

# 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](http://www.fiefoligno.it) \_ E/MAIL [info@fiefoligno.it](mailto:info@fiefoligno.it)

FACEBOOK: FIE FOLIGNO VALLE UMBRA TREKKING

## **ANELLO MONTE SUBASIO 17 MARZO 2019**

### ***Eremo Madonna della Spella-Croce di Sasso Piano-Vallonica-Fonte Bregno-Eremo Madonna della Spella***

Si parte dall'Eremo della Madonna della Spella e si percorre un brevissimo tratto di strada bianca in salita fino ad arrivare alla prima curva; da qui, si prende il sentiero che taglia orizzontalmente sempre in quota il versante del Monte Subasio fino ad arrivare alla Croce di Sasso Piano, dove si può ammirare uno stupendo panorama della vallata sottostante con vista unica ed imperdibile di Assisi. Da qui si prosegue sempre in quota verso il rifugio della Vallonica per poi scendere a sinistra e prendere un intrigante sentiero in mezzo al bosco che ci riporta alla Croce di Sasso Piano con un sentiero in leggero dislivello. Il sentiero 360 ci guiderà al punto di partenza passando per Fonte Bregno. All'arrivo troveremo ad accoglierci gli esperti cuccinieri della VUT con una prelibata merenda e qualche sorpresa.

#### **PROGRAMMA:**

ore 07:45 ritrovo piazzale antistante Winner

ore 08:00 partenza per il monte Subasio

ore 09:00 inizio escursione

ore 13:00 circa fine escursione **e merenda presso il rifugio "Madonna della Spella"**

#### **PERCORSO:**

Distanza: 14 km circa

Difficoltà: E (escursionistico)

Dislivello: 150 in salita ed altrettanti in discesa

Tempo: 4 ore circa

#### **ATTREZZATURA NECESSARIA:**

abbigliamento tecnico adatto alla stagione, scarpe da trekking, il percorso si snoda tutto sul versante sud del monte Subasio, dove anche nelle giornate più calde c'è sempre vento, cappello, guanti, borraccia d'acqua, bastoncini.

#### **PRENOTAZIONI:**

**E' NECESSARIO PRENOTARE, COSTO € 10:00 ENTRO LE ORE 13:00 DI VENERDI' 15 MARZO AL (dopo tale orario per ovvie ragioni organizzative non potranno più essere accettate)**

ai referenti sotto indicati:

AEN Carlo Valentini 331/7741333

AER Ugo Di Cesare 3286635469

Asp. AER Daniele Guerrini 3284538689

Asp. AER Michela Bronzi 3387489930

LE USCITE SONO APERTE AI SOLI 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. SONO ESCLUSE LE USCITE DI PIU' GIORNI E QUELLE ORGANIZZATE IN PULLMAN. E' IMPORTANTE, SOPRATTUTTO ALLE PRIME ESPERIENZE ESCURSIONISTICHE, CONFRONTARSI E CHIEDERE QUALSIASI DELUCIDAZIONE ALL'ACCOMPAGNATORE, COMUNICANDO EVENTUALI PROBLEMATICHE DI QUALSIASI NATURA. PER LA PARTECIPAZIONE ALLE USCITE, AI FINI DELLA SICUREZZA PERSONALE, E' RICHIESTO ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA IDONEA DESCRITTA ALLA VOCE "ATTREZZATURA NECESSARIA". PER RAGIONI TECNICHE, CLIMATICHE O DI ALTRA NATURA, LE ESCURSIONI POTRANNO ESSERE ANNULLATE O SUBIRE VARIAZIONI AD INSINDACABILE DECISIONE DEGLI ACCOMPAGNATORI.