

## Itinerario dei Frentani - la Costa dei Trabocchi e la Val di Sangro

Si parte da Ortona con un itinerario che si sviluppa in una vasta area costiera e collinare scendendo fino a Casalbordino per risalire in parte la valle del Sangro, fino a Lanciano.

La costa, a tratti selvaggia ed incontaminata, come nell'area dei Ripari di Giobbe di Ortona conosciuta per la pesca subacquea, si allarga a volte, improvvisamente, in ampie spiagge di finissima sabbia, come nel Lido Riccio di Ortona, dove sono insediate strutture ricettive di qualità, situate direttamente sul mare e vari stabilimenti balneari.

Immediatamente a ridosso della costa si avviano i declivi collinari coltivati a vigneti ed anche ad oliveto. Il nostro tour turistico prende le mosse dall'antica città marinara ricca d'arte e di risorse gastronomiche. Il maggiore edificio sacro è la Cattedrale di San Tommaso Apostolo - dove dal 1258 vengono custodite le reliquie del Santo - danneggiata nell'ultimo evento bellico, che conserva uno splendido portale del Trecento e all'interno una tela di Basilio e Tommaso Cascella. Da visitare Palazzo Farnese (XVI sec), edificato come residenza estiva di Margherita d'Austria e che ospita al suo interno la Pinacoteca Cascella, e il Palazzo Corvo (XVII sec.), al cui interno è stato allestito il Museo Tosti, musicista ortonese.

Imponenti, in posizione molto panoramica, giacciono i resti del Castello Aragonese, posti a strapiombo sul mare, in fase di restauro. Non può mancare un'approfondita visita all'Enoteca Regionale.

In poco meno di 20 km da Ortona, si raggiunge Fossacesia, dove è obbligata una visita all'Abbazia di S. Giovanni in Venere, fondata dai monaci nell'VIII sec. sulle rovine di un tempio pagano dedicato a Venere. La storia di Fossacesia, infatti, è intimamente legata alla dea Venere e al suo tempio, che sorgeva sul promontorio dove oggi svetta l'Abbazia benedettina. Splendido esempio di architettura religiosa, molto ben conservato, ricco di ornamenti: particolarmente interessante il portale marmoreo risalente al XIII sec. Il territorio comunale si estende dalla costa, lungo la piana del fiume Sangro, fino a lambire con lo sguardo la mole possente della Maiella. Il litorale presenta una vegetazione ricca e spiagge di ciottoli e sabbia, costellando il paesaggio costiero di baie e insenature, profumate di ginestre e finocchietto marino. Sugli scogli che affiorano a pochi metri dalla riva, come silenti sentinelle del mare, stanno le antiche costruzioni in legno che dominano gli alti fondali con i pennacchi e le impalcature della sapiente arte locale di pescare restando a riva. Si tratta dei trabocchi abruzzesi, celebrati da D'Annunzio per il loro fascino misterioso, oggi tutelate da leggi regionali come beni culturali primari.

Si prosegue fino a Rocca San Giovanni, anch'essa di antiche origini e legata, come dice il nome stesso, alla storia dell'Abbazia di S. Giovanni in Venere. Questa, verso la fine del XIV secolo, viene attaccata da Ugone Orsini, conte di Manoppello, con la conseguente distruzione dell'abitato di Rocca dopo i vani tentativi di entrare nel castello dove si erano rifugiati i religiosi. L'opera di restauro inizia nel 1400 ma ben presto.

Rocca è nuovamente flagellata da un terribile terremoto nel 1456 e da quello ancora più violento del 1672. In questo triste periodo l'abbazia si vede avviata alla decadenza, tanto da rendere necessario un intervento dello Stato Pontificio che, con un decreto nel 1588, toglie l'abbazia e la sua Rocca ai benedettini per affidarla a S. Filippo Neri. I Filippini risollevarono le sorti dell'antico monastero compiendo anche alcune opere urbanistiche come la costruzione, sul fianco destro della chiesa parrocchiale, del cosiddetto palazzo dei Filippini verso la metà dell'ottocento, di cui oggi è rimasta intatta solo l'entrata in pietra a forma di guglia Veneto-Bizantina. Il centro storico di Rocca San Giovanni conserva una struttura urbanistica medievale, ha una suggestiva piazza sulla quale domina il Palazzo Civico del XIX sec. di stile classico. È circondata per circa 70 metri da poderose mura con torrione del 1500, che una volta racchiudevano l'intero abitato; da visitare anche la chiesa di S. Matteo apostolo, in stile romanico.

Situata a un paio di chilometri dal mare, è comunque nota per la bellezza della sua costa caratterizzata dalla scogliera, da piccole spiaggette e dalle aree verdi della Pinetina e del Fosso delle Farfalle. Anche qui si gode della vista degli antichi Trabocchi, particolari strutture in legno a forma di palafitte sospese nell'acqua, che venivano utilizzate per la pesca e sono oggi mete d'interesse turistico.

Sulla destra del Sangro, sempre a pochi chilometri dal mare, troviamo Torino di Sangro. Già feudo dell'Abbazia di San Giovanni di Venere, la cittadina conobbe la signoria della città di Lanciano, dei Carafa, dei d'Aquino, dei de Stefano e così via. La peculiarità del luogo, oltre ai vigneti e agli oliveti, è il Bosco di Torino di Sangro, una delle rarissime oasi di macchia mediterranea sopravvissute in Italia, che si estende per circa tre chilometri parallelamente alla statale adriatica e alla linea costiera, sulle colline nell'entroterra di Fossacesia, comprese nella giurisdizione del Comune di Torino di Sangro.

Più ancora verso sud, ma sempre non distante dal mare, raggiungiamo Casalbordino, distesa su un basso colle tra i fiumi Osento e Sinello: famoso in tutta la regione, il Santuario della Madonna dei Miracoli, meta continua di pellegrinaggi votivi, ripreso nel famoso dipinto "La via degli storpi" di Francesco Paolo Michetti. Casalbordino, noto fin dall'Alto Medio Evo come proprietà fondiaria del monastero di Santo Stefano, venne in un secondo momento fortificato, probabilmente per difendere il territorio vessato dalle continue scorribande saracene.

Più a nord, sulla riva sinistra del Sangro, l'itinerario continua verso Lanciano, la cittadina più grande dell'area frentana, molto antica, sede di scambi commerciali fin dai tempi più remoti. Il borgo ha un centro storico

medievale molto suggestivo e edifici privati e religiosi di grande prestigio. Tra i più noti c'è il Santuario del Miracolo Eucaristico, il Ponte di Diocleziano, la Basilica della Madonna del Ponte, la chiesa di Santa Maria Maggiore, la Fontana medievale. Da visitare le numerose botteghe di terracotta e di prodotti tipici artigianali e gastronomici.

Poco distante da Lanciano, immersa in un ricco paesaggio agrario collinare di vigneti e di oliveti, appare Frisa. Essa è posta su un colle situato tra le vallate dei fiumi Moro e Feltrino. Anche questo paese ha origine molto antiche. Nel medioevo è stato dominato dal capitano di ventura Giacomo Caldora, successivamente è passato alla Curia Arcivescovile di Lanciano ed infine fu acquistato e dominato dalla famiglia gentile Barone Caccianini fino al periodo dell'Unità d'Italia. Da visitare la Chiesa della Madonna del Popolo con all'interno un dipinto di Annigoni, il monumento all'Emigrante Antonio Di Tommaso e il Palazzo e il Giardino Caccianini.