

F.I.E. Foligno Valle Umbra Trekking

Aula Verde Altolina, via Trinità, 1 – Pale di Foligno 06030 PG Cell. 3313685377

Sito Internet: www.fiefoligno.it - E/MAIL info@fiefoligno.it

FACEBOOK: FIE FOLIGNO VALLE UMBRA TREKKING

Sentiero V.U.T. (Valle Umbra Trekking)

Capodacqua- Gallano - Fondi

Domenica 30 luglio – intera giornata –

Poco tempo fa, abbiamo percorso il nuovo tratto (alto) del VUT oggi percorreremo il percorso (intermedio), anche esso rinnovato rispetto al vecchio percorso. Con partenza da Capodacqua, seguendo la nuova segnaletica, giungeremo al castello di Gallano(completamente ristrutturato e visitabile). Dopo una breve sosta si sale sul fianco del monte Burano, per un ampio sentiero ombreggiato fino a quota 890. Una breve discesa e poi percorreremo un sentiero in mezzo al bosco, che gradualmente ci porta a Fondi, quota 936. Prima di arrivare al paese visiteremo le rovine di S. Stefano, un piccolo insediamento di monaci che facevano capo a Gallano. Da sotto il sito un ampio belvedere sulle montagne sottostanti e la valle del Folignate. Dopo la sosta pranzo a Fondi(ci si potrà rifornire di acqua), torneremo indietro fino a S. Stefano, poi scenderemo per le “mitiche “ Svolte di Fondi. Un percorso in discesa che anticamente era l’unica via di transito per la vallata, quindi per Capodacqua. Dal sentiero passavano piccoli carri, muli, asini che trasportavano a valle, fino a Foligno varie mercanzie e tornavano poi con generi alimentari non disponibili in montagna. Addirittura passavano i portatori di bare(prezzolati) per i funerali. Oramai il percorso è ristretto rispetto ad un tempo, ma le “ Svolte” sono tante. Un percorso da fare con attenzione.

Programma

Ore 7,30: ritrovo presso il parcheggio pizzeria Winner Foligno

Ore 7,45: partenza per Capodacqua

Ore 8,00: arrivo ed inizio escursione

Percorso

Distanze: Km 13

Dislivello: 640 m

Tempo percorrenza: 6 ore comprese le soste

Difficoltà: EE (escursionisti esperti)

Equipaggiamento

Scarponi ben rodati, zaino con pranzo al sacco, abbigliamento consono al clima, acqua, crema solare, berretto e sono consigliati i bastoncini da trekking.

Prenotazioni: telefonando entro sabato 29 ai referenti sottoindicati.

Guida Amb. Esc. Biagio Nalli cell. 347/2541218

Acc. Esc. FIE Martina Weiss cell. 366/1662459

LE USCITE SONO APERTE AI TESSERATI F.I.E. PER L'ANNO IN CORSO. ECCEZIONALMENTE, PER COLORO CHE DESIDERINO FARE UNA PRIMA ESCURSIONE DI PROVA CON L'ASSOCIAZIONE, POSSONO PARTECIPARE, VERSANDO LA QUOTA DI 5 EURO PER LA COPERTURA ASSICURATIVA GIORNALIERA E COMUNICANDO, ALMENO IL GIORNO PRECEDENTE L'USCITA, IL PROPRIO NOME, COGNOME, LUOGO E DATA DI NASCITA ALL' ACCOMPAGNATORE REFERENTE. SAREMO LIETI DI ACCOGLIERVI.