* Road book percorso di 200 km randonnée la Via delle sorgenti.
* Partenza Piazza Roma capriati a Volturno (CE) dalle 07.00 alle 08.00  
  **timbro inziale km O PIAZZA ROMA**
* Sinistra su Strada Provinciale 331 ex Strada Statale 158 dir, SP331-I

– generale 647 m

* All'intersezione dritto su SP Capriati-Gallo. Fino al controllo a Letino

**CONTROLLO RISTORO *Letino 15 km***

* Al bivio vai a destra e segui SP Capriati-Gallo

per 51 m – generale 15,7 km

* Al bivio vai a destra e segui SP Capriati-Gallo

per 122 m – generale 15,7 km

* curva a gomito a destra su Strada discesa ripida

per 411 m – generale 16,2 km

* Al bivio gira a sinistra e segui Strada

per 335 m – generale 16,5 km

* . Sinistra e segui Strada sei lungo il Lete alla tua dx
* Stop SVOTA A Destra su SP Capriati-Gallo

– fino al km generale 34,6 km

* dritto su Strada Provinciale del Monte Matese, SP331 da seguire fino al bivio di .Angelo d’Alife

strada in discesa, porre attenzione, fino al km 53.1  km

* Svoltare a destra su SP149 direzione s. Angelo d’Alife.

***CONTROLLO7RISTORO S. Angelo d’Alife  61, km***

* Prosegui su SP149 fin al km 66,1

Attenzione sei in discesa Al bivio in curva attenzione vai a destra e segui su Strada direzione Alife

* Prosegui sulla strada ed all’interno del borgo di Alife
* Curva a gomito a sinistra e segui Strada fin al 71, 9
* STOP intersezione leggermente a sinistra su Strada Provinciale 331 ex Strada Statale 158 dir, SP331-I.

per 142 m – generale 71,9 km

* Destra su Strada Provinciale 281, SP281

per 3,71 km – generale 75,6 km

* 71. dritto su Strada Provinciale 96 di Vairano Patenora, SP96

per 3,55 km – generale 79,2 km

* 72. All'intersezione dritto su Via Volturno, SP96.

per 895 m – generale 80,0 km

* 73. Sinistra su Via delle Rimembranze

per 305 m – generale 80,4 km

* ***CONTROLLO / RISTORO borgo medievale di Vairano Patenora km 81***

– Leggermente a destra e segui Strada direzione PIETRAVAIRANO

* Destra su Via Sant'Antonio Abate, SP10 km 86,3
* All'intersezione leggermente a sinistra su Strada.
* Sinistra e segui Strada frazione San felice – Pietramelara – Roccaromana. Fino al Km 925

Allo stop gira a dx direzione Riardo Ppietramelara, e poi subito la prima sx all’angolo a dx hai concessionaria auto

* segui la Strada secondaria fino al km 95

**CONTROLLO/RISTORO** ***ROCCAROMANA KM 95***

* prosegui dritto al bivio vai a destra su SP270

proseguire per frazione Santa Croce dritto direzione Pietramelara fino al km 98,4

  dritto su via Sant'Antonio Abate

per 426 m – generale 98,9 km

* Destra su via G. Marconi

per 175 m – generale 99,0 km

* Sinistra su SP270 direzione Riardo fino al km 102

per 261 m – generale 99,3 km

* .svoltare a Sinistra e seguire Strada direzione Rocchetta e Croce frazione di Val d’Assano.

per 1,40 km – generale 103 km

* Sempre dritto finno allo stop intersezione con SS6 km 108
* Svoltare a Sinistra su Strada Statale 6 Casilina, SS6 per 300 mt, superata la rotonda a destra direzione Teano su SP112
* dritto su Strada Provinciale 112 di Teano, SP112 km 110
* e segui Strada Provinciale 112 di Teano, SP112 km 112

  Destra su Viale Europa, SP329 km 115

* bivio vai a destra e segui Strada Provinciale 329 di Teano ex SS 608, SP329 fino al km 119 frazione Borgonuovo.
* Girare a Sinistra su Strada S.P. 91 Borgonuovo – Casale proseguire fino al km 125
* STOP  curva a gomito a destra su Strada Provinciale 111 Roccamonfina - Teano

Proseguire dritto direzione Roccamonfina fino al 133 km attraversata Roccamonfina proseguire dritto fin al km 137 al bivio gira a sinistra e segui Strada SP 278 Roccamofina SIPICCIANO

**CNTROLLO/RISTORO frazione di SIPICCIANO (Galluccio) –140, k**m

* Seguire strada interno borgo per poi ritornare su S.P. 278 e segui Strada fin al km –143,5 km STOP
* curva a gomito a destra su S.P. 14 dir. Direzione Galluccio.
* Destra e segui Strada Sp 171 direzione Conca della Campania km 151
* Al bivio gira a sinistra e segui S.P. 37 Conca – Tora e Piccilli

 SEMPRE DRITTO DIREZIONE S.S..6 PER POI Direzione S. P. 26 direzione Presenzano

Km 160,5 Proseguire dritto fino al km 166

* Destra su Strada ponte per attenzione strada dissestata, presenza di buche fino al km 171

per 3,59 km – generale 171 km

* Stop a . Sinistra su Strada Provinciale 96 di Vairano Patenora, SP96

per 2,27 km – generale 174 km

* Sinistra su Strada Provinciale 207 proseguire fino al km 185.5
* STOP  Destra su SP Ponte Reale, SP11 FINO AL KM 194,
* **TRAGUARDO . TIMBRO FINALE PIAZZA ROMA CAPRIATI A VOLTURNO**