

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

PARCO REGIONALE DEL MONTE CUCCO

LA VALLE DELLE PRIGIONI e Museo della Montagna- Costacciaro

Domenica 17 settembre

(percorso ad anello)

Il percorso che faremo, La Valle del Prigioni, prende il nome dai piccoli eremi della zona, dove gli eremiti avevano scelto di dimorare conducendo una vita completamente isolata, con la loro esistenza terrena imprigionata al luogo, ma con l'anima volta ad una contemplazione sublime. Un esempio di gola scavata per erosione nei calcari della serie Umbro-Marchigiana, con pareti strapiombanti che incombono sul sentiero. "La scarpa del Diavolo", sovrastata da una enorme roccia che sembra sostenersi per miracolo. Una valle ricca di acque perenni.(dopo questa ultima estate speriamo qualcosa rimanga). Un passaggio in un tunnel semi artificiale di circa 30 metri, ma intervallato da ampie aperture che danno respiro anche ai claustrofobici. Zone di bosco mediterraneo e faggete, una zona chiamata "il giardino", in quanto una volta, luogo coltivato, ed ora, nei mesi primaverili costellato da intense fioriture. Alla fine della breve, ma emozionante escursione, sulla via del ritorno, faremo tappa a Costacciaro per visitare il museo della montagna. Una sosta molto interessante sia dal punto di vista geologico che florofaunistico.

Programma

Ore 7,30 ritrovo presso il piazzale antistante la pizzeria Winner di Foligno

Qre 7,45 partenza per Coldipecchio

Ore 8,30 circa, arrivo ed inizio escursione

Ore 14,00 partenza per Costacciaro e visita al museo

Ore 16,00 partenza per Foligno

Percorso

Tempo di percorrenza: 5,30 ore soste comprese

Distanza: Km 9,5 circa

Difficoltà: E (escursionistica)

Dislivello: 400m circa in salita ed altrettanti in discesa

Equipaggiamento

Scarponi ben rodati, abbigliamento consono alla giornata, k way, pranzo al sacco, acqua almeno 1 litro, berretto, crema solare, bastoncini da trekking.

Prenotazioni

Entro venerdì 15 sett.(Per prenotare i partecipanti alla visita al museo) il cui ingresso costa: **3 euro a persona.**

Referenti

Asp. Acc. Reg. FIE Federica Rossi cell. 339/1467857

Acc. Esc. Reg. FIE Franco Biribao cell. 339/3236712

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

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.