

F.I.E. Foligno Valle Umbra Trekking

Aula Verde Altolina, via Trinità, 1 – Pale di Foligno 06034 PG Cell. 3313685377

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

FACEBOOK: FIE FOLIGNO VALLE UMBRA TREKKING

Magnalonga

VIII° edizione

Sassovivo: l'Abazia...le fonti...

Domenica 8 Settembre 2019 – intera giornata

La magnalonga è un'occasione per camminare in compagnia, visitare borghi e degustare i prodotti tipici del territorio.

Stessa organizzazione delle edizioni precedenti (tre soste per riposare, mangiare e fare quattro chiacchiere...), nuovo itinerario: percorso ad anello nella zona di Sassovivo.

Dalla "polveriera", percorrendo un sentiero che sale dolcemente tra i lecci secolari, si arriva alla Cripta del Beato Alano, vicino all'Abazia di Sassovivo, dove è prevista la prima sosta per la colazione (caffè e dolci). Quindi si sale ancora fino ad arrivare a Casale; i lecci piano piano lasciano il posto a roverelle, carpini, ornielli e ginepri. Arrivati al piccolo borgo potremo gustare una merenda a base di salumi e formaggi. L'escursione prosegue per un sentiero che, dopo aver costeggiato il Monte Aguzzo, scende verso le fonti di Sassovivo. Qui è prevista una visita alla sorgente e a seguire il pranzo (lasagne e verdure grigliate)

PROGRAMMA:

Ore 07.30 Ritrovo partecipanti presso piazzale Winner

Ore 08.00 Partenza escursione dalla polveriera di Sassovivo.

Ore 08.45 Sosta colazione presso Abazia di Sassovivo

Ore 11.15 Sosta merenda a Casale.

Ore 13.30 Arrivo alle fonti di Sassovivo pranzo e visita della sorgente

PERCORSO (TEMPI – DISTANZE – DISLIVELLI):

DIFFICOLTA' ESCURSIONISTICA: E (Escursionisti)

DISLIVELLO - LUNGHEZZA: ~900 m salita + ~900 m discesa; ~18 Km

EQUIPAGGIAMENTO NECESSARIO:

abbigliamento adatto alla stagione con scarponcini idonei, giacca a vento, cappello, occhiali, borraccia.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE:

15 € (colazione, merenda e pranzo) - ragazzi 10 €

In caso di consolidate previsioni meteo avverse, il trekking può subire variazioni o essere annullato a discrezione degli accompagnatori escursionistici.

PRENOTAZIONI:

per evidenti motivi organizzativi è richiesta una prenotazione telefonando entro e non oltre giovedì 5 settembre 2019, ai referenti sotto indicati.

Acc. Esc. F.I.E. Patrizia Nardone cell. 340.3427510
Acc. Esc. F.I.E Claudio Pucci cell. 347.4520862 (dopo le 18.00)

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.