ove visse per quarant'anni, servendo Dio ed il prossimo con una generosità gioiosa e attenta ai drammi del suo ambiente e della Chiesa del suo tempo.



Negli ultimi quindici anni Rita ebbe sulla fronte la stigmata di una delle spine di Cristo, completando così nella sua carne i patimenti di Gesù. Fu venerata come santa subito dopo la sua morte come è attestato dal sarcofago ligneo e dal Codex Miraculorum, documenti che sono entrambi del 1457.

Le sue ossa dal 18 maggio 1947 riposano nel Santuario nell'urna di argento di cristallo eseguita nel 1930. Recenti ricognizioni mediche hanno affermato che sulla fronte a sinistra vi sono tracce di una piaga ossea aperta (osteomielite). Il piede destro ha segni di una malattia sofferta negli ultimi anni, forse una sciatalgia, mentre la sua statura era di cm 157. Il viso e le mani ed i piedi sono mummificati, mentre sotto l'abito di suora agostiniana vi è l'intero scheletro.

BASILICA DI SANTA RITA DA CASCIA

II POZZO, LE API E LA VITE

Superate le due porte di entrata, salendo ci si trova vicino al POZZO, dove S. Rita attingeva l'acqua per l'orto, la cucina, le pulizie.

Ella visse qui servendo Dio e la comunità con una vita povera, spesa nella preghiera e nell'esecuzione di lavori manuali. Guardandosi intorno si gode di trovarsi in un luogo così semplice. Dalla parte opposta del pozzo, sul muro, a fianco della porta e del finestrone del refettorio, si possono notare qua e là dei piccoli fori; abitati dalle cosiddette API MURARIE. Nel 1628 Urbano VIII fece portare a Roma una di queste api per poterla osservare. Ogni anno vengono

viste nel periodo primaverile mentre lavorano, entrano ed escono da questi fori sul muro. La pietà popolare le ha collegate con il fioretto delle api avvenuto a Roccaporena pochi giorni dopo la nascita di Rita. Mentre dormiva nella culla alcune api si radunarono sul visino della bimba. I genitori spaventati volevano scacciarle, ma videro che le api non facevano alcun male alla loro piccola.

La VITE rigogliosa che qui si può ammirare produce ogni anno uva bianca. E' diventata il simbolo dell'obbedienza di S. Rita e della sua fecondità spirituale; lei infatti, come dice il vangelo di Giovanni, unita a Gesù, vera vite, è un tralcio che produce molti frutti. La tradizione dice che mentre Rita era novizia la superiora le chiese di innaffiare per obbedienza una pianta secca, che si trovava nel giardino. Rita lo fece umilmente giorno per giorno.

La pianta riprese a vivere. Nel 1700 si cominciò ad affermare che la pianta secca che riprese a vivere per l'obbedienza di S. Rita era una vite. Quella che si vede qui ha più di 200 anni.

MONASTERO - CORO ANTICO

Entrando dalla porta destra, sotto la vite, si accede al CORO ANTICO, dove S. Rita fece la vestizione come monaca agostiniana. Qui lei pregava di giorno e di notte insieme alla sua comunità, meditando nel cuore, come prescrive la Regola di S. Agostino, ciò che si proferisce con la voce.



Quando Rita, dopo l'assassinio del marito e la morte dei figli, chiese di diventare monaca ricevette un rifiuto a causa della opposizione dei suoi parenti e delle faide tra le famiglie. La tradizione parla di un aiuto particolare ricevuto allora da Rita da parte dei suoi tre santi patroni: Agostino, Nicola da Tolentino, Giovanni Battista. Nel 1610 si trova affermato nella biografia del Cavallucci che i tre santi la introdussero qui attraverso le porte e le finestre chiuse e che a causa di questo grande prodigio venne accolta. La storia è più bella della leggenda perché Rita, con l'aiuto dei santi, aprì i cuori e le famiglie alla pace e alla riconciliazione e così poté entrare nel monastero con il consenso dei consanguinei.

Questo CORO ANTICO è abbellito da affreschi che sono datati 1595. Le sette tele, tutte di uguale cornice, sono state eseguite da un pittore locale ignoto, di formazione manierista, subito dopo la beatificazione di Rita da parte del Papa Urbano VIII nel 1628. Partendo da destra esse rappresentano:

1. Il prodigio delle api
2. L'apparizione dei santi Giovanni Battista, Nicola da Tolentino, Agostino
3. Il ritrovamento nel coro
4. La vestizione religiosa
5. Il ricevimento della stigmata
6. La sparizione della stigmata
7. La ricomparsa della stigmata.

Il grande quadro al centro, dietro l'altare, raffigura la santa in piedi mentre riceve la stigmata; è di autore ignoto del 1700. Salendo le scale all'esterno, appena entri nella parte superiore del monastero hai davanti una bella immagine di S. Rita, dipinta a olio su tegola da S. Consadori nel 1980. Ai lati due tele

di pittore ignoto della prima metà del 1600: la beata Rita libera la indemoniata, la beata Rita soccorre i naufraghi.

Percorri poi lo stretto corridoio delle celle monastiche; dal numero delle porte si comprende che nel 1400 le monache erano 10-12. Appena fuori si vede davanti il moderno edificio dell'Alveare, un orfanotrofio femminile, iniziato nel 1938 dalla Madre Fasce e abitato da circa 50 ragazze, le cosiddette



Apette di S. Rita.

L'ORATORIO DEL CROCIFISSO

Attraverso la scalinata si arriva nell'ORATORIO DEL CROCEFISSO, dove la tradizione afferma che S. Rita ricevette la stigmata sulla fronte. Al tempo di Napoleone tra il 1810 ed il 1815 purtroppo fu adibito a focolare.

L'affresco è difficilmente databile perché è stato molto rovinato dall'umidità.

La statua in marmo di A. Biggi è del 1957.

Questo luogo e questa immagine ricordano il fatto centrale della vita e della spiritualità ritiana. Il Venerdì Santo 1442, dopo aver ascoltato la predica sulla passione del Signore tenuta dal francescano S. Giacomo della Marca, Rita con ardente amore desiderava soffrire con Lui. Il Crocefisso la esaudì e una spina si conficcò nella fronte di Rita provocando una dolorosa ferita; per 15 anni ebbe la piaga sulla fronte. Ne fu liberata solo per il suo pellegrinaggio a Roma nell'anno santo 1450. Le stimmate sono il segno di un amore vero che dona la vita liberamente fino in

fondo per gli amici e per i nemici, per i vicini e per i lontani. "Così fui in Cristo, modello supremo, così fù in Rita. In verità Ella ha sofferto ed ha amato: ha amato Dio ed ha amato gli uomini; ha sofferto per amore di Dio ed ha sofferto a causa degli uomini" (Giovanni Paolo II°).

ANELLO NUZIALE E ROSARIO

Riscendendo dentro l'antico monastero si può vedere l'interno della cella che al tempo di S. Rita veniva usata per la correzione di eventuali mancanze gravi contro il Vangelo e la Regola; a differenza delle altre era una cella senza alcuna finestra e con uno spioncino nella porta. Dentro questa cella, contenuto in un reliquiario, è l'ANELLO NUZIALE di S. Rita, formato da due mani che si stringono fra loro.

Esso ha un grande valore simbolico, ricordando che l'amore autentico richiede fedeltà. Nell'altro reliquiario si ammira la CORONA DEL ROSARIO di S. Rita, molto simile per numero di grani a quelle che vediamo dipinte nelle mani della santa nell'iconografia più antica. Questa corona sottolinea un altro elemento importante della spiritualità ripiana, il suo amore filiale verso la Madre di Dio e l'imitazione delle sua virtù.

L'URNA DORATA

In stile barocco, che si nota in fondo alla cella venne donata dai nobili Malaspina di Ascoli Piceno; contenne il corpo di S. Rita dal 1715 al 1930 ed è stata trasportata qui dall'antica chiesa del monastero; la corona e l'abito monastico che si vedono all'interno dell'urna, nel passato erano sul corpo della Santa.

L'ambiente a fianco è la povera e angusta CELLA, ove S. Rita morì all'età di 76 anni il 22 Maggio 1457, dopo 40 anni di vita monastica. Secondo diverse testimonianze processuali del 1626 alla morte di Rita le campane del monastero si misero a suonar da sole, senza essere tirate da alcuno. In questa CELLA la santa riposava, dedicando spesso parte della notte alla preghiera e alla contemplazione della Passione di Gesù. I documenti più antichi, come gli ex-voto esaminati uno per uno nel processo del 1626, ci permettono di affermare che Rita prendeva molto sul serio l'invito evangelico alla vigilanza portava il cilicio giorno e notte, digiunava frequentemente a pane e acqua, donandosi tutta al Signore. Negli ultimi anni, molto malata, non potendo più camminare, rimaneva quasi sempre in questa CELLA. Si noti in alto a sinistra la piccola finestra.

Sulla parete di fondo, dopo il 1920, è stata collocata una tela di G. Bertelli. Essa raffigura S. Rita morente assistita dall'Angelo custode, che le indica Gesù e Maria; sul lato destro del quadro sono S. Nicola da Tolentino, S. Agostino e S. Giovanni Battista.

Sopra l'altare nei cassetti sono conservate alcune reliquie: la tonaca di S. Rita, il velo, le fasce usate per tergere la piaga sulla fronte, un cuscino. Furono poste qui e sigillate nel 1745. Il soffitto e la porta, dipinti da Giuseppe Congionti, come l'altare in legno sono stati fatti nel 1745, trasformando la cella in una cappella. In tale anno fu posto qui il Sarcofago.

II SARCOFAGO

In legno risale agli anni 1457-1462. Secondo alcune testimonianze processuali del 1626, molto attendibili, esso venne fatto da Mastro Cecco Barbaro da Cascia, che storpio alle mani fu guarito visitando il corpo della santa. Questo sarcofago ha contenuto il corpo di S. Rita dal 1457-62 al 1745. I dipinti a tempera su legno vengono attribuiti a Paolo da Visso. Al centro del SARCOFAGO sta il Cristo in piedi dentro il sepolcro con la corona di spine sulla testa e le ferite al costato e alle mani ben visibili. E' raffigurato nel momento della Pasqua, del passaggio dalla morte alla vita. Questo Gesù umiliato e glorificato è il centro della spiritualità della nostra santa.

A sinistra di chi guarda è S. Maria Maddalena. A destra è S. Rita; vestita da monaca agostiniana, irradia dal capo raggi di luce. Questa è la più antica raffigurazione della santa. Ha sulla fronte la piaga, nella mano destra una grande spina e in quella sinistra una piccola corona del Rosario. Il viso, espressivo e gioioso, spirava intelligenza e forza.

Sul coperchio del Sarcofago S. Rita è distesa serenamente nel sonno della morte; a fianco della testa è un epitaffio, una lauda che esalta le virtù della santa e termina con la data della morte (1457).



Nell'ambiente che circonda la cella di S. Rita puoi ammirare tele di pittore ignoto della prima metà del 1600. Partendo da vicino la porta:

1. La beata Rita riceve in inverno da una cugina due rose e due fichi.
2. L'omaggio della folla al corpo della beata Rita mentre un angelo suona le campane.
3. Il Papa Urbano VIII approva il culto della beata Rita.
4. Un agostiniano unge con olio i malati vicino alla tomba della beata Rita.

IL ROSETO

Uscendo dalla porta vicino la cella si è davanti al ROSETO in uno splendido scorcio dell'antico monastero. Il prodigio delle rose e dei fichi in inverno si trova nella tradizione ritiana più antica, resa attendibile da diverse testimonianze raccolte nel processo per la beatificazione nel 1626. Eccone il breve racconto di una biografia del 1628.

"Nel più aspro rigore dell'inverno, essendo ogni cosa ricoperta di neve, una buona donna parente di Rita finì a visitarla. Nel partire le chiese se da casa sua voleva cosa alcuna. Rispose Rita che avrebbe desiderato una rosa e due fichi del suo orto. Sorrise la buona donna, credendo che ella delirasse per la violenza del male e se ne andò. Giunta a casa sua ed entrata ad altro fine nell'orto vide su le spine spoglie di ogni foglia e cariche di neve, una bellissima rosa e sulla pianta due fichi ben maturi. Rimasta meravigliata per la contrarietà della stagione e per la qualità di quel freddissimo clima, veduti il fiore e i frutti miracolosi li colse e li portò a Rita".

La cugina portò la rosa e i fichi a S. Rita qui al monastero nella cella. Questo ROSETO è stato piantato in questo secolo a ricordo dell'episodio e non ha niente di straordinario, nel senso che viene coltivato e rinnovato.

L'orto di S. Rita, dove la cugina raccolse la rosa e i fichi sotto la neve, si trova a ROCCAPORENA. E' un villaggio immerso in un ambiente naturale incantevole. Dista circa 5 chilometri da Cascia.

Lì si trovano:

- La casa in cui abitò con il marito e i figli, trasformata in cappella nel 1629.
 - La chiesa di S. Montano, dove celebrò le nozze e dove furono sepolti i suoi familiari.
 - Il nuovo Santuario (1948), che conserva un manto di pelle della santa.
 - Lo scoglio della preghiera.

La Basilica di Santa Maria degli Angeli

La Basilica di Santa Maria degli Angeli è una basilica cattolica sita ad Assisi, nella frazione omonima. Fu eretta intorno al 1600. In cima alla chiesa spicca la statua della Madonna rivestita d'oro.

Al suo interno è presente la Porziuncola, la cappella dove si radunava in preghiera san Francesco d'Assisi, e per questo centro della spiritualità francescana.

Interno

La Basilica, a croce latina, è lunga 126 metri e larga 65. L'interno della basilica, a tre navate, ha uno stile essenziale e semplice. Questo dovuto al fatto di dare maggiore risalto all'opera d'arte di maggior importanza che racchiude: la Porziuncola.

Navata centrale con la Porziuncola

La Porziuncola Per approfondire, vedi la voce Porziuncola.

È una chiesa contenuta all'interno della Basilica, nonché uno dei luoghi francescani più importanti: tra le sue mura, san Francesco comprese la sua vocazione e ne divenne uno dei luoghi prediletti dal santo.

Il transito

Sempre all'interno della basilica si trova tale cappella. In origine era l'infermeria del convento originario, la sua fama è data dal fatto che, in tale luogo, san Francesco morì il 3 ottobre 1226. Sempre in tale luogo il santo umbro, finì di comporre il Cantico delle creature.[2] Per celebrare tali eventi, nel 1886, Domenico Bruschi effettuò degli affreschi raffiguranti la morte di san Francesco e i suoi funerali.

Vi sono, inoltre, ulteriori affreschi raffiguranti santi e beati francescani, eseguiti da un allievo del Perugino: Giovanni di Pietro, detto Spagna. In una teca è custodita un dono fatto da papa Pio IX alla confraternita: il cingolo di san Francesco.



Concessione dell'indulgenza, affresco di Tiberio d'Assisi.

Il roseto [modifica]

In un'ala della basilica si conserva il roseto. Tale luogo è famoso per un avvenimento che ha coinvolto san Francesco: una notte, infatti, il Santo, preso da forti dubbi e dal rimorso del peccato, si buttò sul roseto. Tale roseto, narra la tradizione, al contatto con il corpo del Santo perse tutte le spine non ferendo lo stesso.

Curiosità

Il nome ufficiale della città statunitense di Los Angeles è "El Pueblo de la Iglesia de Nuestra Señora la Reina de Los Angeles sobre la Porciuncula de Asís", vale a dire "Città della Chiesa della Nostra Signora degli Angeli della Porziuncola di Assisi", trattandosi di un insediamento fondato da frati francescani.

Assisi storia

Le tracce più antiche della presenza umana nel territorio assisano risalgono al Neolitico. Numerosi reperti archeologici indicano che Assisi trae le sue origini da un piccolo villaggio abitato dagli Umbri già nel periodo villanoviano (IX - VIII secolo a.C.). Come ci dimostrano i vari reperti archeologici rinvenuti, gli Umbri intrattenevano profondi rapporti (soprattutto commerciali) con i vicini Etruschi, stanziati sulla sponda occidentale del Tevere, dai quali si differenziavano, però, per lingua e cultura.

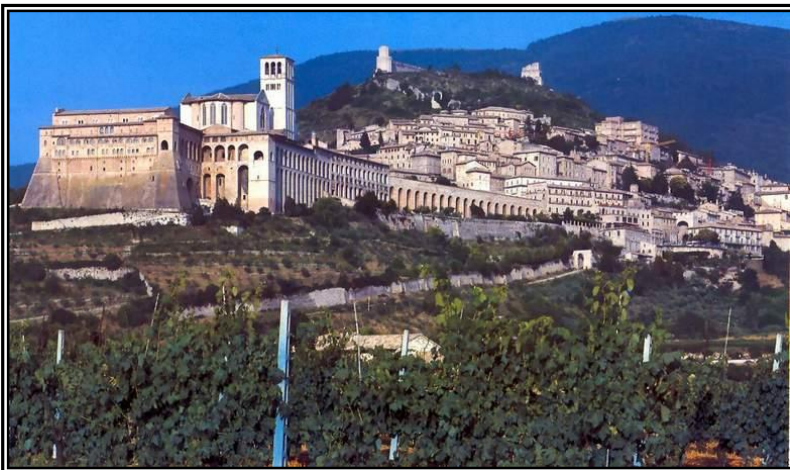
A dare ad Assisi una identità urbana e monumentale furono i Romani; nel 399 a.C. diviene colonia romana con il nome di Asisium e orbitò sotto il loro potere fino al 295 a.C. quando, con la battaglia di Sentino, i Romani imposero definitivamente il loro dominio anche nell'Italia centrale. Per Asisium inizia così un lungo periodo di prosperità e pace: innalzata a Municipium, diventò un importante centro economico e sociale dell'Impero romano. Il suo toponimo ha origini prelatine, e conservando un'incerta etimologia, viene interpretato in due differenti modi.



Città del falco, o dell'astore oppure dalla base latina *ossa* ovvero torrente con ovvio riferimento al fiume Assino.

Nel corso del III secolo, per l'azione di san Rufino, vescovo e martire, inizia a diffondersi il cristianesimo.

Con il crollo dell'Impero romano anche Assisi conobbe la buia età delle invasioni barbariche e, nel 545, fu saccheggiata dai Goti di Totila. Conquistata dai Bizantini, passò poco tempo dopo (568) sotto il dominio longobardo e venne annessa al ducato di Spoleto, del quale condivise le sorti fino all'inizio del XII secolo.



Dall'età comunale al Rinascimento
Dopo un periodo di guerre, nel 1174 fu assediata e conquistata da Federico I Barbarossa, che diede l'investitura della città al duca Corrado di Lutzen, detto anche Corrado di Urslingen: Assisi diviene dominio imperiale, ma sollevazioni popolari (1198) inaugurarono ben presto l'epoca comunale, non senza lotte interne e guerre con la vicina Perugia. Tra 1181 e il 1182, nasce ad Assisi Francesco - figlio di Pietro di Bernardone e Madonna Pica - il

futuro santo che, con la sua opera, segnerà la storia del luogo e dell'umanità. Nel 1198 il popolo di Assisi, stanco delle prepotenze del duca di Lutzen, si ribellò scacciandolo dalla città. Durante la fine della prima metà del 1200 l'Assisi guelfa subì vari assedi da parte delle truppe Saracene e Tartare facenti parte del grande esercito di Federico II. Le truppe imperiali devastarono a più riprese il contado ma la città grazie alla valenza delle sue milizie ed il carisma di Santa Chiara resistette alle incursioni. Negli anni a seguire Assisi vide alternarsi al controllo della città sia i Guelfi che i Ghibellini. Successivamente la

città passò sotto il dominio della Chiesa, dei Perugini, di Giangaleazzo Visconti, dei Montefeltro, di Braccio Fortebraccio da Montone, passando infine sotto il controllo di Francesco Sforza. Nel novembre del 1442 Assisi, difesa in quel periodo da Alessandro Sforza, subisce l'assedio delle truppe comandate dal Piccinino. Dopo molti giorni di vani tentativi le truppe assedianti, anche grazie all'aiuto di un frate traditore, riescono a penetrare all'interno della cinta di mura. Assisi viene pesantemente devastata e saccheggiata ma il Piccinino si oppone comunque alla completa distruzione della città rifiutando i 15000 fiorini offerti dai perugini al riguardo.

Basilica Inferiore di Assisi

In questo periodo fu profondamente segnata dalle lotte intestine che videro sempre in contrasto le potenti famiglie dei Nepis (della Parte de Sopra schierati con i Ghibellini) e dei Fiumi (della Parte de Sotto legati ai Guelfi); solo nel XVI secolo la conquista dell'Umbria da parte del papa Paolo III ridonerà alla città un periodo di pace e tranquillità.

Dall'età moderna ad oggi

A partire dal XVII secolo, grazie alla fondazione di istituti ed accademie, riprende con grande fervore l'attività culturale, interrotta dal periodo delle guerre napoleoniche (1799), quando le truppe francesi al comando di



Napoleone Bonaparte saccheggiarono la città e molte opere d'arte.

Nel 1860, con plebiscito unanime, aderì al nascente Stato italiano. L'unificazione permetterà alla città di aprirsi progressivamente all'esterno, grazie anche alla costruzione dello scalo ferroviario. Con il ritrovamento dei corpi di San Francesco (1818) e santa Chiara (1850), Assisi diventa meta privilegiata di pellegrinaggi; il turismo religioso dette un forte incremento alla rinascita dell'economia locale.



Durante la seconda guerra mondiale, nel periodo seguente all'8 settembre 1943 e all'occupazione tedesca, Assisi è letteralmente invasa dai profughi, tra i quali oltre 300 ebrei. Il vescovo Giuseppe Placido Nicolini - coadiuvato dal segretario, padre Aldo Brunacci, e dal guardiano del Convento di San Damiano, padre Rufino Nicacci - trasforma Assisi in uno dei centri principali della resistenza civile italiana all'Olocausto. Travestiti da frati e suore, nascosti nei sotterranei e nelle cantine, mimetizzati tra gli sfollati, provvisti di documenti falsi, gli ebrei rifugiatisi ad

Assisi sono protetti da una vasta rete di solidarietà che si estende anche ad altre zone dell'Umbria ed ha contatti, anche attraverso il ciclista Gino Bartali, con le centrali di resistenza e finanziamento della DELASEM in Liguria e Toscana. Il compito è arduo. Tra i rifugiati ci sono donne, bambini, vecchi, ammalati, che necessitano cura e assistenza per le necessità quotidiane. Si organizza persino una scuola dove i bambini ebrei possano ricevere istruzione religiosa ebraica. Grazie anche alla complicità dell'ufficiale tedesco Valentin Müller, che dichiarerà Assisi una zona franca ospedaliera, nessun ebreo sarà deportato da Assisi.[3] Il vescovo Giuseppe Placido Nicolini e i padri Aldo Brunacci e Rufino Nicacci, ricevono nel dopoguerra l'alta onorificenza di giusti tra le nazioni dall'Istituto Yad Vashem di

Gerusalemme, unitamente a Luigi e Trento Brizi che nel loro piccolo negozio di souvenir vicino a piazza Santa Chiara hanno provveduto alla stampa di tanti falsi documenti di identità [4] Nel 1985 il film *The Assisi Underground* di Alexander Ramati ricostruisce le vicende e i protagonisti di quegli anni. Nel 2004 la Medaglia d'oro al Valor Civile è conferita alla città di Assisi per l'impegno civile dimostrato dall'intera popolazione.

Il 27 ottobre 1987, su invito del papa Giovanni Paolo II, i principali rappresentanti delle religioni del mondo si riunirono ad Assisi per un incontro di preghiera in nome di san Francesco, profeta della pace come lo definì lo stesso pontefice.



Veduta della Basilica Superiore di Assisi

San Francesco d'Assisi

San Francesco d'Assisi nacque ad Assisi nel 1182 ca. e morì nel 1226. Giovanni Francesco Bernardone, figlio di un ricco mercante di stoffe, istruito in latino, in francese, e nella lingua e letteratura provenzale, condusse da giovane una vita spensierata e mondana; partecipò alla guerra tra Assisi e Perugia, e venne tenuto prigioniero per più di un anno, durante il quale patì per una grave malattia che lo avrebbe indotto a mutare radicalmente lo stile di vita: tornato ad Assisi nel 1205, Francesco si dedicò infatti a opere di carità tra i lebbrosi e cominciò a impegnarsi nel restauro di edifici di culto in rovina, dopo aver avuto una visione di san Damiano d'Assisi che gli ordinava di restaurare la chiesa a lui dedicata.

Il padre di Francesco, adirato per i mutamenti nella personalità del figlio e per le sue cospicue offerte, lo diseredò; Francesco si spogliò allora dei suoi ricchi abiti dinanzi al vescovo di Assisi, eletto da Francesco arbitro della loro controversia. Dedicò i tre anni seguenti alla cura dei poveri e dei lebbrosi nei boschi del monte Subasio. Nella cappella di Santa Maria degli Angeli, nel 1208, un giorno, durante la Messa, ricevette l'invito a uscire nel mondo e, secondo il testo del Vangelo di Matteo (10:5-14), a privarsi di tutto per fare del bene ovunque.

Tornato ad Assisi l'anno stesso, Francesco iniziò la sua predicazione, raggruppando intorno a sé dodici seguaci che divennero i primi confratelli del suo ordine (poi denominato primo ordine) ed elessero Francesco loro superiore, scegliendo la loro prima sede nella chiesetta della Porziuncola. Nel 1210 l'ordine venne riconosciuto da papa Innocenzo III; nel 1212 anche Chiara d'Assisi prese l'abito monastico, istituendo il secondo ordine francescano, detto delle clarisse. Intorno al 1212, dopo aver predicato in varie regioni italiane, Francesco partì per la Terra Santa, ma un naufragio lo costrinse a tornare, e altri problemi gli impedirono di diffondere la sua opera missionaria in Spagna, dove intendeva fare proseliti tra i mori.



Nel 1219 si recò in Egitto, dove predicò davanti al sultano, senza però riuscire a convertirlo, poi si recò in Terra Santa, rimanendovi fino al 1220; al suo ritorno, trovò dissenso tra i frati e si dimise dall'incarico di superiore, dedicandosi a quello che sarebbe stato il terzo ordine dei francescani, i terziari. Ritiratosi sul monte della Verna nel settembre 1224, dopo 40 giorni di digiuno e sofferenza affrontati con gioia, ricevette le stigmate, i segni della crocifissione, sul cui aspetto, tuttavia, le fonti non concordano.

Francesco venne portato ad Assisi, dove rimase per anni segnato dalla sofferenza fisica e da una cecità quasi totale, che non indebolì tuttavia quell'amore per Dio e per la creazione espresso nel Cantico di frate Sole, probabilmente composto ad Assisi nel 1225; in esso il Sole e la natura sono lodati come fratelli e sorelle, ed è contenuto l'episodio in cui il santo predica agli uccelli. Francesco, che è patrono d'Italia, venne canonizzato nel 1228 da papa Gregorio IX. Viene sovente rappresentato nell'iconografia tradizionale nell'atto di predicare agli animali o con le stigmate.

La Basilica Inferiore

Due anni dopo la morte di San Francesco ebbe inizio la costruzione della Basilica di San Francesco e, più precisamente, di quella che oggi chiamiamo la Basilica Inferiore. La sua forma è in stile romanico lombardo con un'unica navata ed un ampio transetto. Nella Basilica Inferiore sono custodite fin dal 1230 le spoglie mortali di San Francesco. Attualmente la salma del Santo è conservata nella piccola cripta posta sotto l'altare centrale della Basilica. Inoltre, ai quattro angoli della cripta, sono stati sistemati i corpi dei Beati Frati Angelo, Leone, Masseo e Rufino.

La Basilica è splendidamente affrescata con opere attribuite a Giotto, Cimabue o loro allievi. Sempre nella Basilica Inferiore è possibile visitare lo splendido locale che ospita le Reliquie di San Francesco, un piccolo ma significativo insieme di oggetti appartenuti al Santo e "Il Museo del Tesoro". Il terremoto del settembre 1997 non ha danneggiato né la Basilica Inferiore né tanto meno la cripta contenente la tomba di San Francesco.

La Basilica Superiore

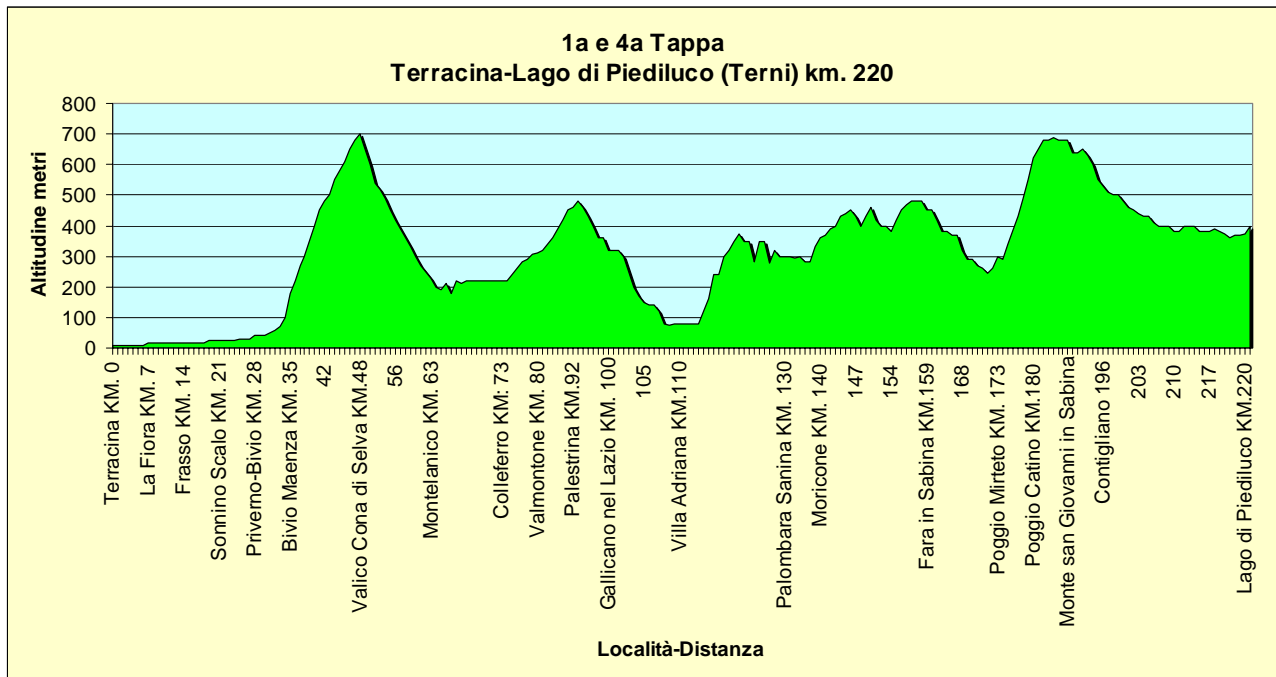
La realizzazione della Basilica Superiore di Assisi è diretta conseguenza dell'influenza che ebbe sull'Ordine la successione nel 1239 a Frate Elia di nuovi Padri generali di origine francese. Sopra la forma romanica della Basilica Inferiore viene realizzata una nuova Basilica in stile gotico. La Basilica Superiore destinata alle riunioni ufficiali ed in grado di ospitare, sedendo sul trono a Lui riservato, anche il Papa. La Basilica di San Francesco fu ufficialmente inaugurata da Papa Innocenzo IV nel 1253.

Le Basilica Inferiore e Superiore sono tra loro collegate tramite una scala situata nel transetto di sinistra. Alla realizzazione architettonica seguirono le decorazioni ad affresco prima di Cimabue e poi di Giotto con l'inizio del vasto ciclo pittorico delle "Storie di San Francesco", composto da 28 opere. A questi affreschi si aggiungono quelli eseguiti sul transetto e sulla navata di destra rappresentanti i cicli del Nuovo e dell'Antico Testamento eseguiti da vari "Maestri" del tempo. Completano la monumentale opera gli affreschi eseguiti sulle volte delle navate e del transetto.

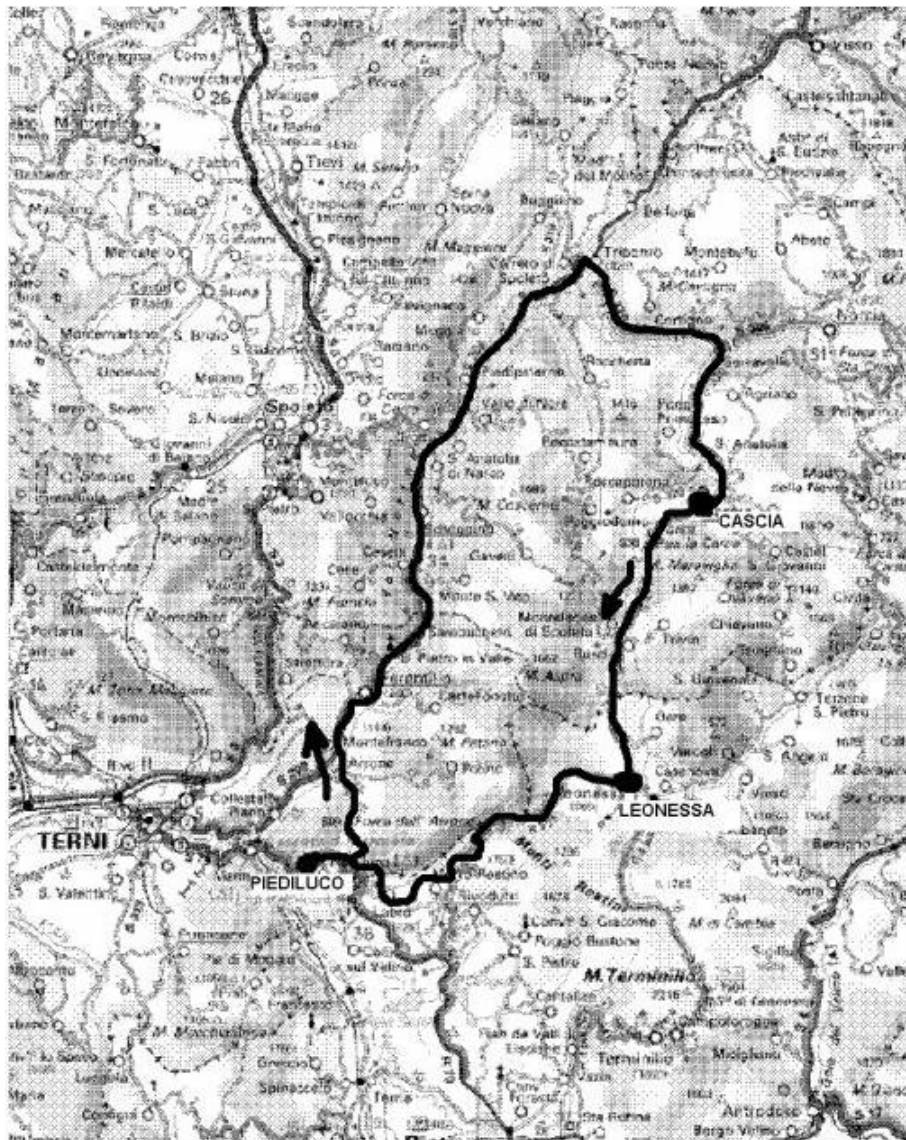
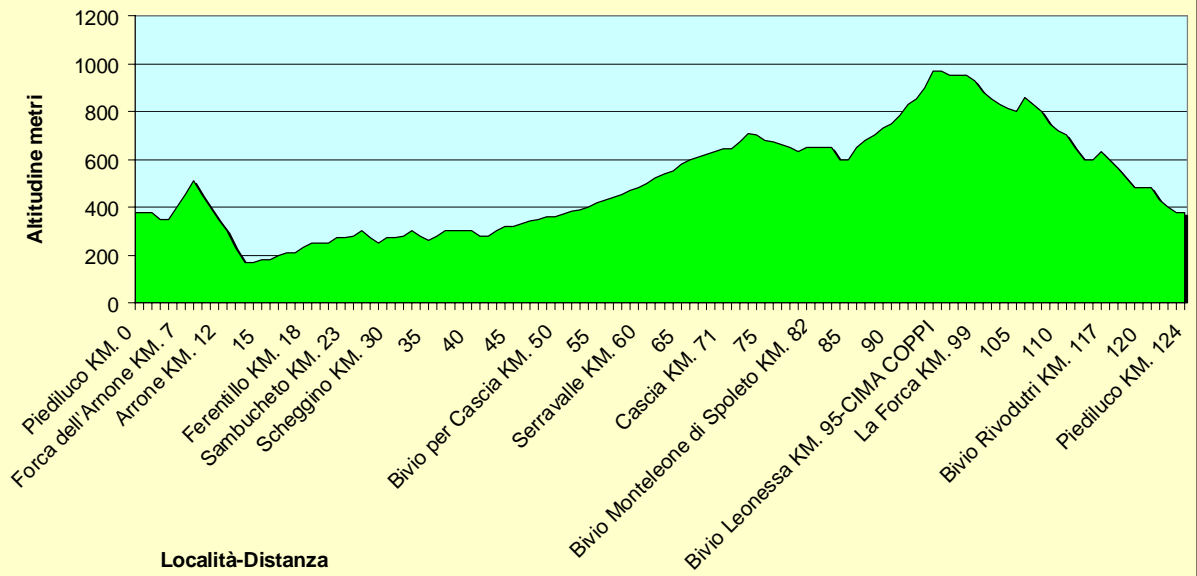
La Cripta, tomba del Santo

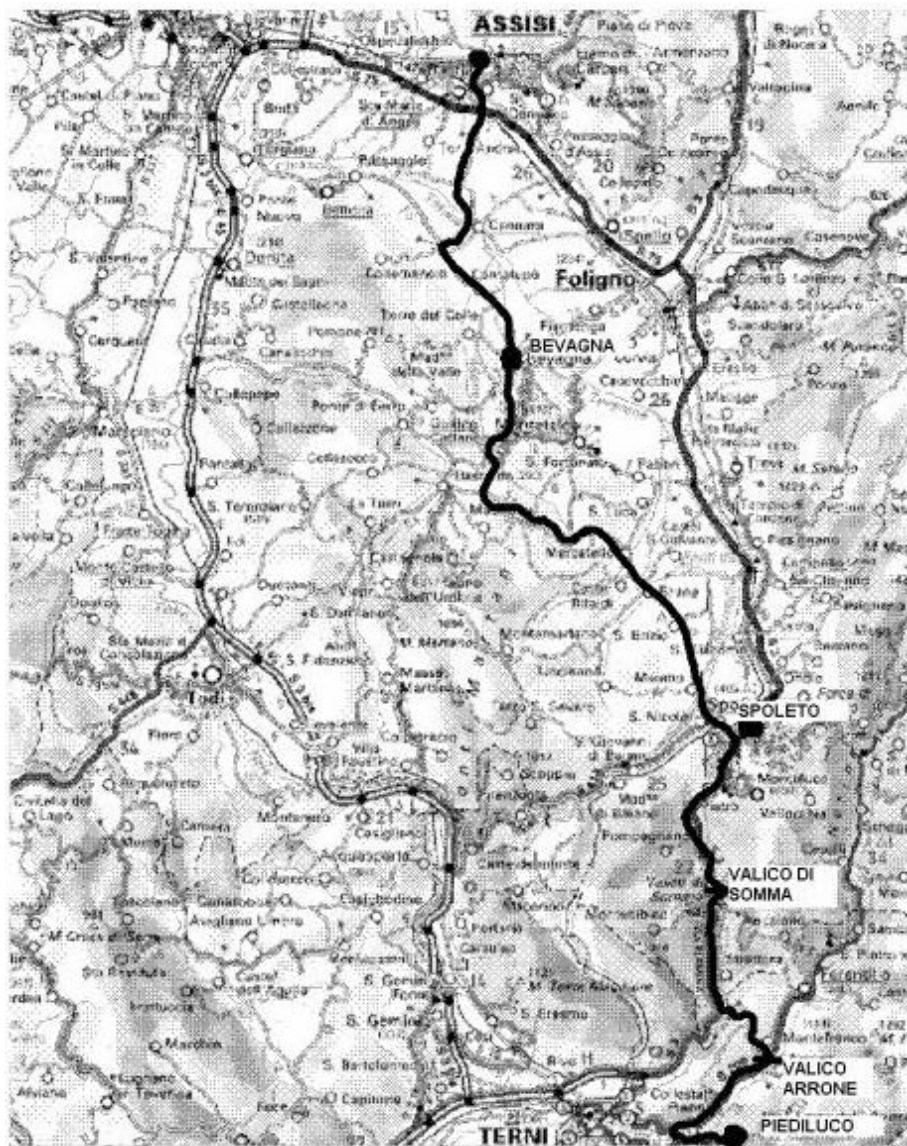
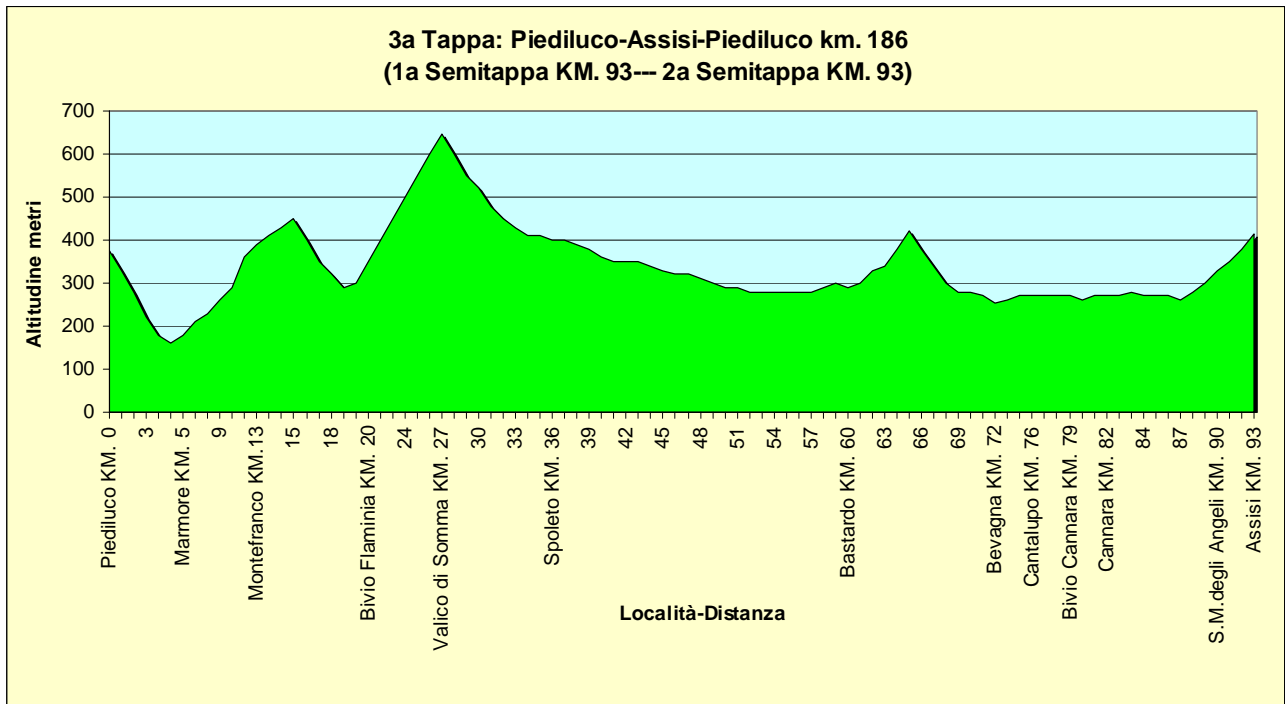
Due scale, a metà della navata della chiesa inferiore, conducono alla cripta, scoperta nel 1818, nella quale si conservano i resti di San Francesco portati lì da frate Elia. La sistemazione attuale del vano, opera dell'architetto Ugo Tarchi, fu attuata tra il 1926 e il 1932. Dietro l'altare si trova l'urna che conserva i resti del Santo. Nelle pareti del piccolo vano, protette da grate, si trovano le sepolture di quattro seguaci di Francesco, i beati Rufino, Leone, Masseo e Angelo.

Altimetria e planimetria delle tappe



2a Tappa: Piediluco-Cascia-Leonessa-Piediluco km. 124
(1a Semitappa KM. 71--- 2a Semitappa KM. 53)





PROGRAMMA

1° Giorno 06/07/2011

Ritrovo ore 05.30 Bar Olmata, Partenza ore 06.00 sede di arrivo Piediluco (Tr) Km. 220, arrivo previsto ore 16.30 circa. Sono previste soste di ristoro e una per il pranzo a sacco tra la quinta e la sesta ora di marcia. Cena, pernottamento e colazione in albergo, Hotel del Lago.

2° Giorno 07/07/2011

Mattina, partenza ore 08.00 sede di arrivo Cascia (Pg) Km. 71 circa, arrivo previsto ore 11.00 circa. Pranzo a sacco a Cascia. Visita al centro storico, alla Basilica di Santa Rita da Cascia ecc. Ripartenza da Cascia alle ore 15.00 sede di arrivo Piediluco Km. 53 circa, orario previsto di arrivo ore 17.30 circa.

3° Giorno 08/07/2011

Mattina, partenza ore 07.30 sede di arrivo Assisi (Pg) Km. 93, arrivo previsto ore 11.30 circa. E' prevista una breve visita alla Basilica di Santa Maria degli Angeli situata a 3 km. da Assisi, prima della salita finale. Pranzo a sacco ad Assisi, visita al centro storico, alla Basilica Superiore e Inferiore. Ripartenza da Assisi alle 15.00 sede di arrivo Piediluco Km. 93, orario previsto di arrivo 18.30 circa. Cena, pernottamento e colazione in albergo, Hotel del Lago.

4° Giorno 09/07/2011

Mattina, partenza ore 08.00 sede di arrivo Terracina bar Olmata Km. 220 circa, orario previsto di arrivo ore 18.00. Sono previste soste di ristoro e una per il pranzo a sacco. Subito dopo l'arrivo è previsto un rinfresco c/o il bar Olmata (salvo diversa indicazione).



REGOLAMENTO

1. La Gran Fondo si intende non competitiva. E' riservata agli iscritti del Team4Lampioni salvo diversa decisione dell'organizzazione. Non ci saranno né vincitori né sconfitti. Ogni partecipante dovrà allenarsi al fine di portare a termine la manifestazione con le condizioni stabilite dall'organizzazione.
2. Il mezzo al seguito darà assistenza meccanica e logistica. Straordinariamente potrà essere utilizzato come mezzo di trasporto per uno o più partecipanti in difficoltà.
3. La velocità parziale e media sarà quella che tutti potranno sostenere. Nei tratti di pianura, la velocità dovrà essere adeguata alla sede stradale, al traffico e alle condizioni meteorologiche. Nei tratti di salita, si dovrà possibilmente procedere con il gruppo compatto ad una velocità adeguata alla pendenza della strada, salvo eccezioni (vedi il punto 4).
4. Nei casi in cui ci fossero uno o più partecipanti che si avvantaggiassero in salita (l'ultimo ciclista deve comunque rimanere in compagnia di altri due ciclisti), è fatto obbligo al termine della salita di aspettare i ritardatari e di procedere con il gruppo compatto.
5. Ogni arrivo di tappa deve avvenire a gruppo compatto.
6. Si dovrà utilizzare la divisa fornita dall'organizzazione nella prima e nella quarta tappa. Negli altri giorni ognuno indosserà le divise della propria squadra. I ciclisti del Team4Lampioni dovranno indossare nella seconda tappa (Cascia) la divisa del 2010 e nella terza tappa (Assisi) la divisa del 2011.
7. Le spese sostenute per l'accompagnatore/i, per il furgone al seguito e per tutte le spese organizzative, saranno ripartite in misura equa fra tutti gli iscritti.
8. Il numero degli iscritti non potrà essere superiore alle 14-15 unità. Dopo il raggiungimento di tale cifra, ci potranno essere nuove iscrizioni solo a seguito di rinuncia di un iscritto. La priorità verrà data in base alla data di richiesta.
9. Il 31/05/2011 si chiuderanno le iscrizioni. Ogni iscritto dovrà versare all'atto dell'iscrizione la somma di Euro come impegno e come conferma di iscrizione. Una settimana prima della partenza tutti gli iscritti dovranno aver versato tutta la quota di partecipazione ().
10. Se un iscritto rinuncia, potrà recuperare la somma versata solo se non stata effettivamente spesa o che è recuperabile.
11. Indossare il casco è obbligatorio per tutti i partecipanti.
12. Gli orari di partenza delle tappe potranno subire variazioni.



TONICA®



GRAN FONDO A TAPPE DELL'UMBRIA
"PIEDILICO-CASCIA-ASSISI"
06-09 LUGLIO 2011